

# 花粉症・感染症対策

令和5年2月15日  
ボルテックスセイゲン  
健康管理室 佐藤

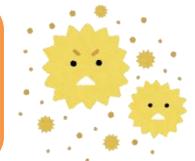
## 【花粉症情報】

花粉症は、花粉に対して人間が起こすアレルギー反応です。  
スギ花粉は2月上旬・ヒノキ花粉は3月末よりピークを迎えます。  
2023年の花粉飛散量は、過去10年の平均値の1.5倍以上になる見通しです。  
一度かかると自然治癒しにくく、現在は小児の発症も急増し問題となっています。花粉症による経済損失は、医療費と労働損失をあわせて年間2860億円という推計があります。



## ポイント

出来るだけ花粉やウイルスを取り込まない。  
花粉症の症状を抑えるようにすることが大切です。



## 花粉症の予防・治療はお早めに！

- ・症状が悪化すると、症状を抑えるのが難しくなってきます。
- ・症状が出る前の初期治療も受けられます。

眠くなりにくい薬もありますので、**医師・薬剤師にご相談ください。**

## 根本的に治したい方

現在、スギ花粉の治療法として「舌下免疫療法」があります。  
ただし、花粉飛散量が多い時期には実施できません。  
治療を始める時期は6～11月頃までとなります。  
服用は5歳以上で可能。期間は3年から5年程度になります。  
効果は人によりますが、1シーズン目より症状が楽になる方もいます。  
※登録医師のいる病院でないと、治療が開始できませんので、  
病院にご確認ください。

## 【シダキュア】

スギ花粉エキスを毎日摂取し続ける事により徐々にスギ花粉に対する過剰反応を抑えていこうという療法



## 花粉症予防のため日々対策を

○外出時に、マスク・ゴーグル（花粉メガネ）を使用。

○布団や洗濯物の**天日干しは我慢。**

洗濯乾燥機・布団乾燥機を使用。

○**空気清浄機**や**加湿器**を利用しましょう。

→湿度は40～60%に！乾燥しているとのどや鼻・目の粘膜の機能が正常に働きません。

加湿により、浮遊している花粉を落下させます。

○床に落ちた花粉が再飛散しないように、**こまめな掃除**を。

○ナイロン製など、**花粉がつきにくい服**を着る。

○生活習慣を整え、悪化しないようにしましょう。

（睡眠不足・ストレス・飲みすぎ・喫煙に注意）



# 2類相当から5類へ、コロナ対策はどうなる？

## 【新型コロナウイルス感染症情報】

マスク着用について ※会社対応については今後の案内をご確認ください。

**5月8日から、5類となることが正式に決まりました。**

政府は10日、新型コロナウイルス感染症対策本部で、**マスク着用ルールを3月13日に緩和**すると決めました。これまでは、屋内では原則着用としていましたが、今後は**屋内外を問わず、着用するかどうかは個人の判断**となります。

**【マスク着用推奨場面】**医療機関の受診時・通勤ラッシュで混雑した電車の乗車時など  
**【学校では】**4月1日から着用を求めないことを基本とし、それ以前に行われる卒業式でもマスクなしを許容する。



## 2類相当から5類に変更での変化

	2類相当（新型コロナ）	5類（季節性インフルエンザ等）
マスク着用	屋内では推奨	個人の判断（3 / 13～）
感染者報告	全数	定点
入院勧告	あり	なし
就業制限	あり	なし
医療費やワクチン費用	全額公費	一部負担も
		薬の一部やワクチン接種は当面、国負担。段階的に見直していく。
受診・入院	発熱外来に限る	全ての医療機関

5類となり、季節性インフルエンザと同等になりますが、5類に移行したら、今より更に個人の判断や企業の判断が大切になってきます。

感染力に関して厚生労働省の専門家会合では「コロナの方がはるかに強い」と指摘されています。また、治療薬の供給体制も、コロナはインフルエンザほど整っていないという声が聞かれます。現在、XBB.1.5がアメリカで急拡大しており、日本でもまだ少ないですが検出されています。まだ十分なデータはないですが、人の細胞にくっつきやすく、免疫を逃れる性質が強いため、感染しやすいと言われており、今後日本でも、株の置き換わりと感染の急拡大が懸念されています。

私たちはコロナ禍におけるニュースで、「くしゃみやおしゃべりの飛沫がどれだけ飛ぶか」「手洗い消毒・換気の重要性について」等、何度も繰り返し感染症予防の知識を得てきました。今までと同様、個々に対策を行う事が重要ですし、他の感染症予防にも非常に効果的です。

