

キタバ



第161回 通信

春の花粉対策

春の訪れとともに気になるのが、花粉です。特に、3月から4月にかけてはスギやヒ

ノキの花粉が多く飛散し、くしゃみや鼻水、目のかゆみなど



どの症状に悩まされる方も増えてきます。そこで、日常でできる花粉対策をご紹介します。

①花粉を持ち込まない

外出時はマスクやメガネを着用し、帰宅後は衣服や髪についてた花粉をしっかりと払いましょう。すぐに手洗い・うがいを行うことも大切です。

②室内環境を整える

窓の開閉は最小限にし、洗濯物は室内干しにすると花粉の付着を防げます。空気清浄機の活用もおすすです。

③早めの薬物療法

花粉症の治療には、抗ヒスタミン薬や点鼻薬、点眼薬などが用いられます。症状が出る前、または軽いうちから薬を使用することで、つらい症状を軽減できる場合があります。気になる方は薬剤師にご相談ください。

花粉症は日々の対策で症状を軽減できる場合があります。早めのケアで快適な春を過ごしましょう。

キタバ薬局 初芝駅前店

岡田 瑞希

●キタバ薬局

- メディカルスクエア店 富田林市向陽台2-1-12
0721-28-7423
津々山台店 富田林市津々山台2丁目10-10-104
0721-40-2267
河内長野店 河内長野市西之山町7-2
0721-50-0085
金剛西口店 大阪狭山市半田1丁目622-1
072-366-0131
西山台店 大阪狭山市西山台3-5-16
072-365-0399
くみの木店 大阪狭山市葉栗木4-372-10
072-360-2101

●キタバ

- エコー・ロゼ店 富田林市向陽台3-1-1
0721-28-3654
向陽台店 富田林市向陽台2-1-12
0721-28-3479
河内長野店 河内長野市西之山町7-2
0721-50-0016

ホームページは

キタバ薬局 検索