



# グリーンポトスニュース

31号：2000年3月

日差 しも暖かくなり、だんだん春めいてきました。春になると憂鬱になる方も多いのでは。そうです。花粉症の季節です。そこで、今月の話題は『花粉症』です。

## 花粉症

今年も、やってきました花粉症の季節です。春はこれさえなければ、いい季節なのと思っている方も多いのではないのでしょうか。春の花粉症の原因は、主にスギとヒノキです。今年は、スギ花粉の飛散量は史上2番目と予想されており、早くから、対策を考えたほうがよさそうです。

花粉症は、アレルギーの一種ですので、その対策の一番はアレルギーの元であるアレルゲンに接触しないことです。この方法は、食事アレルギーの患者さんに主にを行います。要するにアレルギーを起こす食物を同定して、食べないようにする方法です。しかし、花粉症の場合、スギ花粉などが風に乗って飛んでくるわけですから、アレルゲンをなかなか避けることはできません。

ですから、まずは、できるだけ外出を控えて、スギ花粉に接触しないようにすることです。しかし、これでは、日常生活に大きな支障をきたし、なかなかできることではありません。

それでは、どうすればいいのでしょうか。花粉症に負けない丈夫な身体を作ることができれば、いいのですが...

花粉症の原因は、先程述べたように、スギやヒノキなどが原因です。しかし、もうひとつ大きな原因としてストレスが考えられています。現代は、ストレス社会とも言われるくらい、私たちは多くのストレスにさらされています。花粉症もストレス病の一種なのです。ストレスを少しでも避ければ、症状も軽くなるのです。

かめざわクリニックでは、花粉症を星状神経節ブロックにて治療しております。星状神経節ブロックは、脳内の血行を良くして、ストレスを軽減します。また、片頭痛や肩こりなども改善するため、生活の中のストレスを取り除きます。

あなたもぜひ、星状神経節ブロックで、今年こそ快適な春を楽しんで下さい。



麻酔科(ペインクリニック)・内科・アレルギー科・リハビリテーション科



編集・発行 **かめざわクリニック**

～ 痛みの診療所 ～

院長 亀澤 隆司

春日井市東野町 10-12-2

TEL (0568) 56-5050

裏面もご覧ください