

阪神北広域こども急病センター ニュースレター

こどもの病気、こんなときどうする？

春の暖かな日差しが心地よい季節となりました。一方で朝晩を中心にまだまだ寒さが残っています。風邪などひかないように体調管理にお気をつけください。今回はお子さまの花粉症についてのお話です。

花粉症のお話

日本において花粉症の患者さんは年々増加していると言われていますが、こどもに関しても例外ではなく、しかも低年齢化が進んでいます。

花粉症は大人にとっても辛いもので、お子さんが苦しんでいるのは本当にかわいそうですよね。しかし、対処法によってはお子さんの辛い症状をかなり和らげることも可能です。



➔ 花粉症とは？



私たちのからだは体内へ侵入してくる異物に対し、それに対抗するための物質を作り出して、異物を排除しようとする仕組みを持っています。この反応が過剰に起こってしまうことを「アレルギー」といい、からだに負担となるさまざまな症状があらわれてしまいます。花粉症は花粉が原因で起こってしまうアレルギー性の病気です。花粉が目や鼻の粘膜に付着すると、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみなどを引き起こします。

➔ こどもの花粉症の特徴

- ◆ 目の症状がひどく出やすい。目をこするため充血している。まぶたが腫れる。
- ◆ こどもは鼻の穴が小さいため、鼻づまりが起こりやすい。
- ◆ 鼻水がドロツとしている。
- ◆ 鼻で呼吸ができないため口をポカンと開けていることが多い。



➔ 花粉症から受ける日常生活への影響

小さなこどもでは自分の症状を伝えられないことから、花粉症が放置されている場合もあります。花粉症を放置しておくことで日中の眠気が増したり、注意力や集中力が低下したりするだけでなく、鼻の粘膜が過敏になり、気温差などの刺激に対してもアレルギー反応を起こしてしまうようになります。

➔ こどもの花粉症は何科を受診？

花粉症かなと思ったら小児科か耳鼻科、または眼科の受診をおすすめします。どの科を受診するかは、どんな症状が強く出ているかによって選ぶのがよいでしょう。迷ったらまずは、かかりつけ医で相談しましょう。



→ どんな治療をするの？

●花粉症の発症を抑える

抗アレルギー剤を飲むことでアレルギー症状を引き起こす物質をブロックして症状が起こらないようにします。飲み始めてから効果が現れるまでに2週間ほどかかるため花粉症シーズンが始まる2週間前くらいから飲むことで症状をかなり楽にすることができます。

●花粉症の症状を和らげる

抗ヒスタミン剤やステロイド剤の飲み薬や点眼薬、点鼻薬などを症状に応じて使うことによりアレルギーの強い症状を和らげます。



→ 花粉対策をしよう！

- ◆ 症状をお薬で和らげることは可能ですが、まずはなるべく花粉に触れないこと、避けることが大切です。
- ◆ 花粉がとぶ時期はなるべく外出を控える。(花粉の飛散量をチェックする)
- ◆ 晴れた風の強い日は特に、窓を開けるのを極力控える。
- ◆ 外出する場合には帽子、メガネ、マスクなどで鼻、目からの花粉の侵入を防ぐ。
- ◆ 外から帰ったら、家の中に入る前に体に付いた花粉を払い、手洗い・洗顔・うがいをする。
- ◆ 空気清浄機をつける。
- ◆ 洗濯物や布団は外に干すのを控える。



電話相談をご利用ください

◆ 阪神北広域こども急病センターでは、看護師による電話相談を行っています。

☎ 電話相談 ☎

072-770-9981



☎ 相談受付時間 ☎

平 日	午後 8 : 00 ~ 翌朝 6 : 30
土 曜 日	午後 3 : 00 ~ 翌朝 6 : 30
日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 9 : 00 ~ 翌朝 6 : 30

こどもの急病でお困りのときは、お気軽にご相談ください。

診療のご案内

診療科目	小児科 (15歳未満、中学生まで) ※原則、内科の診療となります	
診療受付時間	平 日	午後 7 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午後 8 時から
	土 曜 日	午後 2 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午後 3 時から
	日・祝日・年末年始 (12/29-1/3)	午前 8 : 30 ~ 翌朝 6 : 30 診察開始は午前 9 時から

道路地図



阪神北広域こども急病センター
〒664-0015 伊丹市昆陽池 2 丁目 10 番地
<http://www.hanshink-kodomoqq.jp/>

TEL : 072-770-9988
FAX : 072-770-9905