

# アレルギー

## Allergies

An allergy occurs when the body reacts to a substance. This may cause a mild to severe problem. There are different kinds of allergies. The most common allergies are to:

- Things in the air such as pollen, mold, pet dander, or dust
- Things you touch such as metal, latex, or chemicals
- Foods you eat or drink such as eggs, peanuts, nuts, milk, soy, wheat, or shellfish
- Insect stings, such as from yellow jackets, bees, wasps, hornets, or ants
- Medicines, such as antibiotics

An allergy cannot be cured, but treatment can help you feel better. The best plan is to avoid the substances that make your symptoms, or signs, worse.

## Symptoms

The most common symptoms of allergies are itchy, runny, or stuffy nose, hives, or skin rashes. More severe allergy symptoms are swelling, wheezing or trouble breathing. If you have trouble breathing, call 911.

Other symptoms depend on the cause of the allergy and may include:

- Itchy, runny, or stuffy nose
- Sinus pressure
- Sneezing
- Itchy, red, swollen, burning, or watery eyes

身体が物質に反応すると、アレルギーが発生します。これにより、軽度から重度の問題が生じる場合があります。アレルギーには様々な種類があります。最も一般的なアレルギーは以下のものです。



- 花粉、カビ、ペットのふけ、ほこりなどの空気中の物質
- 金属、ラテックス、化学薬品などに触れた場合
- 卵、ピーナッツ、牛乳、大豆、小麦、甲殻類などの食品または飲料
- スズメバチ、ミツハチ、ジガバチ、アリなどの虫刺され
- 抗生剤などの薬

アレルギーは治すことはできませんが、治療により気分はよくなります。症状や徴候を悪化させる物質を避けることが最善策です。

## 症状

アレルギーの最も一般的な症状は、かゆみ、鼻水、または鼻づまり、蕁麻疹、または発疹です。より深刻なアレルギーの症状は、腫れ、喘鳴、または呼吸困難です。呼吸困難がある場合は、911 番通報してください。

その他の症状はアレルギーの原因によって異なり、以下のようなものがあります。

- かゆみ、鼻水、鼻づまり
- 副鼻腔の圧迫感
- くしゃみ
- かゆみ、発赤、腫れ、ほてり、涙目

- Itchy throat or cough
- Less able to taste or smell
- Headaches
- Nausea or vomiting
- Abdominal pain or cramping
- Diarrhea
- Swelling around the mouth or trouble swallowing

## Your Care

Your doctor will ask you about your symptoms. Skin or blood tests may be done to check for allergies. Your doctor may suggest over the counter or prescription medicines or injections to treat your symptoms.

## Call your doctor if you have:

- Symptoms that get worse or keep you from doing your normal activities
- A fever over 101 degrees F or 38 degrees C

**Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

- のどのかゆみや咳
- 味覚、嗅覚の低下
- 頭痛
- 吐き気または嘔吐
- 腹痛または腹部のけいれん
- 下痢
- 口の周りの腫れ、飲み込みにくさ

## ケア

主治医が症状についてお尋ねします。アレルギーを確認するために、皮膚または血液検査が行われる場合があります。主治医は、症状を治療するために市販薬や処方薬、または注射を提案する場合があります。

## 以下の症状が現れた場合は主治医に連絡してください。

- 症状が悪化した、通常の活動ができなくなった場合
- 38°C (101°F) 以上の熱が出た場合

**質問や不明な事項については、主治医または看護師にご相談ください。**