

あきやま子どもクリニックニュース

2026年2月号



2月3日は節分の日

節分は、「一年間を健康に過ごせますように」という願いを込めて、病気や災いなどの“悪いもの”を追い払う、日本の伝統行事です。

節分といえば「豆まき」を思い浮かべるのではないのでしょうか。昔の人々は、病気や災害はすべて「鬼」の仕業だと考えていました。そこで、鬼を追い払う力があると信じられていた豆を投げて、無病息災を願う風習が広まったといわれています。

○ 花粉の飛来が始まっています

少しずつ花粉の飛来が始まる季節になりました。くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみなどの症状が出ていませんか？
もしかしたら風邪ではなく、花粉症かもしれません。



花粉症の主な治療花粉症の治療は、症状や生活スタイルに合わせて行います。

- ◆ 飲み薬(抗ヒスタミン薬など):くしゃみ・鼻水・かゆみを抑えます
- ◆ 点鼻薬:鼻づまりに効果的で、眠くなりにくいものもあります
- ◆ 点眼薬:目のかゆみや充血を和らげます

日常生活でできる対策外出時はマスクや眼鏡を活用帰宅後は衣服の花粉を払い、洗顔・うがいを室内への花粉の持ち込みを減らしましょう
症状が気になる方は、我慢せずお気軽にご相談ください。



○ 最近の流行っている病気

インフルエンザB、ウイルス性胃腸炎が流行しています。周囲の流行がありましたら、医師にお伝えください。

