

ゆのごう通信



湯郷ファミリークリニックの「いま」をお伝えします。

湯郷ファミリークリニック 診療時間担当医のご案内						2021年 10月1日から
	月	火	水	木	金	土
午前	大門	大門	大門	賀来	上春	交代制
	賀来	杉山	賀来	上春	杉山	
	上春	玉井	杉山	杉山	玉井	
往診				休診		休診
予防接種	14:15~15:15(要予約)				14:15~ 15:15(要予約)	
午後	賀来	交代制	大門		上春	
	上春		賀来		杉山	
	杉山	玉井	玉井		玉井	

◆受付時間 (午前の部) 8:30~11:30 (午後の部) 8:30~17:30
 ◆診療開始 (午前の部) 9:00~ (午後の部) 16:00~
 ※都合により、診察医を変更する場合がございますのでご了承ください。
 ※予防接種は予約制となっております。窓口、お電話にてご予約をお願いいたします。

大丈夫ですか？ 花粉症対策

● 花粉症はどんな病気？

花粉症は、体内で作られる花粉の抗体が許容量を超えると、花粉に過敏に反応するようになって起きるアレルギー性疾患です。いまは花粉症でなくても、昨年花粉で抗体が許容量の限界にきている可能性もあり、花粉が少ないからといっても油断は禁物です。



● 花粉症の症状は？

くしゃみや鼻水、目のかゆみなどの症状にくわえ、熱っぽさやだるさなど風邪に似た症状が出る方も見られます。新型コロナも風邪に似た症状が出ることから「コロナなのか、風邪なのか、花粉症なのか分からない」と悩む方も多いようです。

今年も新型コロナウイルス感染症の感染症対策のため換気が必要なので花粉症の方には辛い年になります。



◀ ◁ 花粉症から身を守る! ▷ ▶

症状を起こさないためには、花粉をよせつけないことが大切。出かける際は、つば付き帽子、メガネ、マスクを着用し、花粉が付着しやすいウール、毛皮、フリースなどの上着の着用は避けましょう。



家庭でできる花粉症対策

- 外から帰ったら、玄関の外で、服、髪の毛、持ち物について花粉をよくはらう。
- 干した布団や洗濯物は、花粉を完全に払い落としてからとりこむ。
- 部屋の掃除は、掃除機やぬれ雑巾でこまめにしていねいに。
- きれいな水で目を洗うのも効果的です。

花粉症でお困りの方はいつでもご相談下さい!