

# 花粉症

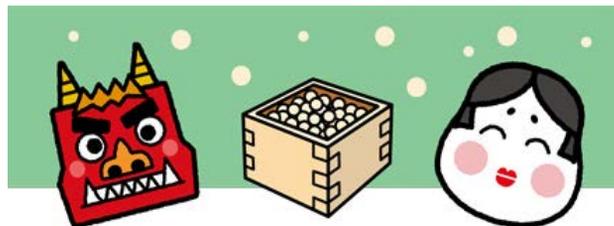
松岡医院  
健康一口だより  
2015年2月

## 治療開始は早めが肝心！



あなたに合った薬で  
花粉症の治療をしましょう

# 治療開始は 早めが肝心！



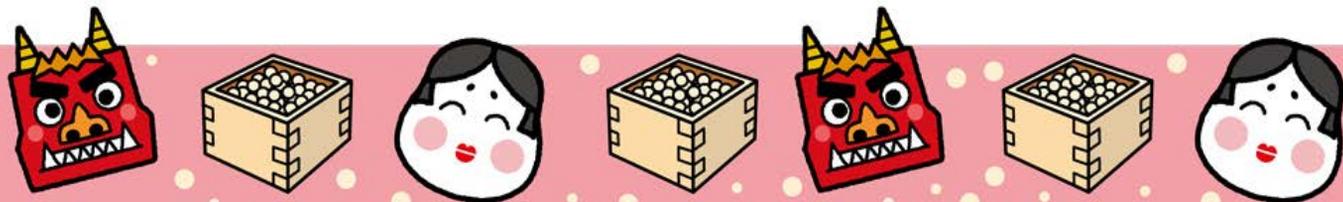
立春を迎え、暦の上では春になりましたが、まだまだ寒い日々が続きます。この時期は、受験生の皆さんや、受験生を抱えるご家族の皆さんにとって、特に、体調管理が重要です。

インフルエンザ対策は、ワクチン接種や、マスクの着用等で万全ですね。しかし、ほかにも…あります。

デパ地下やスーパーマーケットで、沢山のチョコレートが並ぶ頃、山の方から**花粉ロケット**が飛んできます。今や4人に1人は症状がある、と言われる花粉症は、子供から高齢者まで、すべての方の体調に大きな影響を及ぼします。

今年は、飛散する花粉量は、西日本で例年より少なく、その他の地域では例年通り、と予測されています。毎年、花粉症でツライ思いをしている方は、症状が現れる前に、治療を始めることをお勧めします。

花粉症対策も、受験も、事前の準備が大切です。受験生の皆さん、頑張ってください。



**症状が出る直前や、出てすぐに服用すれば、  
症状が軽減が期待できます。**

**(初期療法)**

## 症状をしっかり伝えるのが大切

問診では、医師に、自分の症状を正確に伝えることが大切です。受診時には症状がつかなくても、“一番つらい時の症状”や“何に一番困っているのか”を医師に伝えることが重要です。

## あなたに合った薬で花粉症を治療しましょう

- 花粉症の治療薬には、抗アレルギー薬や漢方薬があります。
- 副作用として、眠くなったり、のどが渇いたりするものがあります。また、1日1回服用するものと、1日2回以上服用するものがあります。
- 口の中ですぐ溶けて、どこでも水なしで飲める口腔内崩壊錠も、小児にも飲みやすいドライシロップもあります。
- 漢方処方を選び方は、体質によって異なります。

流行開始予測日（東海地区  
2月中旬頃）の1～2週間前から  
服用を開始するとよいでしょう



# 「早めに 多めに 熱めに」

- 花粉症の漢方薬は、「早めに 多めに 熱めに」が、服用のコツです。

晴れた天気の日には、朝まず1服

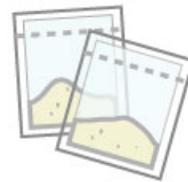
ちょっと怪しいなと思ったら1服

症状が出てきたら、軽い場合は1服

強い場合は2服

いずれも熱めのお湯と一緒に飲む

のがコツです。



- 漢方薬は抗アレルギー薬と併用して服用します。
- 漢方薬は、抗アレルギー薬よりも直接効果がみられることもあります。
- 市販の薬の服用で眠くなる人は、漢方薬でも大丈夫です。眠くなることはありません。
- 点眼薬、点鼻薬も含めて、花粉症に関する薬は当院にすべて揃っています。 **ご相談下さい**