

IMS Miyoshi

イムス三芳総合病院広報誌

愛し愛される病院

「プラザイムス」は、患者さま、ご家族のみなさまに院内やIMSグループの医療活動、病気に関する情報をお伝えするコミュニケーションペーパーです。

イムス三芳総合病院でできる 花粉症対策

監修：耳鼻咽喉科
北野 佑果先生

春に症状が出る花粉症について、4月から耳鼻咽喉科を担当されている北野佑果先生に監修頂き、「花粉症について」「花粉症の原因となる植物について」「治療方法」などをお伝えいたします。



花粉症について

アレルギー性鼻炎の中でアレルギーの原因が植物の花粉によって起こされる症状を花粉症と言います。植物の花粉が飛散される春先、花粉症を引き起こす方が多くなります。

くしゃみ、鼻水、鼻づまりといった症状。天候や、身の回りに原因となる物質がない時は症状が出ませんが、この時期、なぜなのか、花粉によるものかによって治療が異なります。

花粉症と風邪の違い

アレルギー性鼻炎(花粉症)	症状	かぜ
1日中続くこともあり、一度に連続して出ることがある	くしゃみ	続いても3回から4回であることが多い
無色透明で、水っぽい	鼻水	黄色から緑色で、粘り気がある
何日も続き、期間が長い	鼻づまり	数日のことが多いが長期の場合もあり
かゆみ、違和感	のど	痛みや、咳が出る
充血や、かゆみ	目	なし
通常でない	発熱	熱が出て、寒気やだるけさが出る
季節性あり	時期	時期関係なし

花粉症の原因となる植物について

人によって持っているアレルギーが違います。自分が何の花粉アレルギーを持っているのか、採血検査で調べることが可能です。

調べたい種類を選択し、採血して約一週間で結果がでます。

費用は種類数によって異なりますが、保険適用の場合3割負担で3,000円～5,000円前後で可能です。副鼻腔炎との鑑別が難しい場合にはCT等による画像診断で評価することもあります。



花粉症の治療について

治療方法は、受診時に行うネブライザー（吸入器）や、症状を抑える内服薬の処方、症状に応じて点鼻薬・点眼薬を追加します。薬物療法で効果が乏しい場合には、鼻水・鼻づまりを低下させるレーザー手術治療も行っています。



当院でのレーザー治療の流れ

1

・診察にて、レーザー治療の適応か調べます。治療の効果、仕組みをご説明し、患者様に受ける事を決めて頂いて、予約をとります。

2

・予約日当日（基本は午後）スプレーにより鼻内に麻酔を噴霧します。次に、麻酔を浸したガーゼを鼻内に挿入し、10～15分ほど表面麻酔します。

3

・炭酸ガスレーザーを用いて照射いたします。片側約10分前後。基本的に内視鏡を用いて奥まで丁寧に鼻粘膜を処置します。

4

・術後痛みはほとんどありません。照射後1週間ほどは術後の反応で、鼻粘膜が腫れて鼻づまりや鼻水が多くなるため、念のため痛み止めや鼻水を抑える薬を数日分お渡しします。数日後受診して頂き鼻内をチェックします。

レーザー治療でよくある質問 (Q&A)

Q: レーザー所要時間は?

A 外来通院で、左右行うとしても30分程度です。

Q: 行ってすぐにできますか?

A 治療は予約制です。診察にて事前検査後に予約して頂きます。

Q: 効果の継続期間はどれくらい?

A 個人差がありますが、約半年~2年くらいです。

Q: 効果が切れた場合、再度レーザー治療を行う事はできる?

A 可能です。

Q: 痛みはありますか?

A あることもあります。

Q: 手術の費用はどれくらい?

A 保険適用可能で、3割負担で約6,000円です。
事前検査等を併せると約10,000円です。

参加無料・予約制

公開講座のご案内

開催日時	テーマ	講師	会場
4月17日(月) 15時~	公開医療講座 『動脈硬化と足の病気の治療について』	循環器内科 畠 信哉医師	当院 4F 講堂
4月21日(金) 15時~	公開医療講座 『がんって…なに?』	外科/がん治療認定医/ がん薬物療法専門医 三原 良明医師	当院 4F 講堂
4月25日(火) 15時~	公開健康体操『転ばぬ先のイムス三芳 ~体操&家屋調整まで』	リハビリテーション科 理学療法士	当院 4F 講堂
4月27日(木) 15時~	埼玉セントラル病院共催講座 『知っておきたい認知症の基本』	埼玉セントラル病院 認知症ケア専門士 千葉 未央看護師	当院 4F 講堂

このほかの公開講座の詳細は、院内配布物をご確認ください。

ご予約はこちら

TEL:049-274-7015(地域医療連携室)

日程などは変更になる場合があります。ご予約の際にご確認ください

管理栄養士監修

花粉症に効く!? レシピ

花粉症は、アレルギー反応の一つに炎症反応があります。そのため炎症反応に対する予防が大切です。

毎日の食事で必要な栄養を補い、花粉症に負けない体づくりを心がけましょう。

レンコンの甘酢漬け (2~3人分) 153kcal 塩分 1g

材料

- ・レンコン…250g
- ・赤唐辛子 もしくはたかの爪…1本
- ・甘酢 酢…カップ 1/3
水…大さじ 2
砂糖…大さじ 1 と 1/2

レンコンに多く含まれるポリフェノールは、花粉症の炎症反応を軽減する効果が期待できます。また、レンコンだけではなくトマトやシソにも多く含まれています。



- ①.レンコンは皮をむいて薄めのいちよう切りにする。
- ②.赤唐辛子は種を取り、5mm幅の輪切りにする。
甘酢と赤唐辛子を混ぜ、砂糖を溶かす。
- ③.レンコンを1分ほど茹で、ザルにあげる。熱いうちに②と混ぜあわせる。

生姜たっぷりかき玉汁 (2人分) 152kcal 塩分 3.4g

材料

- ・卵…2個
- ・玉ねぎ…1/4個
- ・生姜…小さめひとかけ
- ・片栗粉…小さじ2杯
- ・調味用 しょうゆ…小さじ2
酒…大さじ1
和風だし…小さじ1
塩…少々
- 水…400ml

生姜は花粉症のアレルギー性のかゆみや炎症を抑える栄養素が含まれています。また、体温を上げ免疫力を高める効果も期待できます。



- ①.玉ねぎをスライスし、生姜はすりおろす、又はチューブの生姜の場合はそのまま。
- ②.鍋に調味料を入れて火にかける。煮立ったら玉ねぎを入れる。
- ③.玉ねぎが柔らかくなったら水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ④.おろししょうが、溶き卵を加えて、卵が浮いてきたところで静かに混ぜ火を止める。



24時間救急対応

お問い合わせ先



049-258-2323(代)

救急の場合は24時間体制で、できる限り対応しております。診察可能かどうか必ずお電話で確認してください。

発行:



IMS(イムス)グループ 医療法人社団 明芳会

イムス三芳総合病院

〒354-0041 埼玉県入間郡三芳町藤久保 974-3

TEL 049-258-2323 (代)

<http://www.ims.gr.jp/miyoshisougou/index.html>

2017年冬号 編集担当: 広報委員会 / 須藤 優花、佐々木 裕美子、吉田 晃子、山本 千晶