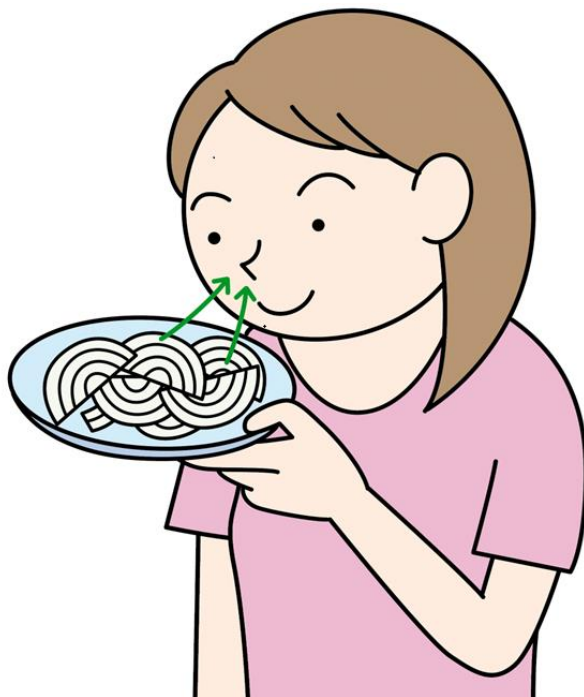


## 疾患ナビ「鼻づまり」



大正製薬株式会社が運用する健康情報サイト「大正健康ナビ（<https://www.taisho-kenko.com>）」では、専門医によるヘルスケアアドバイスを公開しています。

8月28日に新着公開した「鼻づまり」では、大久保 公裕（おおくぼ・きみひろ）先生に原因、症状、治療・解消法や予防法について詳しくお伺いしました。

鼻がつまると、それだけで食事をおいしく感じられなくなったり、夜に眠れなくなったり、さらには仕事や家事に集中できなかつたりと、日常生活に影響が出ることもありますよね。

鼻がつまっていると、「鼻みずがたまっているのかな？」程度で済ませてしまう人が多いかもしれませんが、自分で鼻をかむことができない小さな子どもは、鼻みずがたまって鼻づまりになることもあります。ほとんどの場合、原因は他にあります。では、どんな原因があるのでしょうか？下記リンクより、疾患ナビ「鼻づまり」をチェックしてみましょう。

◆新着情報 専門医によるヘルスケアアドバイス 疾患ナビ「鼻づまり」

<https://www.taisho-kenko.com/disease/634/>

## <目次>

- ・鼻づまりの原因・症状
- ・鼻づまりの治療・解消法
- ・鼻づまりの予防法

鼻づまりの症状があっても、「まだ病院に行くほどではないかも」という場合や、「まずは、今すぐ症状を緩和させたい！」という状況があるかもしれません。そんなときは「日常に取り入れやすい！鼻づまりの簡単セルフケア」を試してみましょう。ツボ押しのポイントや、玉ねぎ深呼吸など、興味深いセルフケアをご紹介します。

大正健康ナビは、生活者の日常生活に寄り添い、「人生 100 年時代をサポートする健康情報発信基地」として、みなさまの健康の維持・増進にお役立ていただけるサイト運営を目指しております。当社は、これからも健康と美を願う生活者に納得していただける優れた医薬品・健康関連商品、情報及びサービスを、社会から支持される方法で創造・提供することにより、社会へ貢献してまいります。

## 【監修者プロフィール】

**日本医科大学大学院 医学研究科 教授**

**大久保 公裕（おおくぼ・きみひろ）先生**

日本医科大学大学院 医学研究科 頭頸部感覚器科学分野 教授、日本医科大学付属病院 耳鼻咽喉科 部長、日本耳鼻咽喉科免疫アレルギー感染症学会理事、奥田記念花粉症学等学術顕彰財団理事長、日本アレルギー協会理事、日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会代議員。1984 年日本医科大学卒業。同大学院修了後、アメリカ国立衛生研究所（NIH）に留学。日本医科大学耳鼻咽喉科准教授を経て、2010 年より現職。医学博士。花粉症治療の第一人者として知られ、『サツとわかる最新「花粉症」治療法』（講談社）、『花粉症は治せる！舌下免疫療法がわかる本』（日本経済新聞出版社）、『クスリいらずで鼻はスカッとよくなる！』（扶桑社）など著書多数。

## ■ご参考

### ●大正健康ナビ

<https://www.taisho-kenko.com>

大正健康ナビでは、お悩みの原因、症状、対策や予防法などをご紹介します。また、気になる症状をすぐにチェックできるコンテンツもご用意。いろいろな疑問に専門家が分かりやすくお答えしています。