

ほけんだより



平成31年3月
神奈川大学附属中・高等学校
保健室

花粉症を引き起こす植物は 50 種類以上！

花粉症は、スギやヒノキなどの花粉(抗原)が原因となって起こるアレルギー疾患です。特に、スギ花粉症は冬の終わりから春にかけて、毎年多くの人を悩ませています。日本では、スギやヒノキ以外にも、イネ科やブタクサ属、ヨモギ属など、50種類以上の植物が花粉症を引き起こすとされています。

花粉症が増えている理由

花粉症の患者は年々増加しています。その理由に、スギ花粉の増加があります。スギは、他の木に比べ、まっすぐ大きく成長し、寿命が長く、軽くて扱いやすいという特徴があるため、日本では古くから大切にされてきました。スギは植林後30~40年ほどで成木となり、花粉を飛散しはじめますが、戦後の緑化活動で植林されたスギの大半が樹齢40~60年となり、活発に花粉が飛散する時期を迎えています。現在では、国土の約12%閉める割合で植林されています。花粉の量が増えた分、花粉症患者が増えているということです。

知ってる？ 見逃されがちな鼻づまりの二次症状！

<p>① 喉が渇く</p> 	<p>② 咳が出る</p> 	<p>③ 匂いや味が分からない</p> 	<p>④ 不眠</p> 
---	---	--	---








- ◎ 鼻づまりは、**鼻みずが詰まっているわけではありません。**
- ◎ 鼻の粘膜が腫れて、空気の通り道が狭くなった状態です。



☆早めに病院を受診し、症状のコントロールを図りましょう！

関東花粉カレンダー

季節を問わず、いつでも花粉が飛散し、花粉の種類も量も圧倒的に多いのが関東です。

花粉名		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
木	スギ 												
	ヒノキ 												
	ハンノキ属 												
草	イネ科 												
	ブタクサ属 												
	ヨモギ属 												
	カナムグラ 												

ブタクサ・ヨモギの豆知識

ブタクサ(豚草)

- マッカーサーの置き土産と言われている。明治初期に渡来し、戦後、米国駐在軍が来日したところから全国に拡大。
- 日本で初めて報告された花粉症はブタクサ花粉症。



ヨモギ(蓬)

- 草もちの材料に使われることから別名餅草と呼ばれる。
- お灸の艾の原料としても使用。

