



「あなたのかかりつけ医として」

勝浦病院だより

▶お問い合わせ 勝浦病院 ☎0885(42)2555
IP050(3438)7441

花粉症シーズンがはじまります ～早めの対策を心がけましょう～

花粉症は、花粉によって生じるアレルギー疾患の総称です。症状が出る時期には個人差があり、花粉が飛び始めるとすぐに症状が出る人もいれば、花粉の量が多くなるまで症状が出ない人もいます。花粉が飛び始める今こそ、早めの対策が大切です。

▶花粉症対策のポイント

- ①外出時はマスク・帽子・眼鏡を着用
花粉の体内への侵入を防ぐことができます。
- ②帰宅時は家の中に花粉を持ち込まない
家に入る前に衣類等に付着した花粉を払い落としましょう。
- ③うがいと洗顔
うがいや鼻うがいで花粉を取り除きましょう。洗顔は顔に付着した花粉を洗い落とすのに有効です。
- ④こまめに掃除
こまめに掃除機をかけましょう。フローリングであれば毎日の拭き掃除をおすすめします。



「花粉症かな？」と思ったら、早めにご相談を！

花粉症の症状には、くしゃみ・鼻水・微熱など風邪と似たものがあります。また、それらが悪化すると鼻や喉の荒れから感染症を引き起こし、体力低下やストレスにより風邪を併発する可能性もあります。気になる症状があれば早めに医師の診断を受けるようにしましょう。

車椅子と歩行車を寄贈していただきました

勝浦町社会福祉協議会様より、歳末たすけあい募金から、車椅子2台と歩行車2台を寄贈していただきました。大切にに使わせていただきます。ありがとうございました。



2月の糖尿病教室は次のとおりです。

日	担当	内容
4日(水)	内科医師	糖尿病について
18日(水)	薬剤師	薬について
25日(水)	看護師	生活と運動について

- 場 所 勝浦病院 1階 会議室
- 時 間 13:30から1時間程度
- 費 用 無料
- その他 お申し込みは不要で自由参加です。
※状況によっては中止となる場合もあります。