



с 7 по 13 июля

НЕДЕЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ АЛЛЕРГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

*(в честь Всемирного дня борьбы с
аллергией - 8 июля)*



ЧТО ТАКОЕ АЛЛЕРГИЯ?

Аллергия — это нехарактерная реакция иммунной системы на воздействие некоторых внешних раздражителей (химических веществ, микробов и продуктов их жизнедеятельности, пищевых продуктов, и др.)

Наиболее распространенные аллергены: пыльца растений, продукты питания, клещи домашней пыли, плесень, бытовые химические вещества, лекарства, эпителий, шерсть и продукты жизнедеятельности животных.



Служба
здоровья



КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ АЛЛЕРГИЯ?

Среди наиболее частых проявлений аллергии – ринит, дерматит, бронхиальная астма.

Наиболее частые проявления аллергии – насморк, раздражение глаз, слезотечение, сухой кашель, удушье, появляющиеся каждый год в один и тот же период времени.

При их появлении рекомендуем обратиться на прием к врачу.

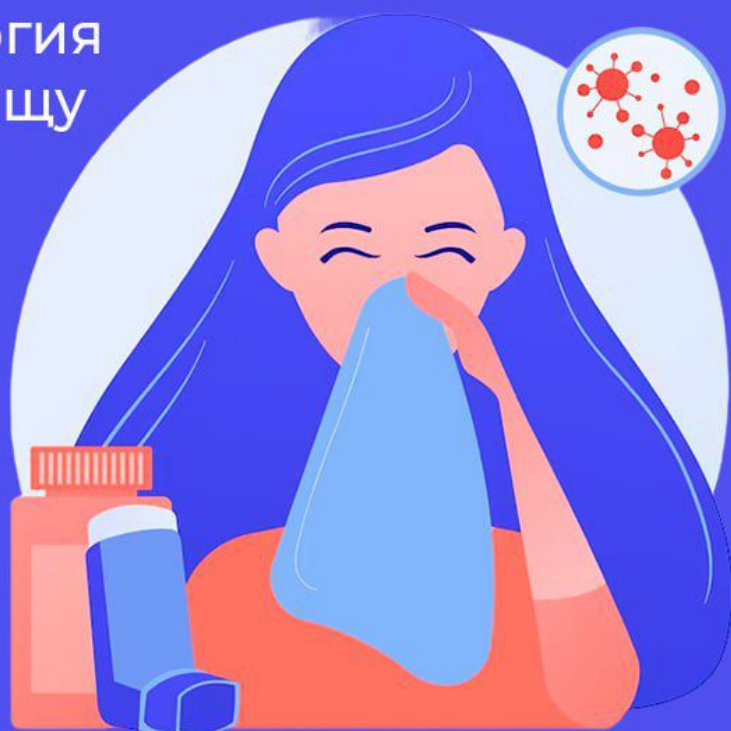


Служба
здоровья



МЕРЫ БОРЬБЫ С АЛЛЕРГИЕЙ

- Не реже чем 2 раза в неделю проводите влажную уборку
- Не держите домашних животных, птиц, рыбок и комнатные растения
- Не принимайте лекарственные препараты, на которые у вас аллергия
- Не употребляйте в пищу продукты-аллергены, продукты с плесенью
- Ведите здоровый образ жизни



Служба
здоровья

АЛЛЕРГИЯ

АЛЛЕРГЕНЫ



лекарственные препараты



пух, шерсть



бытовая химия



пылевые клещи



цветение



пух



плесень



ПРОФИЛАКТИКА



бросить курить



переехать за город



проводить влажную уборку



тщательно мыть ванну



проводить обработку от грызунов



чаще менять постельное белье



влажность не более 50%



с осторожностью заводить домашних животных



соблюдать диету