



目がかゆい時の対処

- ① 冷却する。
- ② 原因物質を洗い流す

痒くてどうしようもなくこすってしまいたくなるようなことがありますよね。その時は、まず冷やしましょう。もし、点眼があれば、目の表面に付着した原因物質を洗い流すのも大事です。

アレルギー反応が生じると血管の窓が開いて、そこに機械的な刺激が加わると血管外に水分が漏れてきて腫れが強くなります。瞼が腫れたり、白目がぶよぶよしたりする（結膜浮腫）現象が起きます。ですので、こすらず、冷やして痒みが落ち着くのを待ちましょう。

現在お使いの薬でコントロールできない場合は、点眼の変更で解決できる場合があります。ご相談ください。

世界の花粉症

World Allergy Organizationの2016年の報告によると世界中で花粉症に罹患している人口は全体の22.1%にも及ぶと言われており、過去15年間で**0.3%ずつ毎年患者数が増えている**というデータもあります。

以前はそうでなかったのに今年は何か変だという方はもしかしたら、花粉症を発症しているのかもしれない。気づいていないけど、実は花粉に感作されていたということがあります。

世界の3大花粉症

- ① スギ（地域：日本）
飛散ピーク2-4月
有病率26.5%
- ② イネ科（地域：欧州）
飛散ピーク5-7月
有病率21.8%
- ③ ブタクサ（地域：北米）
飛散ピーク8-9月
有病率19%