



花粉症について



★花粉症とかぜの違い★

花粉症と風邪の症状はよく似ているため、初めて花粉症の症状が出た場合、花粉症であると分かりにくいことがあります。主な違いは次の通りです。

初めて花粉症の症状が出た場合は、医療機関で、何に対するアレルギーがあるか調べてもらいましょう。

	花粉症	風 邪
発 熱	なし、または あっても微熱程度	あることが多い
鼻 水	サラサラした水っぽい鼻水	サラサラした鼻水から粘り気があるものに変化
くしゃみ	連続して何度も出ることが多い	出ることはあるが、ひどくはない
鼻づまり	症状がひどく、両方の鼻が詰まることも	両方同時に詰まることはほとんどない
眼のかゆみ	あり	なし
症状が出る期間	原因となる花粉が飛んでいる期間	一週間程度
天気との関係	晴れた日や風が強い日に症状がひどい	天気に関係なく症状が出る

★花粉カレンダー★

県内で花粉症の原因となることが多い植物の花粉カレンダーです。

植物名\月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ハンノキ	○	○	○	○	○							
スギ		○	○	○							○	
ヒノキ			○	○	○							
カモガヤ					○	○						
ブタクサ									○	○		
ヨモギ									○	○		

★秋にもスギ花粉が！★

スギ花粉は、7月から10月にかけて作られます。この時期に、日照時間が長かったり気温が高い日が多かったりすると、たくさんのスギ花粉が作られます。そして、11月に降に気温が低い状態が続くと休眠状態になり、2月から4月にかけて大量に飛散します。しかし、10月から11月にかけて気温が低い日と高い日が交互に繰り返されると11月頃にスギが開花して、少量ですが、花粉が飛散する場合があります。



スギ花粉の飛散量が少ない秋に花粉症の症状が出た人は、スギ花粉に敏感な体質と言えます。また、秋に症状が出るほどの花粉が飛散している場合は、翌年の春の花粉の飛散量も多いことが考えられます。

★花粉症を悪化させる黄砂★

3月から5月にかけて、黄砂が中国大陸から飛んできます。この黄砂によって、花粉症やぜんそくなどのアレルギー症状が悪化すると言われています。黄砂の飛散が多い日は、洗濯物や布団などを外に干さないようにしましょう。

