

花粉症の季節がやってきました

毎年やってくる花粉症の...

毎年この時期になると、鼻水や鼻づまり、くしゃみといった症状に悩まされているという方も多いのではないのでしょうか？

早いところでは、1月から少しずつスギ花粉の飛散が始まっています。

日本気象協会によると、今年のスギ、及びヒノキ花粉の飛散数は例年並みと予想されています。

また兵庫県においては、前年と比べてもやや少ないと見込まれています。

しかし！！油断は禁物！大阪では、前年比 1.5 倍の飛散が予想されています。

ご自分の体質をよく理解し、万全な対策をとっておきましょう！

当院ではそれぞれの患者さんに合った治療法を提案させていただいておりますので、お気軽にご相談くださいね (^~\*)

鼻づまり

鼻水

くしゃみ

今や

## 花粉症は国民病!?



現在、日本では 5 人に 2 人がアレルギー性鼻炎、特にスギ花粉症患者は 4 人に 1 人とされています。

実は日本で花粉症患者が急増したのは、1960 ~ 70 年代頃からのことです！

スギやヒノキなどの植物は大昔から存在していたのに、なぜこの頃から急増したのか、今回はその謎に迫ります！

### 花粉症 急増の裏には 高度経済成長 が!?

高度経済成長の時代から、日本人のライフスタイルにはたくさんの変化がありました。それらの変化が花粉症患者の急増に繋がったのではないかとされています。

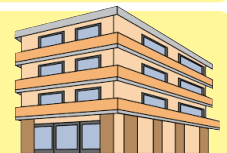
#### ① 食生活の変化

この頃、日本の食卓も欧米化が進み、肉中心の高タンパク・高脂肪の食事が増えました。しかし、タンパク質や脂肪の過剰摂取はアレルギー体質の原因となると考えられています。



#### ② 住まいの変化

マンション等の気密性の高い住宅が増えました。そんな住宅でダニが増えると、ダニの死骸やフンが蓄積されてしまいます。これらはアレルギーの直接原因となり、小児喘息などを引き起こします。こうしてアレルギー体質になってしまうと、同時に花粉にも過敏になりやすいとされています。



#### ③ 排気ガスによる大気汚染

排気ガスなどで汚染された大気中の多くの微粒子が、花粉症を起こすのに関わる IgE 抗体を産生しやすくし、花粉症の発症を促進します。また、舗装道路の増加に伴い一度地面に落ちた花粉が再び舞い散ることも原因として考えられます。



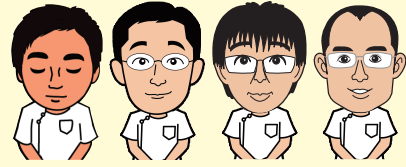
#### ④ 綺麗すぎる衛生状態

衛生状態が良すぎることで各種感染性疾患が減少したり病原体との接触が減り、アレルギーを誘発する要因になっているのではないかとされています。

- ・かぜなどの感染症にかからないとアレルギーの子どもが増える。
- ・家畜を飼育している環境の子どもがアレルギーになりにくい。等の報告もあります。

このような日本人のライフスタイルの変化が、現在に至る花粉症患者の急増に繋がっていると考えられています。

# 「患者様アンケート」 ご協力ありがとうございました。



梅華会では、昨年秋に患者様へ、アンケートを実施しました。

ご協力くださった皆様、本当にありがとうございました！

皆様のご回答は委託機関を通じ匿名の情報として受けとり、現在スタッフ一同で改善策に取り組んでおります。

温かいお褒めの言葉や、励ましのお言葉、中には厳しいお言葉、たくさんのお声を頂きました。

それら一つひとつのお言葉を真摯に受け止め、よりたくさんの患者様に

満足していただけるクリニックを目指し、さらなる成長に取り組んでまいります！

## 3月3日はひな祭り

女の子の健やかな成長を願う「ひな祭り」。

私の家でも毎年、両親が雛人形を飾ってくれていました(^^\*)

ところで、ひな祭りを彩る食べ物には

それぞれ願いがこめられているのをご存知ですか？

その中のいくつかを皆さんにご紹介します♪



### 菱餅

下から緑・白・桃色の順番で、“雪の下には新芽が芽吹き、桃の花が咲いている”春の情景を表現しています。また、それぞれの色にも意味があります。



桃色＝「魔除け」

白＝「清浄・純潔」

緑＝「健康・新緑の生命力」

### はまぐりのお吸い物

はまぐりの貝殻は、対になっている貝殻でなければぴったりと合いません。このことから、仲の良い夫婦を表し、一生一人の人と添い遂げるようにという願いが込められた縁起物です。



それぞれに込められた願いを知ってみると、より行事が楽しめますね♪

## スタッフのひとこと

昨年4月に梅華会へ入職し、はや1年を終えようとしています。「学生」と「社会人」の違いに戸惑いながらも、この1年全力で取り組んできました。

嬉しかったことや出来るようになったことはもちろんたくさんありますが、それだけではなく、悔しかったことや辛かったこともありました。けれどもその度に、かけがえのない仲間や大切な家族、そして暖かい皆さまに支えられ、ご指導いただき、ここまで成長できたのだと思っております。

春からは後輩たちが入職し、新たに「後輩に指導をする」というステップを迎えます。

これまで、自分が周りの方たちにしていただいたことに対する感謝の気持ちを胸に、後輩へ「恩送り」をしていきたいと思っております。また、後輩たちの「お手本」となる為にも、自分自身に更なる磨きをかけ、ステップアップしていきたいと思っております。

