

<地域総合医療センター通信2月号>

～今年の花粉症と鼻達地蔵～

中津川市地域総合医療センター 伊藤 晴規

そろそろ花粉症の季節の季節がやってきます。

2月8日の環境省の発表によると、西日本の一部でスギ花粉の飛散が始まり、今年のスギ・ヒノキ花粉の総飛散量予測は前年と比較すると一部の地域を除き全国的に多く、飛散時期も関東から西の地方で例年よりやや早く（東北地方はほぼ例年並み）2月中旬前半から飛散が開始する地域が多くなるそうです。

飛散のピーク時期についても九州地方、中国地方、四国地方、東海地方及び関東地方はおおむね3月上旬に、近畿地方、北陸地方及び信越地方は3月中旬から下旬に、また東北地方は4月上旬になると予想され、今春は花粉の飛散量が多いために、このピークの前後10日から20日の間も花粉量がかなり多いので注意が必要とのことです。

（中津川市民病院ホームページでもスギ・ヒノキ飛散情報をお知らせしています。<http://nakatsugawa-hp.jp/infomation/post-37.html>）

●花粉のばく露を避けるための基本的な対策

- ・マスク、メガネを着用する。（特にマスク内側に当てガーゼを付け、鼻口部分に枕ガーゼを当てると効果が高い。）
- ・飛散の多い時は窓、戸を閉めておき、換気時もレースのカーテン等で遮るとともに、開窓を10cm程度にとどめる。
- ・掃除はこまめに行い、掃除機の使用だけでなく、濡れ雑巾やモップによる清掃を行う。
- ・洗濯物は屋内に干す。
- ・衣類の素材は羊毛や毛織物は避け、ポリエステルや綿製品で起毛のないものを着用する。

●花粉症の治療

対症療法（点眼薬・点鼻薬などによる局所療法、内服薬などによる全身療法、

レーザーなどによる手術療法)と根治療法(花粉などの原因抗原の除去と回避、抗原特異的免疫療法；減感作療法)などがあります。薬の効果によって花粉飛散開始もしくは症状が出てからが良いものの他、花粉飛散前から使った方が良いものもありますので、毎年花粉症でお悩みの方、くしゃみ、鼻水、目のかゆみなどの症状の出た方は早めにかかりつけの先生もしくは最寄りの医療機関にご相談下さい。

●鼻達地蔵

鳥取県の東伯郡湯梨浜町というところに、鼻達地蔵というお地蔵さんがあり、鼻の病気にご利益があるとされているようです。

由来は、この地方を治めていた領主が、領地界紛争で検者の和尚が不利な判定をしたと、その和尚の鼻にカズラを通し曳きまわした後死刑にしました。その報いか領主に二人の鼻ふさがりの子が生まれ間もなく死亡しました。夢の僧のお告げで寺を建立、延命地蔵を安置して供養したところ健全な子が生まれた、と言うものだそうです。

<お知らせ>

3月14日午後2時より、川上保険福祉施設 かたらいの里 にて中津川地域総合医療センター 倉沢医師による健康相談・座談会が行われます。(花粉症限定ではありません。) ご興味ある方は奮ってご参加下さい。(問い合わせ先：川上診療所 0573-74-2400)