

病院だより

西伊豆健育会病院



第12号



内科 鶴山優先生が退職します



皆様、4年間大変お世話になりました。4年間は長いようであっという間であり、当院に赴任したことがつい昨日のように思えます。

近年はこの地域でも様々なイベントが開催されておりますが、赴任当初はコロナ禍真っ只中であらゆる行事が自粛されていたので、今になって西伊豆の魅力を日々実感しております。ようやく馴染んできた西伊豆を離れるのはとても寂しいですが、これまで経験させていただいたことを新天地で最大限発揮したいと思います。またどこかでお会いできる日を楽しみにしております。

花粉症ってのどの痛みがあるの？

「鼻風邪っぽい症状がなかなか治らない」「目がかゆい」「のどがイガイガする」
この症状、もしかしたら花粉症かもしれません。
実は花粉症でのどの痛みや不快感がある人は少なくありません。



花粉症によるのどの痛み理由は？

1. 鼻づまりと口呼吸
花粉症で鼻が詰まると、無意識に口呼吸をするようになります。口呼吸は、のどを乾燥させる原因となり、乾燥したのどが痛くなります。
2. アレルギー反応
花粉が体に入ると、免疫システムが過剰に反応し、この反応が喉の粘膜にも影響を与え、炎症や痛みを引き起こすことがあります。
3. 喉の炎症
喉の粘膜にも炎症を起こすことがあります。これが原因で、のどの痛みや違和感が生じます。
4. 後鼻漏（こうびろう）
花粉症が原因で鼻水が喉に流れ込む現象を後鼻漏と言います。これにより、喉が刺激され、痛みを感じることがあります。

のどを痛めないようにできることは？

外へ出る際には、マスク・メガネ・帽子的3点セットを忘れずに着用し帰宅時は衣服をよくはたいてから室内に入ります。そして、うがいと洗顔を忘れずに行ってください。
花粉は床やカーテンなどについているため、掃除を意識的に行い、カーテンを定期的に洗濯すると良いでしょう。
適度に加湿をしたり、空気清浄機を使って室内の花粉の量を減らしたりすることも効果的です。

のどの痛みがひどい時は受診しましょう

問い合わせ先

西伊豆健育会病院 代表番号 : ☎0558-52-2366

医療連携室 : ☎0558-52-2626