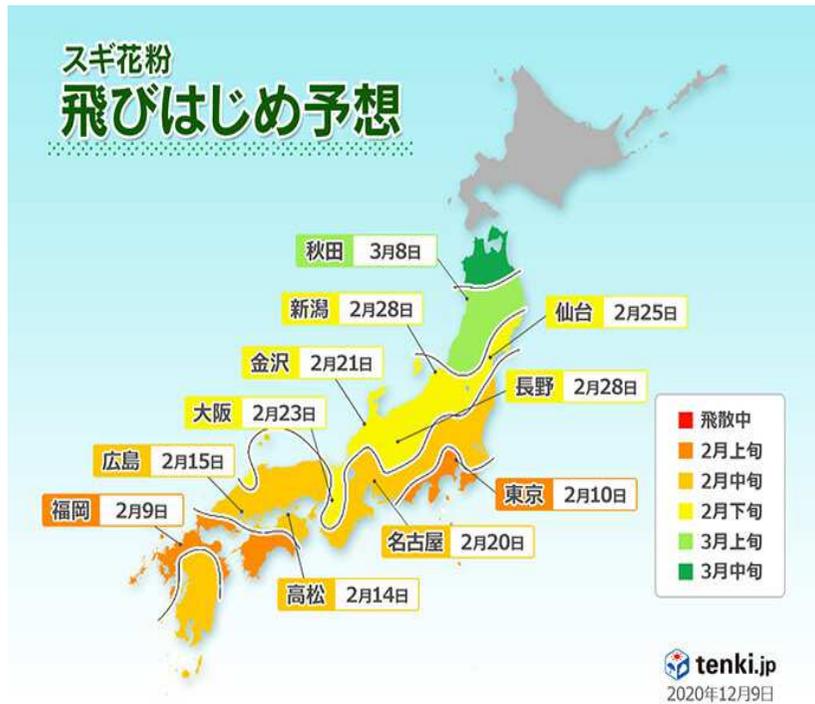




花粉症

2021年は花粉飛散量が少なかった2020年と比べると、東北南部から関東、東海は2~4倍、その他の地域も1.2~2.8倍になるといふ予想であり、どの地域も油断せず早めの対策が必要です。

スギ花粉の飛散開始時期



花粉症の症状が引き起こす、くしゃみをする、目をごする、といった動作は、新型コロナウイルス感染症の拡大につながる可能性があります。

そのため、今季はこれまで以上に徹底した花粉症対策が必要です。

●くしゃみによる花粉症患者から周囲へのウイルスの拡散

新型コロナウイルスは、感染しても症状の出ない人(無症候感染者)が多いことは知られています。感染者が花粉症になり電車内などでくしゃみすることで、マスクをしていてもウイルスを拡散させてしまう可能性があります。とっさにでたくしゃみは、2mも飛散することがわかっています。この飛散したウイルスを未感染者が吸ってしまうことで感染するのですが、飛散したウイルスは口や鼻だけでなく目にも入ってくる危険性があります。

●花粉症症状で花粉症患者自身へのウイルス感染リスクが高まる

花粉症患者は、鼻水を拭いたり、目をこすったりしがちです。ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。ウイルスが付いている部分を触ってしまっても、感染しません。その手で、顔や目や、鼻、口を触ることでウイルスが侵入して感染します。手を洗えば、ウイルス量を減らすことができます。コロナウイルスはアルコールに弱いので、手指消毒やまわりの物をアルコール消毒することは、とても効果的です。手洗い、マスクをすることが推奨されているのはこのためです。花粉症の患者さんは、マスクをすることが多いので、口と鼻は守られていますが、実は目が盲点です。コンタクトレンズよりメガネ、ゴーグルが効果的です。目がかゆいからと言って、何かに触った手で、むやみに目をこすらないで下さい。手洗いするまでは、手で顔や目、鼻、口を触らないようにしましょう。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに石鹸で手を洗いましょう。

花粉症は一度症状が出てしまうと鼻の粘膜がどんどん敏感になり、悪化していきますので、症状がひどくなる前から早めの治療をおすすめします。