



せいきょう 玉野診療所 だより

発行
せいきょう玉野診療所運営委員会
〒706-0026
玉野市羽根崎町 5-10 ☎0863-81-1696

花粉症について



みなさんこんにちは。春花粉の季節がやってきました。
今年は大量飛散が見込まれるためしっかりと花粉対策が必要です。
これって風邪？それとも花粉症？と迷うことはありませんか。
迷ったらセルフチェックで症状を見極め正しい治療や対策につなげましょう



かぜ	症状	花粉症
ウイルス	原因	花粉
37℃以上の発熱あり	発熱	ほとんどでない あっても微熱
それほど続けてでない	くしゃみ	何度も続けて出る
のどが痛み、咳が出る	咳	咳が出ることもあるが、 のどの痛みはない
はじめはサラサウで 次第に粘り気が出て色も付く	鼻水	サラサウで透明
ほとんど何の症状もでない	目	涙が出る、かゆみ、充血
1週間程度	期間	花粉が飛んでいる時期



花粉対策

マスク着用することで花粉を 1/3~1/6 に減らすことが出来ます。花粉が飛び始める前からマスク着用すると花粉症の症状を抑えることができますといわれています。

花粉を寄せ付けない工夫の一つに「メガネ」があります。花粉対策用のメガネが販売されています。通常のメガネでも目に入る花粉の量を 1/3 に減らすことができます。

診療予定表

午前 8時30分~12時30分
午後 15時00分~19時00分

	月	火	水	木	金	土
午前	谷口	谷口	谷口	6日 代診 13日 谷口 20日 代診 27日 谷口	谷口	1日 代診 8日 杉村 15日 代診 22日 杉村 29日 休診
午後	3日 代診 10日 谷口 17日 谷口 24日 谷口	3時~5時まで 谷口	谷口		谷口	 玉野診療所 QRコード

【マスク着用のおねがい】

感染予防の観点から当診療所を受診される際には、マスク着用をお願いします

带状疱疹ワクチンのご案内

この度、当診療所で带状疱疹ワクチンの取り扱いを行うことになりました。ワクチンは2種類で効果・価格など異なります。受付か電話でお問合せ申し込みください。

名称	弱毒性水泡ワクチン	シングリックス
接種回数	1回	2回
発症予防効果	50%	90%
効果の持続	5年	9年以上
費用	組合員：7,920円 一般：8,800円	組合員：40,000円 一般：44,000円



休診日 4/2(日)、4/9(日)、4/16(日)、4/23(日)、4/29(土祝)、4/30(日)