

診療所だより

お問合先

東栄診療所 0536-79-3311

花粉症について

花粉症とはスギやヒノキなどの花粉に対して起こるアレルギー性鼻炎、結膜炎のことです。くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみなどが主な症状で、鼻水はさらさらとした水様性の鼻水が特徴的です。

つらい花粉症ですが、上手に付き合うために大切なことは症状を最悪な状態にもっていかないことです。耐えきれないほどの鼻水、くしゃみ、目のかゆみがあって初めて薬を使うのではなく、そのような状態にならないようマスクの着用等、日常生活にも注意を払っていくことが大切です。

花粉症の時期に注意すること

1) 花粉を避ける。

- 顔にフィットするマスク、メガネを装着しましょう。
- 花粉飛散の多い時間帯の外出を避けましょう。
 - ・花粉は昼前後と夕方に多く飛散します。

2) 花粉を室内に持ち込まない。

- 花粉が付きにくく露出の少ない服装を心がけましょう。
 - ・ウール素材の衣服を着用することは避けた方がよいでしょう。
 - ・からだに花粉が付着することを避けるため、なるべく肌の露出は避けましょう。
- 手洗い、うがい、洗顔、洗髪で花粉を落としましょう。
- 換気方法を工夫しましょう。
 - ・窓をあける幅を狭くし、レースのカーテンをすることで屋内への花粉の流入を減らすことができます。
 - ・床の掃除を励行し、カーテンは定期的に洗濯をしましょう。
- 洗濯物や布団の外干しを控えましょう。



●かぜ症状のある方の受診・診察について

発熱はなくても、咳が出る、のどが痛いなどの風邪症状がある方も発熱外来で対応させて頂く場合があります。風邪症状のある方は直接来院せず、まずはお電話でお問い合わせください。（東栄診療所：79－3311）

また、発熱外来の診療についてはお待たせすることのないよう心がけておりますが、外来診療の状況によりお時間を頂く場合もございますのでご了承ください。

●眼科からのお願い

毎週金曜日の眼科ですが、混み合うことも多くお待たせすることがあります。予約がなく受診を希望の患者さまは一度電話にてご連絡ください。予約が空いている日時で予約を入れさせていただきます。

●3月のコロナワクチン接種日程(完全予約制)

18日（月）

- ・予約票で日時をご確認ください。
- ・接種会場は東栄診療所で、東栄診療所玄関からお入りください。

●3月の予定

精神科 1日（金） 15日（金）

午後整形外科 11日（月） 25日（月）

6日（水）（予約のみ、午後3時までとなります。）

13日（水）（予約のみ、午後3時までとなります。）

27日（水）

金曜日の整形外科診療は午前中のみとなり**午後の診療はありません。**

22日（金）の美和子医師の診療は休診となり、田岡医師（豊川市民病院）による代診となります。

東栄診療所からのお知らせは“とうえいチャンネル”又は“東栄町ホームページ”をご覧ください。