

# つらいスギ花粉症 早めの対策が肝心です!

## 初期療法

花粉が飛び始める2週間前、又は少しでも症状が現れたら  
治療を開始する（初期治療）により

- ①症状の出る期間を短くすることができます。
- ②症状が軽くなります。

## 花粉症の方へ

花粉量が多い時の外出はなるべく控えましょう。

外出前かゆみがなくても朝の点眼を忘れずにしましょう。

マスク、眼鏡を着用しましょう。

コンタクトレンズの装用はなるべく控えましょう。

