

施設長からのお話し

『花粉症とアレルギー性鼻炎』

花粉症は、春先の花芽吹く頃、よく話題に上がる病気かと思えます。発病の過程は少し難しいので、代表的な症状からご説明します。

鼻炎症状（くしゃみ・鼻水・鼻づまり）の3つの症状と結膜炎症状（目のかゆみ）とを合わせ、花粉症の4大症状といいます。これらの症状が特定の季節に現れると花粉症と考えて良いと思います。

そのほか、随伴症状としてアレルギー性皮膚炎、花粉喘息等があります。

次に、花粉症が体にどのような変化を与えるか、ご説明致します。

体が花粉の侵入を外敵と捉える反応には、15分から20分とすぐに起こる即時型反応と、6時間から12時間後に始める遅延型反応の2通りの反応があります。右の図1は即時型反応の様子です。

抗原となる花粉等が鼻の中に入ると、免疫を産生する蛋白質や細胞が協力し、図1のようにくしゃみ、鼻水で鼻から異物を排除し、粘膜を腫脹させて異物の侵入を防ごうとします。

また、遅延型反応は免疫を作る物質が血管の壁から出てきます。

どちらの反応も、本来は病状をこれ以上悪化させないための体の懸命な抵抗ですが、諸症状が日常生活に悪影響を及ぼすのであれば、病気として扱うほかありません。

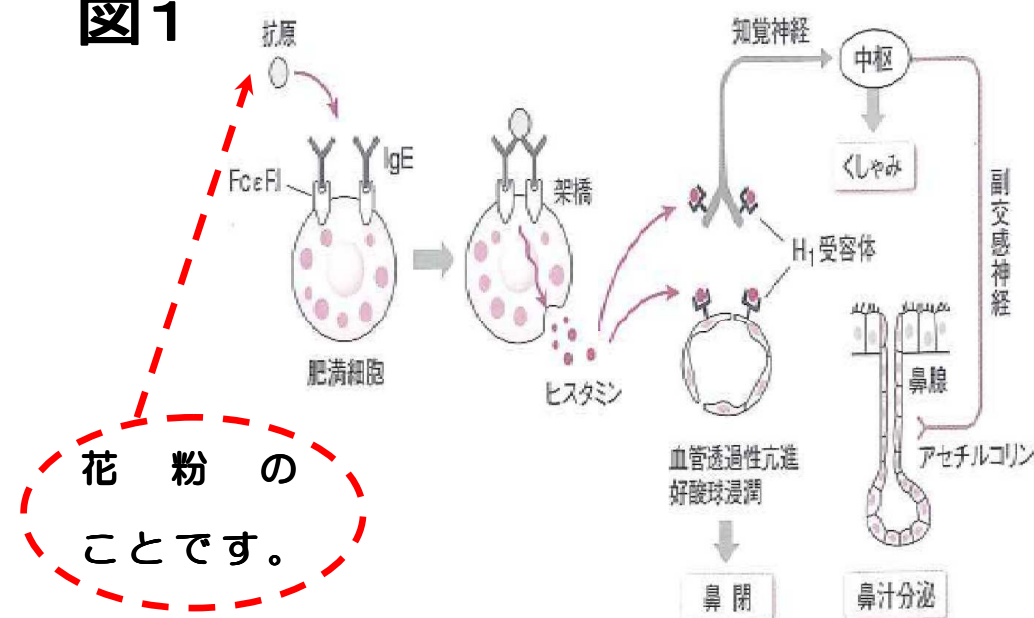
ところで、もうお気づきかもしれませんが、花粉症とアレルギー性鼻炎の発症は同一の過程で起こっています。その中で、特別の植物などに対して体調を崩す場合の花粉症と1年中同じような慢性的症状に悩まされているアレルギー性鼻炎に分けています。

治療は症状に応じて、いろいろな内服、治療が試みられます。いろいろな治療の中で一番の方法はセルフケアです。つまり「抗原の除去・回避」が大切です。

外出時のマスク、帰宅時には上着にブラシをかける、自宅では加湿器をかけることで花粉を湿らせて花粉を早く床に落下させるなど、花粉が体に入りづらい工夫が重要となります。

ちなみに・・・2月初旬から5月いっぱいのスギ花粉症が有名ですが、北海道や沖縄はスギの群生規模が小さく、3月から4月のハンノキ、白樺花粉のほうが多く発生します。

図1



即時型反応の図です。



『美咲市東明公園の桜風景』



通所 創作品

施設に入ってすぐ左に展示
させていただいている作品
です。実は、押し花ででき
ているんです！是非ご覧に
なってみてください♪

雛祭り開催！！

3月3日はひな祭りを開催
し、ちらし寿司と甘酒で楽しん
でいただきました♪

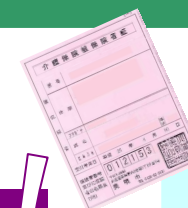


知っていますか？ 振り替え利用！

通所では、通院やご家庭
の用事、体調不良等でお休
みとなった場合に、お休み
した分を振り替えて他の曜
日にご利用いただけます。

入浴やリハビリの回数を
維持することで楽しく元気
に過ごしましょう！

詳しくは通所職員まで



介護保険証について

入所者の方の介護保険証
の更新は施設で代行申請さ
せていただいております。
新しい介護保険証は施設に郵送さ
れる予定となっております。

認定調査の立会い希望の
ご家族や施設に介護保険証
が送られることに関して不
都合がございましたら、お早
めにご連絡下さい。

