

# With コロナ時代の花粉症対策

村田製作所健康保険組合

新型コロナウイルスの収束が見通せない中、今年も花粉症のシーズンがやってきました。花粉症とコロナの症状は似ていて見分けが付きにくいことに加え、花粉症によって引き起こされる、くしゃみをする、目をこする、といった動作が、新型コロナウイルス感染症の拡大につながる懸念されています。

## 花粉症とコロナ、見分け方の注意とポイント

	症状	花粉症	新型コロナ
鼻	くしゃみ	◎	△
	鼻水	◎	△
	鼻づまり	◎	△
目	目のかゆみ	◎	×
口	咳	△	◎
	嗅覚／味覚障害	△	○
	発熱	×	◎

花粉症と新型コロナウイルス感染症を見分けるには、「目のかゆみ」があるかどうかと「発熱」しているかどうかポイントになります！



## 花粉症がコロナの感染・拡散リスクを増大させる!?



花粉症患者の中に無症状のコロナ感染者がいた場合、くしゃみなどによってウイルスを広げてしまう

ウイルスが付着した手で目をこすったり、鼻の粘膜に触れたりすると感染リスクが高まる



まずは、花粉症をしっかりと治療して、紛らわしい症状や感染を広げるリスクを除外することが大切です！



## コロナ禍での自分でできる花粉症対策

鼻をかむ前と後に手指消毒



目鼻をこすらない



マスク・眼鏡の着用



くしゃみや咳は下を向いて



家の中に花粉を持ち込まない！



帰宅後は手洗いして顔を洗おうがい



帰宅前に脱ぐ！

感染対策で窓を開けて換気をする、花粉が室内に入ってしまうけれど、どうしたらいいの？

換気は窓を小さく開けて短時間に！



レースのカーテンは花粉の侵入を防ぐ効果あり！

空気を外に追い出すサーキュレーターを利用



加湿器の使用



空気清浄機は部屋の出口付近が効果的！

