# BHLEBU no.20



平成31年2月15日(金) 久之浜中学校 保健室

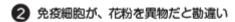
インフルエンザの脅威も一段落してきましたが、次はインフルエンザB型が流行ってきます。引き続き予防に努めてくださいね。水分をとると、のどが潤って菌が進入しにくくなります。積極的に水を飲みましょう!

## 君には尾粉の足音が闻こえますか…

西日本ではすでに花粉が飛び始めているというニュースを目にしました。東北は3月くらいから飛び始めて中旬~下旬にかけてピークに入ると予想されています。花粉症の人には恐ろしい時期がやってきますね…。今回は花粉症に関するお話です。

### ? , どうして花粉症になるの? 。?

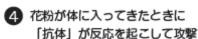
● 花粉が鼻や目から侵入







免疫細胞が花粉を攻撃するための専用の「抗体」をつくる







#### 花粉症増加の理由

今や国民病と言われる花粉症ですが、意外なことに花粉症は戦後に初めて報告された新しい病気なんですよ!なぜこんなに増えたのでしょう?

- ○スギ花粉の増加
- ○排気ガス・大気汚染により抗体を 産生させやすくしている
- ○食環境の変化・不規則な生活リズ ム
- ○住宅環境の変化により、アレルギ 、ーを起こしやすくしている

## 花粉症の人もそうでない人も 花粉を避けるためにできること



## 花粉症の症状が現れたら すぐ病院へ!

花粉症の症状の出始めは、鼻の中の 粘膜の炎症がまだ進んでいません。炎 症がひどくなる前に治療を始めると早 く元に戻せるので、重症の花粉症にな らずに済みます。

鼻の症状がひどい時は耳鼻咽喉科、

目の症状がひどい時 は眼科に行きます。 内科、小児科、アレ ルギー科などでも診 療が受けられます。

