

つら～い花粉症の対策！



今年の花粉症について

例年に比べて、九州から東北の
ほとんどの地域で花粉飛散量が

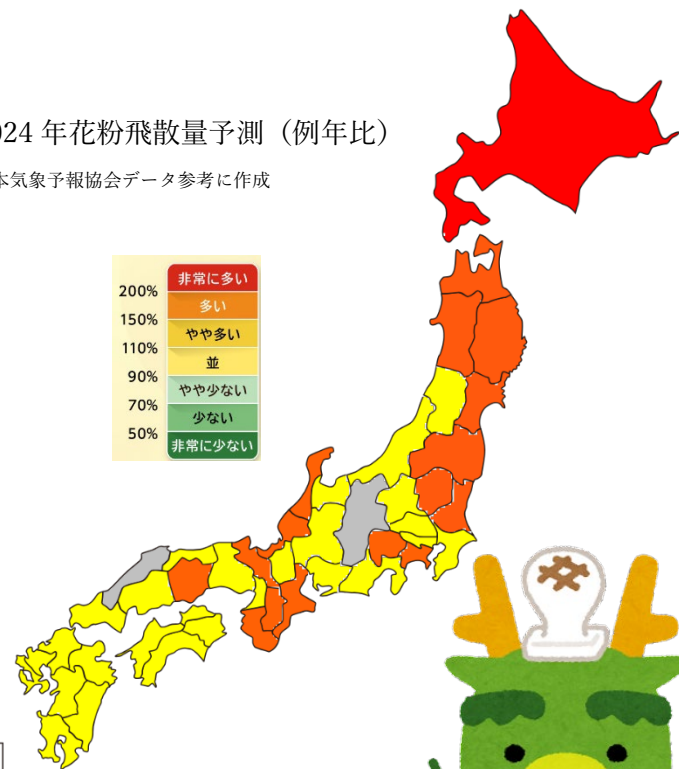
2024 年花粉飛散量予測（例年比）

日本気象予報協会データ参考で作成

多いまたはやや多い！

花粉の飛散量は**前年の夏の気象状況**
の影響を受けるため

今年は**例年より多い傾向**となっている



花粉対策は**早め**にしましょう！

花粉症の症状は**2月**から出ます！

花粉症の症状が**悪化**すると・・・



皮膚症状・頭痛・うつ・口腔内アレルギー・喘息の悪化
といった症状もでます。

症状がひどくなってから対策を始めるのでは**遅い**！

症状が出る前から対策することが大切です。

対策方法

●花粉との接触を避ける

<外出時>



- ・眼鏡やマスクを装着する
- ・服装はウール素材のものを避けて、帽子を被る

<在宅時>



- ・帰宅したら、うがいと洗顔
- ・洗濯物は室内干しへ
- ・こまめな掃除

●医療機関を受診しよう



<対症療法>



抗アレルギー薬、抗ヒスタミン製剤
ステロイド製剤を使用した薬物療法。

<アレルギー療法>

- ・舌下免疫療法
- ・皮下免疫療法

対症療法にて
効果ない場合に
行う治療

約**8割**の患者さんに
効果あるそうです！