



たけおクリニック通信



院長 竹尾浩紀からご挨拶

3月になりました。



今年は、東京でも雪がとともよく降っています。

なかなかインフルエンザが止まりません。パラパラとB型の患者さんが見られています。また、これからは花粉症の季節です。昨年も7割程度と少なめの予想がされています。しかし、症状のある方にとっては大変なことに変わりはありません。私個人としては、薬を使わず「気にしない」という心持も大切だと思っています。我慢できる範囲は我慢し、メガネやマスクを併用する等にて可能な限り、手を尽くされることも合わせお勧めします。お薬は使う量、種類が少なければよりよいことですが、一方必要な場合は、躊躇せず使っていただきたいとも考えています。具体的に、内服薬は既に赤く腫れている方、夜間無意識に目や鼻を触ってしまう方がどうしても必要な方の代表です。また、もうすぐ舌下型の減感作療法という新しい治療も始められるようです。時間がかかる治療ですが、必要のある患者さんにはご紹介いたします。また、希望があればお声掛けください。

日差しには、春らしさも感じられます。しかし寒い日もありますので、体調に注意され無理なくお過ごしください。

女の子の日

ひなまつり



みなさま、3月になりました。

今月はおひなさまの月ですね。3月3日は上巳(じょうし)、桃の節句などと言われ、厄を人形に移して祓った、「流しひな」の風習がありました。それらが発展し、ひな人形を飾り、女の子の健やかな成長と幸せを願う現在のひな祭りとなりました。

飾り物と色の意味としてひし餅や、ひなあられに見られる、白・青・桃の3色はそれぞれ雪の大地(白)、木々の芽吹き(青)、生命(桃)を表しており、この3色のお菓子を食すことで自然のエネルギーを授かり、健やかに成長できるという意味があります。



教えてポン太く〜ん★

〜暮らし編〜

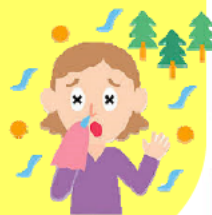


Q、1日で最もスギ花粉が多く飛ぶ時間帯は？

A、11~15時、17~20時(東京の場合)

スギ花粉が多くなる時間帯はその日の気象条件や季節によって変わりますが、一般的にはお昼前後と日没前後に多くなるというデータがあります。気温が上がって午前中にスギ林から飛び出した花粉が、数時間後に都市部に到達するため、まずお昼前後にピークを迎えます。さらに、上空を舞っていた花粉が地上に落下する、17~20時が第2のピークとなるようです。

ビジネスマンは、出勤時間よりむしろ帰宅時間の方が、要注意といえそうです。マスクや花粉メガネを活用するのもオススメ!



あしがらう



最後までお読みいただきありがとうございました。これからも発刊を頑張りますので、どうぞよろしくお願ひ致します。第34号もお楽しみに!

2014年3月発行 第33号

たけおクリニック 院長 竹尾 浩紀
〒154-0004 東京都世田谷区太子堂 4-22-7 森住ビル 3F
TEL: 03-5433-3255 FAX: 03-5433-3256
HP: <http://www.takeo-clinic.com/>

