

**ウィズコロナ時代、
上手に乗り切りたい**

花粉対策

2021年版

2021年は前年よりも花粉飛散量が多い!
目をこする、くしゃみなどは
新型コロナウイルス
感染症拡大への影響も。
今季はさらに徹底した花粉対策を。

漢 自然のちから、ひとに活かして
株式会社 タキザワ漢方廠

いま、医療機関に行くのもためらわれる中、
家でできる花粉対策をしましょう

①漢方で体質改善

～漢方はカラダに働きかけ、自然治癒力を高めることによって薬効を發揮します。症状改善とともに体質改善が期待できます～

※眠くなる成分は入っていません

止まらない鼻水 花粉症 アレルギー性鼻炎

花粉症に代表される
“冷え”の鼻炎には



※写真はイメージです

しょうせいりゅうとう 『小青竜湯』

第2類医薬品

花粉症に適している『小青竜湯』。どんな漢方?

小青竜湯は8種類の生薬からなる漢方薬です

- カラダを温める
- 水分代謝をよくする
- 発散作用によりアレルゲン(花粉)を除去する

という3つの働きにより、不快な鼻炎症状を改善します。また症状そのものを抑えるだけでなく、花粉症の背景にある冷えや水分代謝を調整することで、鼻アレルギーを起こしにくくする効果もあります。

※『小青竜湯』をお考えの方は、薬剤師・登録販売者にご相談ください。

【効能・効果】

体力中等度又はやや虚弱で、うすい水様のたんを伴うせきや鼻水が出るもの次の諸症: 気管支炎、気管支ぜんそく、鼻炎、アレルギー性鼻炎、むくみ、感冒、花粉症

②目薬を選ぶポイントは?

花粉対策で市販の目薬の選び方のポイントは含まれる成分です。

抗ヒスタミン作用のあるクロルフェニラミンマレイン酸塩は、アレルギー症状の目のかゆみ・充血を緩和します。黄柏・黄連から抽出したベルベリンと甘草から抽出したグリチルリチン酸のふたつの生薬由来成分は炎症による目のかゆみ・充血などの症状を改善します。これらの成分が含まれている目薬を選ぶと良いでしょう。



③毎日のリラックスタイムにこだわる方なら、 カラダにいい健康茶という選択肢も!

季節の変わり目の敏感トラブルに大活躍なのは

「バラ甜茶」



甜茶、クマザサ、シソ葉、フランス海岸松末配合。甜茶は3種類「中藥大事典」に記載されています。注目されている甜茶は、いずれとも異なるバラ科キイチゴ属の甜葉懸鈎子という植物です。

④予防のための日常生活のセルフケアポイントは?

- 花粉の侵入を防ぐ(マスク・眼鏡着用など)
- 花粉の室内への侵入を防ぐ(洗濯物などは室内干し・入室前に花粉を払い落とす・帰宅後シャワーなど・空気清浄機の利用)
- バランスの良い食事、睡眠を十分に摂るなど体調を整えること



⑤ウィズコロナ時代のいま、注意するポイントは?

●“くしゃみ”による周囲への飛沫拡散を防ぐ

不織布マスクを使用し、くしゃみの際はハンカチなどでマスクの上からさらに口をおさえるなど、リスクの軽減も周囲に対するマナーです。

●花粉による“目のかゆみ”に注意

花粉によりかゆみを感じて目や鼻を触りがちです。つり革や手すりなどを触った手で、目、鼻、口元などを頻繁に触ることで感染リスクが高まるため、今は特に注意が必要です。

●感染症の症状に似通うところがあります

発熱が続く症状には、特に注意が必要です。



2021.2