

検査室だより

編集・発行/信楽園病院検査科

第 1 号

2004年4月発行

検査広報誌「検査室だより」発行にあたり

信楽園病院を受診された皆さまに少しでも検査について理解して頂き、安心して治療を受けることができるように、との思いから「検査室だより」の発行を企画いたしました。

健康を守るための重要なレーダーと言える検査はおよそ 2000 項目もあります。これから紹介をさせて頂く内容はそのごく一部分となりますが、わかり易くお伝えできるように心掛けていきます。

年に 4 回程度の発行を予定しています。ご意見を伺えれば幸いです。 臨床検査技師長 矢貫恒一

花粉症について 臨床検査技師 黒木幸子

春を待ち望んでいたのに、ムズムズ、グズグズ、涙が出る、鼻がつまる、くしゃみが出るなど、つらい季節を迎えてる方いらっしゃいませんか。花粉は一年中いろいろなものが飛んでいます。今の時期はスギ花粉で、全国で約 1300 万人いると言われています。花粉症全体の 80% をしめします。

●主な花粉の飛散時期 (季節による差がでます)

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ハンノキ												
スギ												
ヒノキ												
シラカンバ												
カモガヤ												
イネ												
ブタクサ												
ヨモギ												
カナムグラ												

●飛散予測はどう知る？

備えあれば憂いなし…予測対策のありなしでは、症状の程度は大違い。花粉対策は万全を期しましょう。症状を少しでも軽くするには、早めの受診、早めの治療が役立ちます。

日々の飛散予測は各地域の情報が参考になります。テレビやラジオの天気予報やインターネットなどで、最新の情報を入手することができます。
・ホームページアドレス花粉情報—花粉症リンク
日本全国（北海道と沖縄を除く）どこでも

<http://www.pollen-net.com/>

●花粉症はなぜ起きる、なぜ増える？

今まで大人に多いとされていた花粉症は、12歳以下の子供にも急激に増加しています。背景には次のようなことが考えられています。

・ディーゼル車の排気ガスなどによる大気汚染

- ・ 精神的ストレスの増加
- ・ 高たんぱく質の食事
- ・ 住宅用建材としてスギやヒノキなどの植林が生長して大量の花粉をつけるようになった
- ・ アスファルトで覆われた都会では、花粉が落ちて土に還ることができず、再び舞い上がって症状を出すのではないかと

●日常生活で注意すること



1. 外出する時は、マスクや眼鏡をつける
2. 花粉情報をチェックして外出する
3. 帰宅後はすぐうがい、洗顔
4. できればシャワーを浴びて髪を洗う
5. 衣服についた花粉やホコリをよく払って家に入る
6. 洗濯物は室内干し 屋外からの取り入れは、よく払ってから
7. 布団・枕はこまめに掃除機をかける
8. ストレスや疲労は免疫系を乱すので避ける
9. 十分な睡眠で体調を整えて

●検査のポイント 『特異的 I g E 抗体』

血液中の I g E 抗体を測定してアレルゲンを調べる検査。アレルギーの原因物質が約 90% の確率で特定できます。