



2月20日は財団法人日本アレルギー協会が制定したアレルギーの日です。免疫学者石坂公成、照子夫妻がブタクサによる花粉症の研究からアレルギーを起こす原因となる「IgE」抗体の発見を発表した1996年2月20日にちなんで制定されました。

花粉症とアレルギー性鼻炎の違いは？

アレルギー性鼻炎とは？

くしゃみ・鼻水・鼻づまりなどの症状を引き起こすアレルギー性の鼻の病気です。
喘息やアトピー性皮膚炎などのアレルギー素因のある人に起こりやすいと言われています。

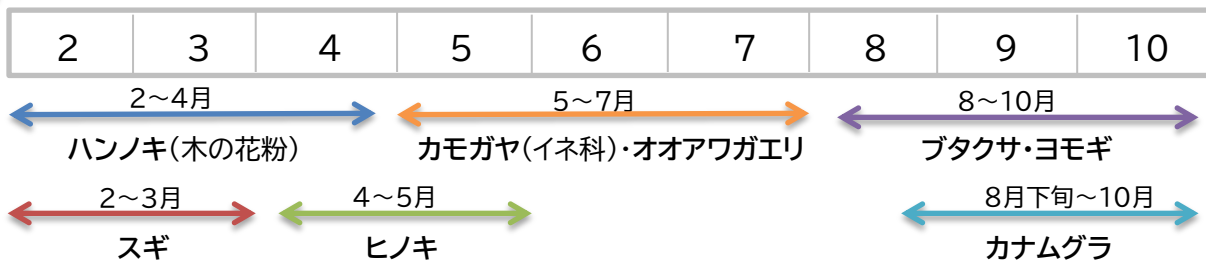
アレルギー性鼻炎は一年中症状のある通年性アレルギーと、ある時期だけ症状のある季節性アレルギーにわけられます。季節性アレルギーの代表格がスギ花粉症なのです。

アレルギー性鼻炎を起こす原因は？

通年性アレルギーの原因として室内塵(ハウスダスト)、ダニ、ゴキブリ、ペットの毛、フケなどがあります。

季節性アレルギーの原因は花粉です。

主な季節性アレルギーの時期



花粉が多い日	花粉が多い時間帯
<ul style="list-style-type: none"> ・ 気温が高く、湿度が低い日 ・ 空気が乾燥して、風が強い日 ・ 雨が降った翌日 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 午後1時~3時頃

日常生活で気を付けることは？

何よりも原因となるものとの接触を避けることが基本です。

ダニや埃に対して・・・こまめな掃除(特にベッドの周りの掃除が大切)

花粉症に対して・・・マスクやメガネの着用、洗顔・うがい、洗濯物は室内物干しにする、外出から帰宅したら花粉を玄関前で払い落とす、花粉症の症状が出ている時はタバコ・アルコールを控えめにする。