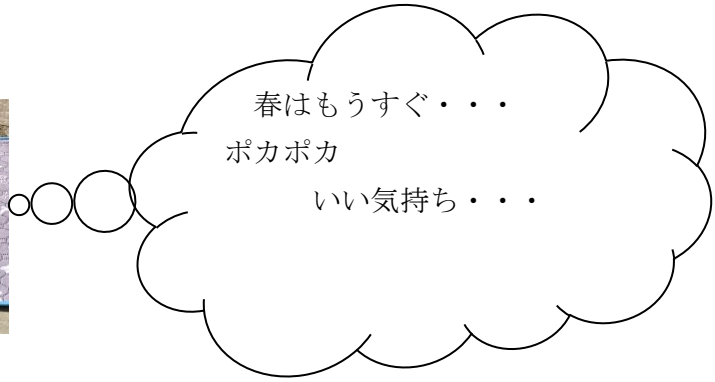
クリニックだより　さきがけ

No.159　令和6年3月

ひな祭り

先月末から寒い日が続きましたが、春は目の前です。しばらくはインフルエンザ B 型の感染が心配なのでお気を付けください。毎年のことですが、スギ花粉の飛散がピークを迎えます。

スギ花粉症の方々はすでに花粉を感じておられるかもしれませんが、ピークになる前に対策をして下さい。一般的にはマスクやうがい、衣服についた花粉を払ったり、付かないようにすることだと思います。

症状がひどくなる方は、抗アレルギー薬を早めに服用開始することが有効といわれており、実践されている方々もいらっしゃると思います。ただし、抗アレルギー薬には、眠気を催すものがあるためご注意ください。