

すぐに役立つくらしの健康情報

こんにちわ

2013年 3月号

【発行】 医療法人 社団 永楽会
前田病院

理事長・院長 前田 正博
 〒737-0051 広島県呉市中央2丁目6-20
 TEL. 0823 (25) 2600
<http://www.hospital-maeda.jp/>

■診療科目 内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科
 血液内科・放射線診断科・リハビリ科・歯科
 ■診療時間 午前9時～12時30分 午後2時～6時
 ●休診日 木曜、土曜の午後及び日曜・祝日



ホームクリニック

メタボリックシンドローム
 解消への第一歩

知るほどTOPICS

PMS (月経前症候群)

ってなに?

はつらつ健康ナビ

心の安定——
 セロトニンの不思議

介護の知恵袋

腰痛・関節痛対策

・生活ほっとニュース

エップワース

眠気尺度テスト

・覚えよう! 楽しい手話

花粉症とPM2.5



2月中旬からスギ花粉症が広島県内でも飛散し始めております。今年は昨年の1.5倍くらいと予測されており、またPM2.5や

黄砂が重なる時期でもあることから、花粉症や呼吸器系の持病のある方は注意が必要です。

PM2.5とは大気中に浮遊する粒子状物質のうちでも特に粒径が2.5μm以下の小さいものを言います。石炭燃料や排気ガスなどから生じた大気汚染物質が粒子になったもので、最近中国で大量に発生しており我が国への飛来が懸念されております。花粉よりも小さいため呼吸器系の奥深くまで入りやすく気管支喘息や気管支炎を引き起こす可能性があります。

今年の花粉症の対策としてマスクはウィルス用のものをお勧めします。またメガネや帽子を着用し、外出から帰ると速やかに手洗い、うがい、洗顔をしましょう。

更に空気清浄器があるとよいでしょう。症状の強い場合は早めに受診して点鼻薬・点眼薬・抗アレルギー剤の処方を受けるようにしてください。

平成25年3月

院長 医学博士 前田 正博