

つなぐ

2018年
3・4月号
vol.2

さいちゅう
レター



耳鼻咽喉科

岡本 康秀 医長

自分に合った治療や日常の対策で つらい花粉症の季節を乗り越えましょう

花粉の飛散が気になる季節がやってきました。そこで今回は、つらい症状を少しでも和らげるため、花粉症のメカニズムや症状、主な治療方法やユニークな対策など、花粉症の基本情報をお伝えします。

花粉症はアレルギー性鼻炎の一種で、アレルゲンである花粉が体内に入ることによって粘膜にアレルギー反応が起こり、鼻水、くしゃみ、鼻詰まりなどの症状が現れます。どの粘膜にもアレルギー反応は起こり得るので、喉の痛みや目のかゆみなど鼻以外の症状を訴える人も多いです。花粉症と風邪の症状はとても似ていますが、風邪の場合は鼻水の状態がサラサラな状態から粘り気のある色の濃いものに変っていき、サラサラした鼻水が2週間以上続く場合はアレルギー性鼻炎の可能性があります。花粉症かなと思ったら、まずはかかりつけの先生に相談をしてみましょう。

検査の方法としてはまず視診、問診を行い、花粉症の疑いがあれば、RAST（ラスト）と呼ばれる抗体検査を行います。これは採血によって、どのアレルギー物質に反応しやすいかを調べるもので、ダニやハウスダストを含めて通常10から30のアレルゲンを

対象に数値を測ります。RAST検査は耳鼻咽喉科だけでなく、内科や小児科でも受けられる検査です。

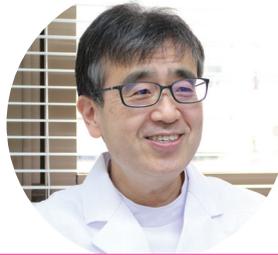
花粉症と診断されれば、まずは抗アレルギー剤や点鼻薬による治療を開始します。薬物療法の次にスタンダードな治療がレーザー治療です。鼻粘膜をレーザーで焼灼しアレルギー反応を起こしにくくする方法で、地域のクリニックでも対応している所は増えています。また、鼻詰まりの原因が、鼻中隔（鼻の穴を左右に仕切る壁）の変形など鼻の中の構造自体にある場合や、副鼻腔炎がある場合には、当院のような病院で手術をすることもあります。

花粉症の予防や症状を軽くするために大切なのは、花粉をできるだけ体内に取り込まないことです。飛散の多い日には外出を控える、外出時にはマスクやメガネを着ける、外から帰ってきたらまず洋服や髪をよく払ってから家に入り、洗顔とうがいをし鼻をかむ、洗濯物の外干しは避けるなどの対

策を取りましょう。また、腸内細菌の変化とアレルギー反応の関連性から、乳酸菌配合のヨーグルトを数週間毎日食べることや、鼻洗浄や目を洗うことも効果的です。花粉をキャッチするために鼻の周囲に塗るクリームや、鼻の通りをよくするためのミントのアロマを鼻の下に塗ったりするというユニークな方法もあるので、ご自分に合った方法を試してみるのもいいでしょう。



クリニック紹介



港区医師会長
藤田クリニック院長

藤田 耕一郎 先生

1992年群馬大学医学部医学研究科を修了し医学博士に。公立藤岡総合病院外科医長、群馬県済生会前橋病院外科医長を経て2004年に藤田胃腸科クリニック（現・藤田クリニック）を開業。2016年6月に港区医師会長に就任。

Clinic Data

医療法人社団松柏会

藤田クリニック

住所：東京都港区南青山

2-22-19 三和青山ビル 8F

☎03-5772-7381



小児から高齢者まで、地域の健康を盤石な医療連携で支えています

当院は健康面で不安なことがあったときに「そうだ、藤田クリニックに行こう」と思っただけの、地域のかかりつけ医を目指しております。高齢者や小児、そして家族や社会を支える現役世代の方とあらゆる世代の方への診療を中心に、超高齢社会に対応すべく通院が難しい方向への訪問診療も実践しております。「普段はクリニックに、節目では病院へ」と、健康維持のために医療機関を上手く使い分けいただければと思います。そのためにも、当院は地域の病院との連携にも注力しており、病院とクリニックで顔の見える関係を構築し、スムーズにやり取りができる態勢を整えています。

特に港区は療養型病院や有床診療所が少なく、急性期病院からクリニックへ患者さんを紹介するケースもあるため情報共有が大切です。患者に身近で寄り添った診療を行うクリニックと、専門的な分野を突き詰めて先進的で高水準の医療を提供する病院。この両者が連携すれば、地域の方々はより安心して暮らすことができるはずです。私が医師会長を務める港区は健診や予防接種などの制度が充実していますので、ぜひ健康維持に役立ててください。なお、港区医師会は2018年3月17日(土)午後2時より赤坂区民センターにて区民のための健康公開講座を開催いたします。(問い合わせ先03-3582-6261)

SAISEIKAI NEWS

新駐輪・駐車場オープンに伴う 駐車場工事のご案内 (平成30年5月オープン予定)

当院の駐車場・駐輪場は、旧棟解体工事と新駐輪・駐車場設置工事に伴い、現在閉鎖中です。皆様にはご不便をおかけいたしております。ご来院の際には公共交通機関（電車又はバス等）のご利用をお願いいたします。



◀現在病院HPで新駐車場が完成した際のイメージ動画を配信しております。ご興味のある方は是非ご覧ください。

「なでしこ基金」へのご寄付有難うございました。
お礼申し上げます。

平成29年12月～30年1月

200万円…出光 正道様 100万円…近藤 昭司様
50万円…柳本 繁様 40万円…朝比奈 崇介様
10万円…有限会社ホーユー様、松井 康子様
5万円…間瀬 四志光様
2万円…長島 恒嘉様、長島 由紀枝様、長島 明嘉様、橋 利康様

広報室 後記

今回から、当院と診療連携を取っていただいているクリニックや診療所の先生方をご紹介するコーナーを、新しく設けています。各ご施設の特徴や先生方のお人柄を、皆様にわかりやすくお伝えしていきます。いつもお世話になっている地域の先生方から色々なお話を伺えると思うと、取材に伺うのが今から楽しみです。

