

健康手帳

花粉症になったら

花粉症の原因は、スギやヒノキ以外に、初夏のカモガヤや秋のブタクサなどがあります。主な症状は、くしゃみ、鼻水、鼻詰まりや目のかゆみなどですが、皮膚がかゆくなったり、咳が出る人もいます。

これからシーズンを迎えるスギの花粉尘。この対策で最も大切なことは、できるだけ鼻や目、体に花粉を付けないようにすることです。マスクはもちろん眼鏡や帽子、コートを着用し、家に入る前に花粉をよく払いましょう。花粉は日中に多く飛びますが、夜になって症状がひどくなり眠れ

心配な人はかかりつけ医などで受診してください。

なかったという人も多いと思います。これは、日中の長い時間、屋外にいて大量の花粉尘を浴びたために起こります。

花粉の多い日は、ゴルフなどの野外活動は控えた方が賢明です。抗アレルギー薬などの内服薬は症状がひどくなってからでは効きにくいので、花粉が飛ぶ1週間前から服用を始めるのがよいでしょう。また、点鼻薬や点眼薬は、かゆいときだけつけるのではなく、処方した医師の指示通りにつけたほうが効果的です。

幸いなことに、ことしは花粉の飛散が少ないと予想されています。

前橋市医師会 田中 智加子

休日当番医

		内 科				外 科		婦人科	耳鼻科	眼 科
2月	11日(土)	たむらこどもクリニック (児) 西片貝町三丁目 ☎289-0555	塩 野 内 科 クリニック (内) 南町二丁目 ☎223-8722	富士たちばな クリニック (内) 日輪寺町 ☎230-1155	老年病研究所 附 属 病 院 (内) 大友町三丁目 ☎253-3311	深沢整形外科 (整) 西片貝町三丁目 ☎220-5277	加藤外科内科医院 (外) 朝日町一丁目 ☎243-5169	豊泉クリニック (産婦) 高崎市上中居町 ☎027-326-2933	耳鼻いんこう科 伊 藤 医 院 (耳鼻) 高崎市倉賀野町 ☎027-346-2485	高 崎 眼 科 (眼) 高崎市栄町 ☎027-322-5005
	12日(日)	石倉町こども クリニック (児) 石倉町五丁目 ☎253-6600	菊 池 内 科 クリニック (内) 青梨子町 ☎219-3356	定 方 医 院 (内) 亀里町 ☎265-0345	上 毛 病 院 (内) 下大島町 ☎266-1482	柳田整形外科医院 (整) 昭和町三丁目 ☎234-3260	小 板 橋 医 院 (外) 上 泉 町 ☎261-2122	中野産婦人科医院 (産婦) 国領町二丁目 ☎233-5588	い い づ か 耳鼻咽喉科 (耳鼻) 樋越町 ☎280-2111	しみず眼科 クリニック (眼) 樋越町 ☎230-4611
	19日(日)	吉田小児科医院 (児) 箱田町 ☎253-7733	北 條 内 科 クリニック (内) 嶺町 ☎269-5503	斎 藤 医 院 (内) 南町二丁目 ☎221-0258	堺 堀 内 科 循環器科医院 (内) 若宮町一丁目 ☎231-8056	内田外科医院 (外) 西片貝町二丁目 ☎224-5061	小竹整形外科 (整) 三俣町三丁目 ☎231-0495	こすもレディース ク リ ニ ッ ク (産婦) 高崎市旭町 ☎027-330-2215	い い づ か・ たきた医院 (耳鼻) 高崎市沖町 ☎027-343-3387	高山眼科緑町医院 (眼) 高崎市緑町一丁目 ☎027-361-6888
診療時間は午前9時～午後6時。市医師会の休日当番医がホームページで検索できます。 アドレスは http://maebashi.gunma.med.or.jp/ 、携帯電話の場合は http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/ です。										
★夜間急病診療所 朝日町四丁目9-5 ☎243-5111 午後8時～午前0時 内科と小児科										
★救急病院等案内 ☎221-0099										
歯 科										
日曜・祝日は歯科医師会休日診療所 岩神町二丁目19-9 ☎237-3685 午前10時～正午、午後1時～3時										
休日当番	2月11日(土)=松岡接骨院 (住吉町二丁目) ☎231-1683、平井接骨院 (横手町) ☎265-0008									
	2月12日(日)=滝沢接骨院 (箱田町) ☎253-6870、いしい接骨院 (三河町二丁目) ☎243-5512									
	2月19日(日)=大島接骨院 (上泉町) ☎233-1925、育英メディカル専門学校附属接骨院 (古市町一丁目) ☎225-7411									
薬局	日曜・祝日は市薬剤師会会営薬局 紅雲町一丁目2-15 ☎223-8400 午前9時～午後6時									