

2023

Vol.117

## むらいクリニック通信

Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic Murai Clinic

## 花粉にご注意ください

日本気象協会 (tenki.jp) によると

今年の春の花粉飛散予測は東海地方では例年より多く飛ぶ見込みです。(2022.12.08時点での予測)

## 【前シーズン比】

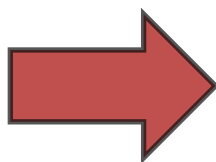
東海地方は非常に多く飛ぶ見込みです。前シーズンは症状が弱かった方も万全な花粉症対策が必要になりそうです！

## 【飛散量の予測根拠】

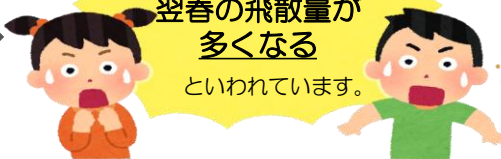
花粉の飛散量は前年夏の気象条件が大きく影響します。

夏

- ・気温が高い
- ・日照時間が多い
- ・雨の少ない夏



花芽が多く形成され  
翌春の飛散量が  
多くなる  
といわれています。



2022年の夏(6月~8月)は梅雨前線の活動が弱く、特に6月の降水量は西日本 太平洋側でかなり少なく、日照時間は東日本 日本海側と西日本 太平洋側でかなり多くなりました。また、6月後半から7月上旬にかけて太平洋高気圧が強まり、東・西日本を中心に晴れてかなりの高温となりました。そのため、6月に「高温・多照・少雨」となり、スギの花芽形成に好条件となりました。さらに、2021年~2022年に花粉飛散量が少なかった地域が多く、スギの木に花芽を形成させるエネルギーが蓄えられていたため、より一層、スギの花芽形成が促進されたと考えられます。

引用・参考 日本気象協会 tenki.jp  
<https://tenki.jp/pollen/expectation/>

## 2月はスギ花粉だけじゃない！

## ★スギ

花粉症患者が最も多いです。スギは花粉の運搬を風に頼っており、虫や小鳥に花粉を運んでもらう植物よりも花粉を大量につくります。そのため、森林のない都心へ風に乗った花粉が大量に運ばれるのです。

## ★ヒノキ

国内に多く植林されている樹種です。飛散の時期はスギとほぼ一緒か、ヒノキがやや遅れて飛び始めます。

## ★ハンノキ

日本全国に生育しており公園や林道沿いにもよく植えられている身近な樹木です。

スギよりも少し早く飛び始め、1月から症状が出たりします。

## 花粉症を患っているCPAP使用者の皆さん

## ☆加湿器を使いましょう

加湿器を使って空気に湿気を加えます。鼻の乾燥を防ぐことで、鼻づまりが改善することがあります。

## ☆花粉症用のフィルターを活用しましょう

花粉を取り除く花粉防塵用フィルターを通すことで、睡眠中に吸い込む花粉が減少します。

寝る前にしっかりと花粉を落とし、CPAPの使用日数を増やしていきましょう！



## 消耗品について

今後マスク、フィルターなどの消耗品の交換を希望される場合は、今使用している物を当クリニックに

持参し、原則交換でお願いします

また、マスクの交換や機械の不具合等で来院された場合、診療扱いとなりますので、ご了承ください。

※原則、前回の交換から1年未満の場合は破損等の理由を除きお断りしています。

耳鼻咽喉科・アレルギー科  
いびき・無呼吸検査治療室

むらいクリニック

〒503-0836  
岐阜県大垣市大井2-44-2  
TEL 0584-77-3838 Fax 0584-77-3839  
予約専用TEL 0584-47-9898  
<http://www.murai-clinic.jp>

