

つなぐ

さいちゅう
レター

2018年
5・6月号
vol.3



眼科／副院長

鴨下 衛

花粉症は適切な予防により症状の緩和が可能 デリケートな目を花粉から守りましょう

毎年つらい花粉症の症状に悩まされ、このシーズンが憂鬱だと感じている人も多いのではないのでしょうか？

今回は、そんな悩みを少しでも改善するための有効な予防策を、眼科医の視点からお伝えします。

2月頃からスギ花粉の飛散が始まり、3～4月になるとヒノキ花粉やシラカバ花粉も飛び始めます。花粉症は季節限定の症状だと考えている人もいかもしれませんが、実は花粉症は通年で発生する可能性があるのです。しかも一度発症すると、その後も毎年継続するという厄介な存在です。今は発症していない人でも、許容量を超える花粉にさらされれば、いつでも発症の可能性があるので注意しましょう。

花粉症はアレルギー性鼻炎の一種です。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。鼻だけでなく、喉の痛みや目のかゆみなど、鼻以外の症状を訴える人も少なくありません。

花粉症の症状は日頃の予防対策によって緩和することができます。花粉が気になる季節の外出時には、マスクや眼鏡を装着してなるべく花粉から目と鼻を守るようにしましょう。近年は花

粉から目をガードするゴーグルタイプの製品も販売されています。またコンタクトレンズの使用は可能な限り控え、普段コンタクトレンズを使用している人は、この時期だけ眼鏡に替えるのもおすすめです。コンタクトレンズを着用すると眼球表面を覆っている涙液（涙）の状態が不安定になったり、結膜が傷ついて目を守るバリア機能が低下したりすることで、より花粉が眼内に侵入しやすくなってしまいます。室内にもできるだけ花粉を入れないう、帰宅時には洋服などに付着した花粉をしっかり払い落としてから入るようにしましょう。

花粉症の症状を目薬で緩和しようと試みる人も多いでしょうが、実は花粉が飛んでから目薬を使用するのは遅いのです。2月頃にスギ花粉が飛び始める前から、目薬を点眼して花粉症を予防しましょう。市販の花粉症対策用の点眼薬を使用しても良いですが、アレルギー性結膜炎を発症している人な

どは、かかりつけのドクターに相談して点眼薬を処方してもらっても良いでしょう。

こうした予防対策を実践することで花粉症の発症を遅らせたり、症状を緩和させたりすることができます。まずはかかりつけの耳鼻咽喉科や眼科を受診して、自分の症例に合った予防策を知るのも良いかもしれません。アトピー性皮膚炎によって角膜が傷ついている人や、視力が低下している人、点眼だけでは目の症状が改善されないという人は、当院のような総合病院へご相談ください。



クリニック紹介



港三田クリニック院長

石井 勝 先生



港三田クリニック副院長

石井 靖久 先生

Clinic Data

医療法人社団 健勝会

港三田クリニック

住所：東京都港区芝

5丁目16-1 千代ビル3階

TEL：03-3456-3391



適切な医療を提供するために、患者さん お一人おひとりを理解する事を大切にしています

当院は1981年2月に開業いたしました。この地に根ざして40年弱、私達は、どんな些細な事でもまず相談できるような、身近なかかりつけ医・総合診療医であることを心掛けています。当院では、生活習慣病などの一般内科診療に加えて、婦人科専門医の院長と、消化器内科専門医の副院長が、それぞれの専門的診療も行っております。また、学校医を複数担当している経緯から一般小児外来も行っており、さらには産業医の経験も多く、メンタルヘルスにも対応できる事も特徴と言えます。そのため、幅広い疾患、幅広い年齢層の患者さん方に対応しています。必然的に世代を超えて家族単位でかかれる方もとても多いです。

日頃の診療では、患者さんとのコミュニケーションを大切にし、理解しやすいようしっかりと説明を心掛けています。そしてその患者さんが「自分の家族であつたら」という“親身”な思いを大切に、医療を提供したいと思っています。それが質の高い医療に繋がると信じています。外来診療も一期一会、来て頂いたお一人おひとりに「来て良かった」と思って頂けるようにスタッフ全員で日々診療に当たっております。

SAISEIKAI NEWS

ビジョナリーホスピタルに認定されました

この度、当院は日本政策投資銀行によるビジョナリーホスピタルとして認定されました。本認定制度は、環境への配慮や災害時の事業継続性など、100を超える項目を数値化し、その評価に応じて融資条件を設定する同銀行の仕組みです。今回、昨年竣工した主棟の免震構造や、区や近隣医療機関との合同災害訓練の実施に対して、高く評価されました。今後も災害拠点病院として地域社会へ貢献できるよう取り組んで参ります。



「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30年2月～30年3月

100万円…八城 実千代様、八城 千鶴子様、竜崎 崇和様
20万円…永合 正幸様 6万円…酒井 暁様
金額掲載なし…大村 真知子様

※新病棟寄付金の受付は平成30年3月31日をもって終了しました。

港区健康診査・がん検診のお知らせ

例年、多くの皆様に港区の成人健診をお受けいただいております。平成30年度の検査内容と予約方法は、下記の通りです。
※詳細は港区より送付される「港区健診のご案内」を必ずご確認ください。

- ①乳がん検診・子宮がん検診(電話予約のみ)
予約開始日/6月22日(金) 受付/平日14時～16時
- ②基本健診および上記以外のがん検診
(電話予約不可。予約日に直接ご来院ください)
予約日/7月14日(土)の1日のみ
受付/7時～9時に予約券を配布し、予約手続きを行います。

問い合わせ先:総合健診センター TEL:03-3451-8014

