

第 1036 回放送分『小児疾患』2 回目

ゲスト：今給黎亮ドクター

二見いすず

今月のドクタートークは

「小児疾患」をテーマにお送りしています。

お話は、鹿児島県医師会の今給黎亮（いまきいれ りょう）ドクターです。

今給黎さん、どうぞよろしくお願いいたします。

今給黎亮Dr.

よろしくお願いいたします。

二見いすず

小児疾患の中から、先週に引き続き

今日も花粉症についてお送りします。

先週は、花粉症の治療について教えていただきました。

子どもの花粉症も大人と同じ治療で、お薬は、鼻水とかゆみをとめる飲み薬、鼻にスプレーする炎症止めのお薬や目薬などが処方されるということでした。

そして、3 年間ほど行う舌下免疫療法や最近注目されている、重症の方に対する新しい注射での治療もあるというお話でした。今日は何についてお話いただけますか。

今給黎亮Dr.

今日は、花粉症の予防や生活面での対策についてお伝えします。

まずはマスクについてです。明後日 3 月 13 日からは新型コロナウイルス対策でのマスク着用が状況にあわせて緩められますが、スギ花粉は 4 月まで飛びますしその後もヒノキや雑草の花粉が飛びますので、花粉症のお子さんは引き続きマスクを着用されることをおすすめします。

二見いすず

いまコロナのお話が出ましたが、換気についてはどうでしょうか？

この 3 年間、コロナで換気する習慣ができたと思いますが、花粉症だとつらいですね。

今給黎亮Dr.

朝や夜間など比較的花粉が少ない時間帯に換気をすることや、レースのカーテンをかけたまま換気することで室内に入ってくる花粉を減らせることが分かっています。

また日によっても花粉の量は違うので、インターネットやニュース、新聞などで毎日チェックされてみてください。

二見いすず

分かりました。

他に日常生活で対策できることはありますか？

今給黎亮Dr.

帰宅したときに玄関前で髪の毛や服に付いた花粉を払うようにすることも大事です。

表面に毛がついた服やフワフワした服は静電気で花粉を引き寄せていることもあり、払うだけでは落ちにくいので、外出する時は、ツルツルした素材の服がおすすめです。

また外に干した洗濯物にもたくさん花粉がつくので、室内干しにすることや干す時間帯を工夫することも効果的です。

二見いすず

よく分かりました。

今月は小児疾患をテーマに、今週までは子どもの花粉症についてお伝えしました。

来週、再来週は、子どもの気管支喘息についてお伝えします。

お話は鹿児島県医師会の今給黎亮ドクターでした。

ありがとうございました。

今給黎亮Dr.

ありがとうございました。