



PREVENIR ES LA MEJOR OPCIÓN CONTRA LAS ALERGIAS DE PRIMAVERA

A pesar de que el clima últimamente ha estado muy raro en nuestro país han llegado ya las alergias de primavera. **Entre los síntomas de estas alergias (también llamadas fiebre del heno) se encuentran: los estornudos, la obstrucción o escurrimiento nasal y picazón en ojos, nariz y garganta,** esto según el Colegio Americano de Alergias, Asma e Inmunología.

El doctor David Rosenstreich, jefe de la división de alergias e inmunología del Centro Médico Montefiore, en la ciudad de Nueva York, apuntó que los árboles ya han comenzado a florecer y es precisamente gracias a esto que se produce más polen, lo que crea más problemas para las personas que padecen alergias.

Las alergias, subrayó Rosenstreich, producen síntomas que se parecen mucho a los de un resfriado común, por lo que las personas deben poner atención a lo que sienten ya que existe la posibilidad de que se trate de alguna alergia.

Rosenstreich puntualizó que las alergias se deben prevenir y lo mejor es un tratamiento farmacológico que sea supervisado de forma adecuada por un especialista. También existen una serie de factores que nos pueden ayudar a controlar los síntomas de las alergias como: limitar el tiempo al aire libre en días con niveles altos de polen y dejar las ventanas de la casa cerrada para evitar que entre el polen.

Las personas que viven con alergias deben de tomar las medidas adecuadas para evitar que sus síntomas empeoren y ya intervengan en la calidad de vida, es por eso que es recomendable también tener mucha limpieza y aseo personal, además en el hogar se debe evitar la acumulación de polvo, que es uno de las principales causas de las alergias.

Si se toman las medidas necesarias se puede disfrutar del aire libre y de los bellos paisajes que la primavera tiene para ofrecernos.

Vía: ClickISalud