



——妊娠を考えていますが、花粉症の症状が重いので、薬が使えるのかどうか心配です…

Dr.M 妊娠初期はどの薬も絶対に安心ということはありません。ただ、花粉症のくしゃみでおなかや張ってくるようなときは、産科医と相談して積極的に治療を行うこともあります。産科の先生に相談のうえ受診ください。妊娠後期は使える薬も増えてきますし、体への吸収が少ないのでステロイドの点鼻薬を使える可能性も高まります。

——例年ステロイドの点鼻薬を使っていますが、点鼻薬とはいえ妊娠中は不安です。ほかに点鼻薬はありますか？

Dr.M 血管を収縮して鼻づまりをとる非ステロイドの点鼻薬もあります。粘膜の負担になります。妊娠には影響しないので、妊娠している間にこういう点鼻薬で乗り切るのも方法です。

おしえて！Mimiko先生にご質問をお寄せください。受付のポストまで

うさぎビルからのお知らせ

*うさぎビルコンサート 月に1回程度、コンサートを行っています。お気軽に足をお運びください。ご予約お問合せは042-386-3354まで。
*シニアハイムうさぎ 当たりの良い角部屋が空きました。問合せ 042-386-3354
定員12人で手厚い介護。介護付き有料老人ホーム「シニアハイム」に空きが出ました。
*グループホームうさぎ 待機受付中です。

もろほしクリニック周辺マップ



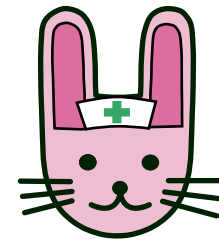
みみこちゃん通信はこちらの店舗様に置いて頂いています

- 3 大洋堂書店 創業半世紀。地元の本屋さん
- 4 ファンタジスタ 手作りのパン焼いています
- 5 キッチン ブラウン 特製ソースは地元産野菜を使用
- 6 グレース小金井店 鮮魚と手作り弁当が人気
- 8 クラウン 武蔵野店 焼き立てパンをイートインで
- 9 東急ストア三鷹店 夜中1時まで営業
- 11 サルバトーレ・クオモ三鷹 薪釜で焼く本格ナポリピザ
- 12 キッチンコート三鷹店 水曜はポイント5倍
- 13 横河武蔵野FC 地元密着フットボールクラブ
- 15 カフェZENON 絵本もマンガもあるカフェです
- 16 宮地楽器 吉祥寺センター ロフト6階にある音楽教室です
- 17 宮地楽器 MUSICJOY 吉祥寺 音楽教室に加え、パレエ教室も開講
- 18 カフェミニオン うさぎと一緒に遊べるカフェ
- 19 KJパレエスタジオ吉祥寺 パレエ教室
- 20 kawaracafe吉祥寺パレコ店 和カフェ

「みみこちゃん通信」発行所 もろほしクリニック 小金井市緑町1-6-53 うさぎビル1階

みみこちゃん通信

もろほし耳鼻咽喉科の院内報 No.86 2017.2-3月号



今月の耳より

花粉症 2017

3つの備えで花粉症を乗り切る

今年のスギ花粉飛散量は「平均よりはやや少なめだけれど、ここ10年で2番目に少なかった去年の2倍」の予想。1月4日には飛散が初観測されています。眠くなりにくい新薬の登場、根本治療の舌下免疫療法など個々に合った方法で乗り切りましょう！

2・3月のみみはなチェック

- ☑ 本当に花粉症なのか検査済ですか？
⇒検査で確かめると治療にとっても役立ちます
- ☑ 1年中アレルギーでも花粉の時期は受診が必要です。
⇒状態に合った薬を出します。諦めないで
- ☑ 花粉症のピークが過ぎても鼻水や鼻づまりが続くときは受診を。
⇒ほかのアレルギーや慢性副鼻腔炎の疑いがあります
⇒いびきや、就寝時の一時的に息が止まるときはSASの検査をぜひ1度！

平成29年1月より三鷹は日曜日も診療いたします。
小金井もCTを導入しました。

もろほし耳鼻咽喉科のご案内

- ・東小金井・三鷹・吉祥寺にあり、3か所で情報を共有。どこでも治療できます。
- ・めまい、無呼吸、嗅覚、レーザー治療など、専門をもった医師が診察します。
- ・被ばく量が少なく情報量が豊富なコンピームCT（小金井・吉祥寺）など、検査機器が充実しています。
- ・病診連携に取り組んでおり、昭和大学小林一女教授、東邦大学大橋医療センター吉川衛教授、東京医科大学八王子医療センター耳鼻咽喉科小川恭生教授、東京通信病院八木昌人部長などの診察、手術の相談など受けられます。

