

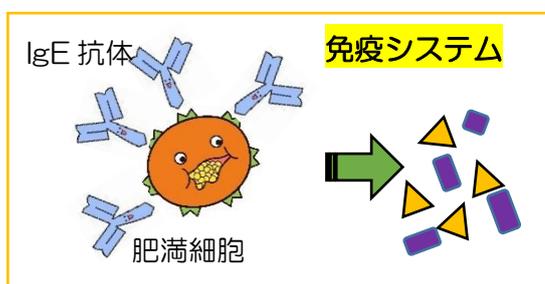


文教大学附属小学校 保健室 令和5年3月

今年度も残すところあとわずかとなりました。6年生は卒業式目前となりましたが、残りの小学校生活を思い切り楽しんでください。1～5年生は、次年度に向けてのまとめの時期ですね。1学年進級した自分の姿を想像しながら、最後まで頑張っていきましょう。

花粉症、早めの病院受診をお勧めします。

「目がかゆいです」、「鼻水が止まりません」と、今年も花粉症の症状で悩んでいる人が多く来室しています。何とかしたいと思うのですが、保健室ですでできることは、かゆい目を冷やしたり、うがいをしたり…と、限られた対応しかすることができません。



私たちのからだには、害を及ぼす異物が入ってくると、その異物を攻撃してからだの外に追い出そうとする働きがあります。これを「免疫」と呼びます。花粉症の場合も、この免疫システムが働き、花粉を「からだに害のある異物」と判断してアレルギー反応を起こしているのです。

花粉が鼻や目からからだに入り、免疫細胞にくっくと、



「IgE抗体」という物質がつくられます。さらにそのIgE抗体が「肥満細胞」にくっつくことで、花粉が害を及ぼす異物と認識されます。再び花粉が体内にはいると、肥満細胞からヒスタミンなどの物質が放出されて、その刺激で、くしゃみや鼻水、目のかゆみなどの症状が起こります。

すでに病院を受診して、「花粉症」と診断されている人は、薬を処方されていたり、免疫療法などの治療を行ったりしていると思います。

最近になって「鼻水やくしゃみ、目のかゆみが出てきた」という人も多いのではないのでしょうか。今まで何でもなかったのに、急に花粉症になるということもありますので、鼻水やくしゃみ、目のかゆみが出てきたときは、早めに病院を受診するようにしてください。早めに対応することで、症状を楽にすることができます。



また、今の時期、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザに加えて、気温差によって、のどの痛みや咳などの症状がある人も増えています。鼻水やくしゃみ、咳という症状だけでは、花粉症なのか、風邪なのかを、自分で見分けることはできません。病院できちんと調べてもらって、花粉症なのか、風邪なのか診断してもらってください。

完全に「花粉症」という診断であれば、登校を控える必要はありませんが、風邪などによる、鼻水、咳、のどの痛みが出ている場合には、登校せずに自宅で様子を見るようにしてください。引き続き、感染症拡大の防止にご協力をお願いいたします。