



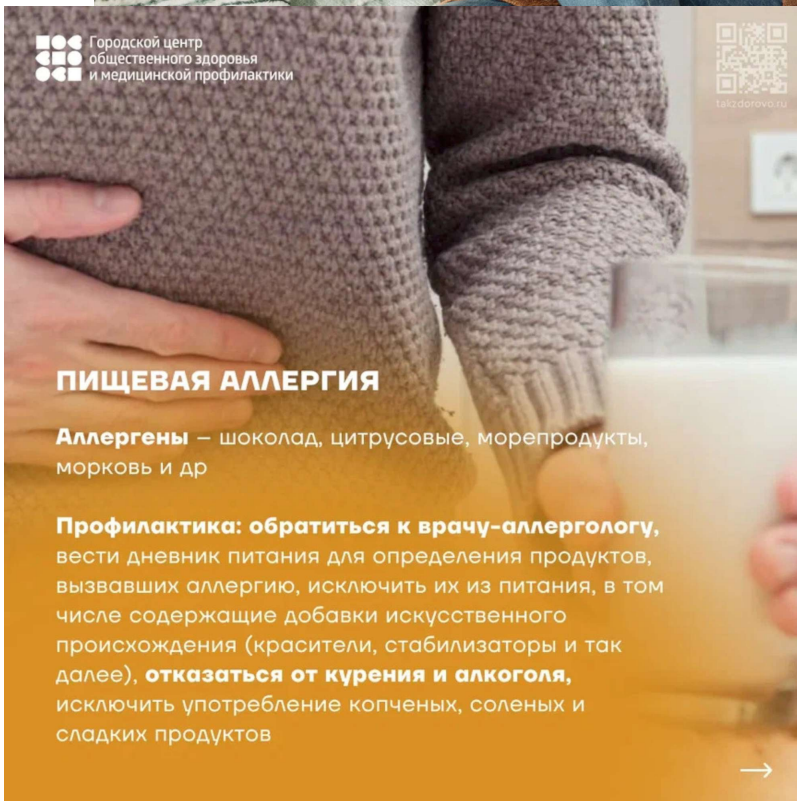
Городской центр общественного здоровья и медицинской профилактики

БЫТОВАЯ АЛЛЕРГИЯ

Аллергены — плесень, пыль, растения, шерсть животных и различные болезнетворные микроорганизмы

Профилактика: влажная уборка помещений, контроль уровня влажности, избавляться от растений и заплесневевших продуктов, регулярно менять фильтры на кондиционере, использовать гипоаллергенные одеяла и подушки

takzdorovo.ru




Городской центр общественного здоровья и медицинской профилактики

ПИЩЕВАЯ АЛЛЕРГИЯ

Аллергены – шоколад, цитрусовые, морепродукты, морковь и др

Профилактика: обратиться к врачу-аллергологу, вести дневник питания для определения продуктов, вызвавших аллергию, исключить их из питания, в том числе содержащие добавки искусственного происхождения (красители, стабилизаторы и так далее), **отказаться от курения и алкоголя**, исключить употребление копченых, соленых и сладких продуктов

takzdorovo.ru




АЛЛЕРГИЯ — ЭТО ГИПЕРЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ ОРГАНИЗМА НА ОСОБЫЕ ВЕЩЕСТВА — АЛЛЕРГЕНЫ, СРЕДИ КОТОРЫХ: ПЫЛЬ, ПЫЛЬЦА, НЕКОТОРЫЕ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ, ШЕРСТЬ ЖИВОТНЫХ, КОСМЕТИКА.

Проявления аллергии сопровождаются разными симптомами: водянистые выделения из носа, затрудненное носовое дыхание, зуд, удушье, дерматит, крапивница, слезотечение, диарея.


Причины аллергии:

- **наследственная** предрасположенность
- **химические** вещества – профессиональные и бытовые аллергены,
- **курение**, частые инфекции верхних дыхательных путей


При первом подозрении на аллергию **необходимо исключить контакт с аллергенами** и обратиться к врачу-аллергологу



Городской центр общественного здоровья и медицинской профилактики



Городской центр общественного здоровья и медицинской профилактики




takzdorovo.ru


СЕЗОННАЯ АЛЛЕРГИЯ

Аллергены – пыльца растений (деревья, сорняки, злаки)

Проявления – чихание, насморк, зуд в глазах, слезотечение

Профилактика: ограничить пребывание на природе в период активного цветения растений, держать окна закрытыми, проводить влажную уборку помещений, по возвращении с улицы умыться и промыть нос. Обязательна консультация врача (выявить аллерген, лечить симптоматически, пройти АСИТ – аллерген-специфическую иммунотерапию)



 Городской центр
общественного здоровья
и медицинской профилактики



Поделись информацией
с друзьями и близкими