もろほしクリニック	休診：なし	月・木	9:00~12:00	14:00~17:30
小金井市緑町1-6-53 うさぎビル1階		火・水・金	9:00~12:00	14:00~19:00
電話：042(385)3341 予約：18603(4570)2933		土・日・祝	9:00~14:00	
三鷹 もろほし耳鼻咽喉科	休診：祝日	月・金	9:00~12:00	14:00~19:00
武蔵野市中町1-12-10 武蔵野タワーSG5F		火・水・木	9:00~12:00	14:00~17:30
電話：0422(37)3341 予約：18603(4588)3007		土・日	9:00~14:00	
吉祥寺もろほし耳鼻咽喉科	休診：なし	月・木	9:00~12:00	14:00~19:00
武蔵野市吉祥寺本町1-7-4 丸二清水ビル3F		火・水・金	9:00~12:00	14:00~17:30
電話：0422(20)4133 予約：18603(4530)0087		土・日・祝	9:00~14:00	

花粉症じたく その①

新薬が2つ登場。1日1回&眠たくなりにくい

1983年以降発売された第2世代の抗アレルギー薬(アレグラやクラリチンなど)は、第1世代の抗アレルギー薬のデメリットである眠気などの副作用が改善されました。

今回は貼付文書にも注意書きのない、眠気のない薬が2種(デザレックス等)、発売されました。両方とも1日1回の服用で済みます。

眠気の副作用が気になる方はお試しください。なお、新薬のため今秋までは最大2週間の処方となります。

抗アレルギー薬の1か月のお薬代

- アレグラを1か月…約1,720円
 - デザレックスを1か月…約1,740円
- ※3割負担の場合
※診察費・検査費等は別途
注:デザレックスは12歳以上使用可

花粉症じたく その②

根治をめざすなら舌下免疫療法を始めたい!

スギ花粉のエキスを含んだ錠剤を舌の下で溶かして飲みこむ舌下免疫療法により、花粉症の根本的な治癒が期待できます。現在保険適用になっているのはスギとダニの2種類。毎日服用することで3~5年(早い人では1年未満)で効果が現れます。

長年の症状の辛さを解消したい方は、今年を舌下免疫療法元年に!

舌下免疫療法1か月のお薬代

- シダトレン…約1,400円
- ミティキュア…約2,200円

抗アレルギー薬の1か月のお薬代

- 約1,600円~約1,720円
- ※3割負担の場合
※診察費・検査費等は別途

舌下免疫療法スタート時期

- スギの舌下免疫療法(薬名:シダトレン) …6~12月

スギ花粉が飛び終わり、シダトレンを開始できる時期をメールで知らせてくれるサービスがあります。QRコードを読み取るか専用ハガキを受け付けポストへ



↑登録はこちらから

- ダニの舌下免疫療法(薬名:ミティキュア) …いつでも始められます

News! 東京花粉ネットを活用しましょう



東京花粉ネットに登録すると、1日最大4つの時間帯に、希望2地点の花粉予報が携帯電話に配信されます。最新情報をキャッチして外出や洗濯に備えましょう。

東京都花粉ネット登録はこちらから→



花粉症じたく その③

薬の量を減らしたい方はレーザーでブロック

今年は昨年よりは多そうですが、例年ほどの花粉量ではなさそうです。こういう年はシーズンが始まってからレーザー治療が可能ですし、レーザーをすることで内服の量や期間をぐっと減らせる可能性があります。

今年受験を控えた方、春から就活が本格化する方、妊娠を希望している方は特に、レーザー治療で今年の花花粉症を確実に乗り切ってください!

レーザー治療可能診察日

- 小金井…火AM・PM、水AM、金AM・PM
 - 三鷹…水曜PM
 - 吉祥寺…月曜PM、金曜PM
- *レーザー治療は、受付までお電話でご予約ください

レーザー治療代

- 12歳以下は無料か200円(自治体により異なります)
- 大人は3割負担で8,740円

本当にアレルギー? そのいびき、もしかしたらS A Sかも!?

S A Sの検査、アレルギーの検査をしてみませんか

- S A S(睡眠時無呼吸症)の検査
いびきを放っておくと心疾患、脳卒中、糖尿病などのリスクが高まり、健康な人より10年後の死亡率が15%も上がります!心配な方は、就寝時にスマートウォッチを装着する簡易検査をぜひ一度。検査代はおおよそ2,700円です(3割負担)。
- アレルギーの検査
アレルゲンやアレルギーの程度がわかると、最適な治療法、薬の服用期間などを判断できます。検査するとアレルギーではなく慢性鼻炎や副鼻腔炎だったというお子さんも。指先から少し採血する検査なら痛みもなく10分で結果が出ます。