

安全ニュース

花粉症対策

冬の寒さが和らいできましたね！ほっとするのもつかの間。花粉症の季節がやってきます！厚生労働省の協力による全国調査では国民のおよそ25%が花粉症と考えられています。今回は花粉症について、書いていきたいと思います。

【花粉症の症状】

花粉症の症状は風邪とも似ています。

| 花粉症の場合 | 症状 | 風邪の場合 |
|-------------|------|---------|
| さらさら | 鼻水 | ネバネバ |
| 痛みやかゆみがある | 目 | 特に症状はない |
| かゆみが強い | 喉 | 痛みが強い |
| 何度も続けてでる | くしゃみ | 一日に何度か |
| どうにか外出できる程度 | だるさ | 横になりたい |
| 雨の日は症状が楽になる | 天候 | 無関係 |
| 2週間以上続いている | 期間 | 数日 |

自分の症状を比較した際、どちらの項目が多いかで、花粉症なのか風邪なのか推測することができます。花粉症の場合、アレルギー性のもとなるため、鼻水はさらさらとしています。加えて、頑固な鼻づまり、目や喉のかゆみも出てくるでしょう。くしゃみが何回も続けて出るのが特徴で、ひどいときは一日中止まらないといった場合もあります。



それに対し、風邪の場合は鼻水が最初はさらさらでも、数日でネバネバの鼻水となります。また横になりたいと感じるようなだるさや寒気があり、高めの熱が出ることも。

くしゃみは出るものの、花粉症と違い、連続してというよりも、一度大きくくしゃみが出るのが特徴的です。

他にも花粉症は花粉が飛んでいる期間ずっと続き、雨などで花粉量が少なくなれば症状が軽くなるのに対し、風邪はウイルスがすでに体内にいますので発生するため、天候等に影響されることはありません。

【対策】

花粉症になってしまったら、重症化する前に早期対策が重要です。

風邪かもしれないと放っておく内に、症状がどんどん進んでしまうこともあります。花粉症の一番の対策はアレルギー物質である花粉を極力体内に入れないこと。そのために、次のことを徹底しましょう。



- ①マスクやメガネで体内への侵入を防ぐ
- ②帰宅時、必ず衣服をよく払ってから家に入る
- ③洗顔、うがい、入浴等を行い、体についた花粉をなるべく洗い流す
- ④家の中の花粉を除去すべく、掃除をこまめに行う

それでも症状が重症化してしまった場合には医療機関を受診し、抗アレルギー薬を処方してもらうことをおすすめします。

傷害事故報告

| 発生日 | 時間 | 性別 | 年齢 | 場所 | 起因物 | 事故状況 | 被災状況 |
|------|-------|----|----|---------|------|---|----------------------|
| 1/15 | 11:00 | 男 | 81 | 新座市畑中路上 | 交通事故 | 徒歩にて横断歩道上を移動中、一時停止中の車両に後続車両が追突し、そのはずみで一時停止中の車両が身体に激突。 | 右肋骨6本骨折。 左足両肘に擦過傷 |

1月の事故は1件です！年度末まで事故0を目指してがんばりましょう！

| 月 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 計 |
|-------|---|---|---|---|---|---|----|----|----|---|---|---|----|
| 令和3年度 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 10 |
| 令和4年度 | 0 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 0 | 1 | | | 13 |