

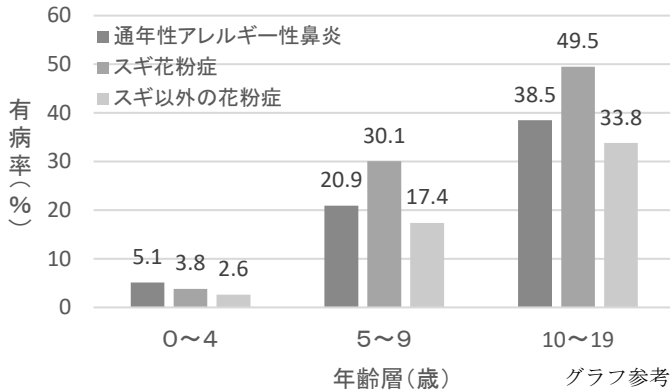


# ほけんだより

令和3年2月  
大田区立保育園

春の訪れとともに、メディア等で花粉情報を耳にすることが増えます。日本気象協会 2021 年春の花粉飛散予測(第3報 1/20)によると、今年の花粉の飛散は、例年より少ない予測ですが、近年、子どもにも花粉症の発症が増えており、これからの時期に風邪にも似た症状が出始めます。そこで今回は、子どもの花粉症についてお伝えします。

## 子どもでも花粉症になる!?



\*花粉症は、1~2歳頃から発症すると言われています。  
 \*花粉症はアレルギー反応の一種で、体に抗体ができ、その後、再び花粉が体内に侵入してアレルギー反応が起こると発症します。そのため、年齢を重ね、花粉に接触する機会が増えることに比例して、発症数が増加していきます。  
 \*アレルギー発症には、遺伝的要因と環境要因など様々な要因が、関与して起こります。

グラフ参考：  
鼻アレルギー診療ガイドライン-通年性鼻炎と花粉症-2020年版（改訂第9版）

## 子どもの花粉症の主な症状は・・・



## 【気をつけてあげたいこと】



子どもは鼻腔が狭いため、鼻の粘膜が腫れたり、鼻水が多く出ると鼻が詰まり呼吸がうまくできません。そのような状態の時は、ミルクが飲めない、寝不足で元気が出ない、かゆみなどでイライラする、集中して遊べないなどつらい状態になります。

- ♥自分で鼻のかめない子どもは、鼻水を取ってあげましょう。
- ♥症状が楽になるように医師に相談しましょう。内服薬や塗り薬、点眼薬などは、医師に経過を診てもらいながら正しく使用しましょう。
- ♥花粉を持ち込まない対策をしてあげましょう。
  - ・帰宅時は、外で花粉を払ってから家に入りましょう。
  - ・うがい、手洗い、洗顔で花粉を洗い流しましょう。



## インフルエンザ?かぜ?新型コロナウイルス?それとも花粉症?

いずれも呼吸器症状が出ることも多い疾患のため、判断に迷われることも多いと思います。子どもがつかうようになっているときは早めに医療機関を受診して、適切な処置を受けるようにしましょう。引き続き、「手洗い」「うがい」「咳エチケット」「3密を避ける」「定期的な換気」を心がけましょう。