

アレルギー性鼻炎（花粉症）の治療は早めが肝心です！！

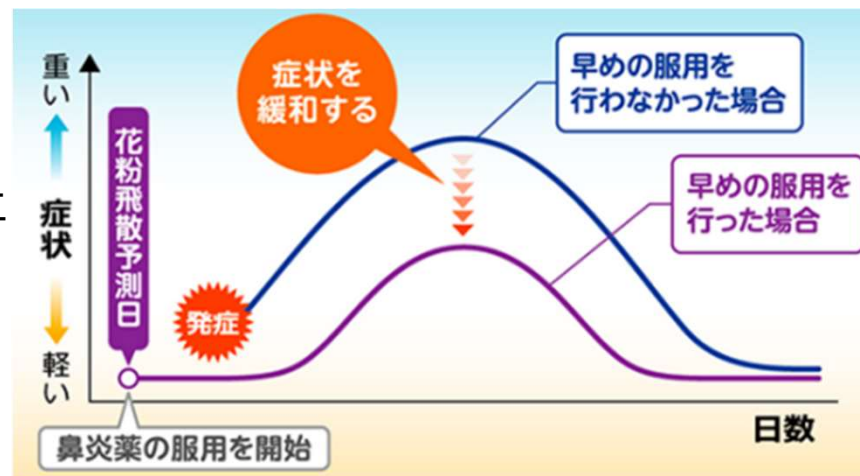
『薬物治療の場合は、眠気を起こさないよう専門医の検査と診断が大切』

日常のセルフケアが大切



- 花粉情報を確認し、マスク・眼鏡を使用する。
- 花粉のつきにくい素材の衣類を使用する。
- 帰社・帰宅時には、うがい・手洗い・洗顔を行う。
- 部屋の床や運転席の足元等、花粉の舞上がりに注意。
- 衣類や洗濯物の屋外干しをさせる。

- ✓ 春の花粉症は、スギ花粉に加えヒノキ花粉も多く飛散します。
- ✓ 時期としては、2月～5月が花粉症状の大半を占めます。
- ✓ 季節性アレルギー鼻炎、通年性アレルギーもあり、ハウスダニにも気を付ける必要があります。
- ✓ くしゃみ・目のかゆみ・鼻水は無くても、アレルギー症状を疑い医師の診断を受けるのが良策です。



花粉症のドライバーは安全運転に一層注意が必要

注意点

- 症状が激しい時は、運転を避ける
- 車間距離を十分に確保
- 速度を抑える
- 外気から花粉が入らないように空調を設定
- 眠気の副作用が小さい薬を医師に相談

◎前方不注意により、対向車線へはみ出す危険！！

◎くしゃみは肋骨骨折の原因にもなるほど衝撃が大きい！！

- ・社内に外気を取り込まない。
- ・症状が重いと感じた場合は、会社内で対策必要。
- ・睡眠不足による不安全運転には注意しましょう！！