

## 保健室よりお知らせ

### 花粉症、ハウスダストアレルギー、ぜんそくの人へ

今年もそろそろ花粉や黄砂（こうさ）が飛散を開始します。

花粉症などの呼吸器系アレルギー症状は、ムズムズ感やかゆみ以外は、風邪と区別が付きにくい症状です。

#### ○粘膜（ねんまく）の問題

アレルギーによるかゆみで、鼻や目をかく頻度が増える為、ウイルスが粘膜に付着するリスクが上がります。また目や鼻をかく事で粘膜が痛むと、身体のバリア機能が弱まり、ウイルスなどが体の中に侵入しやすくなります。

#### ○くしゃみから周囲へウイルスを拡散する危険性

新型コロナウイルスは、感染しても症状の出ない人が多いことからくしゃみなどを行うことで、たとえマスクをしていてもウイルスを持っていた場合、拡散する可能性があります。

花粉症やハウスダストアレルギー、喘息の人は抗アレルギー薬等を服用することにより、風邪に似た症状が改善されますので、新型コロナウイルス対策になります。

（アレルギー症状を非常によくおさえる新薬も出ていますので、きちんとかかりつけ医に相談しましょう。）

