

春の憂うつ

スギ花粉症の季節

今年も2月に入り、そろそろ花粉が飛ぶ、
花粉症の方にとっては辛い季節がやって来ます。
「まだ早い」と思う方も多いかもしれませんが、
花粉症対策は予防から始まるので
今から始めても早すぎることはありません。
今回は、今年の花粉症の傾向と
対策などについて紹介していきたいと思います。



今年是全国的に
過去10年平均より
少なめでしょう



春に飛散するスギ花粉の飛散量は、前年夏の気象条件に大きく左右されます。2006の気象条件からすると2007年のスギ花粉飛散量は、過去10年平均と比較して20〜50%に減少する見込みです。しかし、過去10年で花粉の飛散量は2〜3倍に

増加しているため、油断は大敵です。本格飛散開始は、例年並みかやや遅いと予想されています。2月上旬から飛散は始まると思われます。静岡県のスギ花粉飛散量は全国有数で、その中でも掛川は特に多い地域です。例年通り注意が必要です。

花粉症を予防する



例年よりも少ないと言われているものの、花粉症対策には、やはり予防は欠かせません。予防や治療という点、まず薬物療法を考えた方が、それと平行して、セルフケアが必要です。スギ花粉症は、通年性の

アレルギーと違い、スギ花粉が原因としてはつきりしているため、接触しないようにするのが一番です。帰宅時に衣服をはたくとか、拭き掃除をまめに行うなども必要です。マスクやメガネ等は、高い予防効果が