



## 「花粉症シーズンのふいかえい」

花粉症がピークを超え、オギジビの院内も混雑が緩和されてきました。まだヒノキの花粉症の方は症状が続いていると思いますが、多くの方は4月いっぱいくらいで症状が落ち着くと思います。今年は昨年よりスギ花粉の飛散量が少なくなる見込みだったのですが、気温の高い日や風が強い日に突発的に飛散量が急増する日が多かったので、症状が昨年より辛いと感じている方も多かったかもしれません。

今年の東京のスギ飛散開始日は2月13日だったそうです。本格飛散開始が2月中旬というというのは例年並みだそうです。花粉症の治療は、炎症がひどくなってから開始してもなかなか効果が出づらいことがあります。外来診療をしても、ひどくなる前に治療を開始することが重要だと感じます。「鼻アレルギー診療ガイドライン」では、飛散開始予想日から1週間前からの初期療法を推奨しています。2024年であれば2月6日からということになりますが、住んでいる場所によってスギ花粉の暴露量に差があることも考えると、2月に入ったら薬を飲み始めたり、点鼻薬を使用しはじめるくらいの意識でいると、安心かと思います。また、花粉症シーズン以外でも日頃から「腸」の状態をよくしておくことで、免疫機能が改善され、アレルギー症状が抑制されます。来シーズンは、ひどい症状が出る前に行動してみてください。今年辛かった皆様、お疲れさまでした。ヒノキ花粉症の皆様、お大事にしてくださいね。

## オギジビ 豆知識



新年度になりました。おぎはら耳鼻咽喉科では、新しいメンバーを1人迎えています。言語聴覚士の高橋さんです。社会人一年生のため、最初の数ヶ月間は研修中心になります。言語リハビリや補聴器フィッティングのために通院している皆様には、お会いする機会がたくさんあると思います。よろしくお願いいたします。言語聴覚士3人体制となり、ますます力を入れていきます。幼児の言葉のおくれ・発音のあやまりや、難聴の方の補聴器の相談があれば、医師に遠慮なくお伝えください。

## オギジビの輪

- お友達・お知り合いに、是非おぎはら耳鼻咽喉科をご紹介します。
- 神奈川県では珍しい、言語聴覚士のいる耳鼻咽喉科です。難聴や補聴器については大学病院レベルの診察・検査体制を整えています。
- ちょっとした不安の解消から専門的な診察まで、幅広く行っています。