

## سرعت دقت آرامش

www.37010.ir سفارش آگهی ۲۴ ساعته در



## آلرژی فصل بهار

## علائم و راه‌های درمان



افرادی که از علائم آلرژی بهاری رنج می‌برند، بهتر است به متخصص مراجعه کنند، پزشک با انجام آزمایش‌های مختلف، نوع آلرژی را تشخیص داده و در صورت نیاز برای بیمار واکسن تجویز می‌کند. علاوه بر این، پزشکان می‌توانند از داروهای تشخیص آلرژی برای متعادل سازی عملکرد سیستم ایمنی بدن استفاده کنند.

## مهمترین علائم و نشانه‌های آلرژی فصل بهار

خارش و  
ورم چشمخستگی و  
بے خوابیتنگی نفس  
و عطسهآبریزش  
بینیسرفه و  
خارش گلو

## راه‌های درمان آلرژی فصل بهار

دست‌ها، صورت و  
بینی خود را مرتب  
شستشو دهیدداخل خودرو  
حتما شیشه‌ها را  
بالابکشیدبه پزشک مراجعه  
کرده و داروی ضد  
آلرژی مصرف کنیدفیلترهای دستگاه  
تهویه هوا را  
تعویض کنیددر صورت خارج شدن از  
خانه از ماسک فیلتر دار  
استفاده کنیدبعد از برگشت به خانه  
حمام بروید و لباس‌های  
خود را عوض کنیداز ساعت ۵ تا ۱۰ صبح  
زمان کمتری را در خارج  
از خانه بگذرانید

## خوراک‌هایی که برای آلرژی فصل بهار مفیدند



اسفناج



گرده زنبور



دمنوش



سیرتازه



سیب و موز



عسل طبیعی



سرکه سیب