



2013年2月10日発行



保健管理センターだより

毎日寒いが続いています。2月は、暦の上では「節分」から「立春」と春を迎える頃ですが、一般的には1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。気温が低く乾燥した状態は、かぜやインフルエンザなどの感染症の原因となるウイルスにとって絶好の環境です。これまで以上に手洗い・うがいをしっかり行い、感染症の予防に努めましょう。



花粉症の季節になりました!!



前年より
大幅増!!

今年花粉の量は?

2012年に比べると、全国的に多くなる見込み!

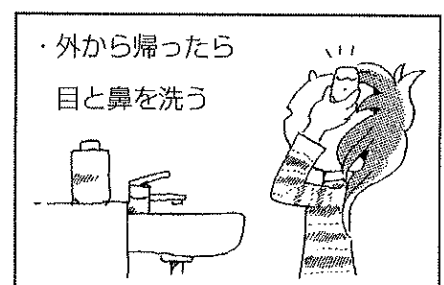
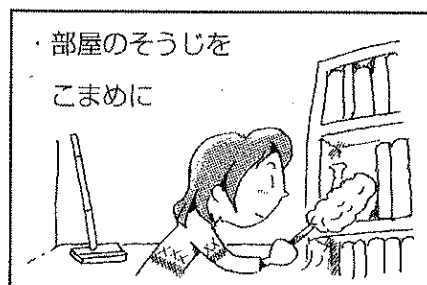
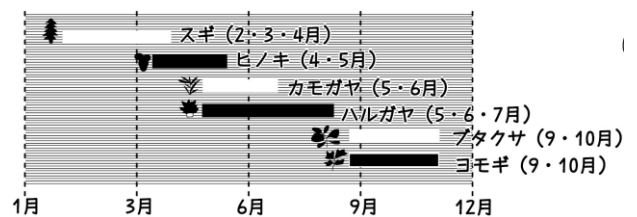
気象情報を発表する各社の予報によると、今年2013年の飛散開始時期は2月中旬ごろ。関西は、例年並み、あるいは少し遅めとのことですが、その一方で、飛散量は、**前年の約5倍!** 関西〜東は前年より多めと予想されています。花粉の症状が本格化する前のうちから、少しずつ対策をはじめておきましょう。

●● 去年、大丈夫だった人も油断大敵!! ●●

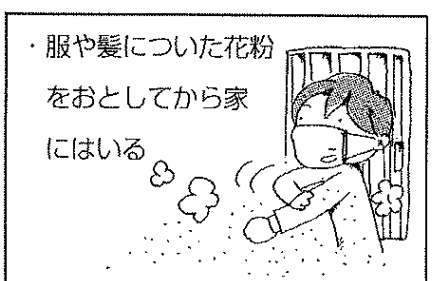
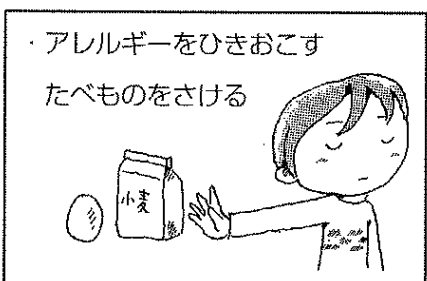
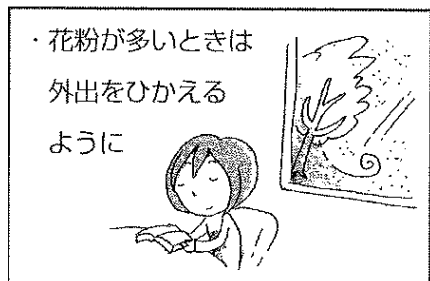


●くしゃみ ●鼻水 ●鼻づまり ●目のかゆみ
充血

●● 花粉の種類と飛ぶ時期 ●●



●● 花粉症を守る6つのポイント ●●



→環境省花粉情報サイト(はなこさん) <http://kafun.taiki.go.jp/> ではリアルタイムで花粉情報が更新されています!

すでに花粉症の診断を受けている人は、毎年早めに受診することで症状を遅らせたり、やわらげたりすることができます。また、最近では、レーザーで鼻内の一部を焼いたり、切ったりして鼻づまりを抑える治療も行われています。

いろいろな治療法があるので耳鼻科の医師に相談してみましょう。



龍谷大学保健管理センター