

目のお話

アレルギー性結膜炎

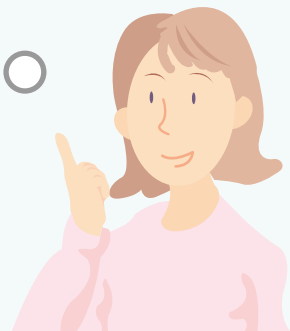
春たけなわ、花粉で目がかゆい、涙が出るという人が増えています。“花粉症”も「アレルギー性結膜炎」のひとつです。



治療にはどんなものがありますか？



アレルギー性結膜炎とはどんな病気なのですか？



アレルギー性結膜炎は、花粉、ホコリ、動物の体毛など、ある特定のものに対して、目のかゆみ、目ヤニ、流涙などの症状が発作的に出てくるアレルギー反応です。



症状が出る前から抗アレルギー剤を服用、点眼することで、アレルギー症状を抑えます。いったん症状が強くなると他の病気を併発することもありますので、症状に応じて消炎剤や抗生物質等の服用、点眼が必要になります。アレルギーの原因は血液検査によって特定することができます。それを知り、日常生活から原因となるものを排除して予防しましょう。



目がかゆいからといって、目をこすりすぎたり放っておいたりすると合併症を招くことがあります。特にコンタクトレンズの方は要注意です。目のかゆみ、目ヤニ、涙などの症状がでたら、眼科専門医の診察を受け、適切な治療を受けましょう。

出田眼科病院 医師 村田 正敏

次回は“メガネの処方箋の見方”についてお話しします。

軽食・喫茶

カフェ

白水

“目によい料理のススメ”

スパイシーな香りで食欲増進！
野菜もたっぷりボリューム満点。

材料(2人前)

仔羊のロース(牛肉でも可)200g(6切れに切り分ける)、A[タマネギの角切り小さじ2、黄ピーマンの角切り、シャンピニオン、ハム、油、塩こしょう各小さじ1]
付け合わせ/人参、いんげんなど。(季節の野菜)

作り方

- 1 フライパンに油を熱し、Aを軽く炒める。
- 2 メリケン粉をふり入れ、かき混ぜながら更に炒める。
- 3 2を牛乳でのばし、塩こしょうで味を調べておく。
- 4 肉を5ミリ位に叩いてのばし、塩こしょうをした後、焼く。
- 5 皿に4を盛り、3のをせ、付け合わせの野菜を飾って出来上がり。



八幡料理長の一口メモ

仔羊の肉にはビタミンが豊富に含まれていて、栄養価の高い食材です。また香辛料に使ってあるターメリックには、健胃効果があるといわれています。春らしい色どりで食欲がすすみます。

白水ランチ「はまゆう」¥1000

サラダ、ライス又はパン、スープ、コーヒー又は紅茶付
仔羊のロースステーキ野菜の角切り
クリーム仕立て(ろこん ターメリック 入り)

293kcal