

新型コロナウイルス感染症と 花粉症の違い

今月

は 保健師 菊地 実生 です

3月に入り少しずつ春の気配も感じるようになった今日この頃ですが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。いろいろと忙しい時期ですが、体調にも気を付けて過ごしていただきたいと思います。

3月というと道南では花粉が飛散する時期でもあります。昨年、道南地域では3月上旬～中旬にハンノキ花粉、3月中旬～4月中旬にスギ花粉が飛散していました。さらに今年の予想では、北海道の花粉飛散量は平年の140%と多くなっています。

新型コロナウイルス感染症が流行し、ちょうど花粉症の時期にさしかかると、新型コロナウイルス感染症と花粉症の症状が紛らわしくて困るなど、心配される方もいるでしょう。

確かに花粉症なら薬で様子を見ることができますが、新型コロナウイルス感染症だと重症化する可能性や人にうつしてしまう可能性があるので心配です。

新型コロナウイルス感染症と花粉症の症状の違いは次のとおりですので参考にしてみてください。

新型コロナウイルス感染症



通常株は5割、オミクロン株では7割以上の方が37.5度以上の発熱が出る。



オミクロン株感染の場合、約半数の方にのどの痛みが見られる。



鼻水のほかに別の症状を伴っていることがほとんど。



目のかゆみが主症状になるのはまれ。

花 粉 症

発熱などの全身症状が出ることはあまりない。



のどのかゆみやイガイガを感じる人が多い。



他の症状を伴う場合もあるが、特に「サラサラした薄い鼻水がとめどなく流れる」のが特徴。



目のかゆみが多い。



このほかにも「1日の中で変動がある」「特定の場所や時間・環境で症状が出てくる」などの場合も花粉症の可能性が高くなります。もちろん新型コロナウイルスやほかの感染症が心配という方は病院を受診するなどしてください。

いずれにしても、外出後の手洗いやうがい・マスクの着用などは新型コロナウイルス感染症や季節性のインフルエンザはもとより、花粉症の予防にも大きく役立ちます。またマスクは、布製やウレタン製よりも不織布製の使い捨てマスクの方が、オミクロン株や花粉症には効果があるといわれています。

日頃の体調管理としてこれらの習慣を続けていきましょう！