

2～3月は花粉症のシーズンです。花粉症の症状は風邪と紛らわしいですし、子どもは症状をうまく言えません。気になる時は、小児科や耳鼻咽喉科などで相談しましょう。

子どもの花粉症について

大人の病気と思われがちですが、5～9歳では13.7%、10～19歳では31.4%もの子どもが花粉症だというデータがあります。花粉症の症状がずっと続くと不快だけでなく、さまざまな問題を招くおそれがあります。

花粉症の 3大症状

くしゃみ

鼻水、
鼻づまり

目を
こする

こんなサインに注意

●口をいつも開けている

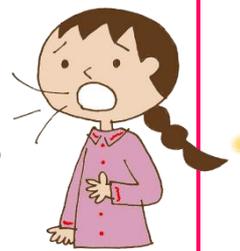
しつこい鼻づまりのために、口呼吸になります。

乾いた空気が口からのどに入るため、風邪などをひきやすくなるおそれがあります。

●なかなか寝ない

●日中元気がない、機嫌が悪い

息苦しさのために、よく眠れなくなります。そのため昼間に元気に遊べなかったり、機嫌が悪くなったりします。小学生になると、授業に集中できないなどの問題が起こってくることも。



花粉を家に持ち込まないために…

- 外干しを控える…花粉が多く飛ぶシーズンは、洗濯物を外に出すのを控えましょう。
- 玄関で脱ぐ…帰宅したら、コート類は玄関で脱いで吊るすなど、室内に花粉を持ち込まないようにしましょう。
- 服からも取り除く…衣類をはたくと、花粉が舞い散って逆効果です。粘着テープで取り除いたり、花粉のつきにくいツルツルの素材の上着もおすすめです。

耳・鼻にもものが入ってしまった！



小さな子どもが、鼻や耳に小さなものを入れてしまい、取れなくなってしまうことはよくあります。その場合、無理に取ろうとするとかえって奥に押し込んでしまいがちです。無理せず、小児科や耳鼻咽喉科で取ってもらいましょう。

★こんなものが入っていたことも★

ビー玉、豆類、BB弾、ボタン、植物の種、ピアスのキャッチ、粘土など

