ПОЛЛИНОЗ.



С приходом весеннего тепла и цветения у многих людей появляется

ПОЛЛИНОЗ- это сезонная аллергия на пыльцу и проявляются они через зуд, слезотечение, заложенность носа, чихание, головные боли, отеки и т.д.

Когда ждать поллиноз?

апрель-май

причиной которого становится пыльца вербы, вяза, ясеня, клена, ольхи, ореха, дуба, лещины, березы, других кустарников и деревьев.

В зоне риска находятся люди:

►с генетической предрасположенностью

►с предрасположенностью к ЛОР заболеваниям

►находящиеся в неблагоприятной экологической обстановке

►находящиеся в стрессе, испытывающие недостаток сна и имеющие вредные привычки

►принимающие медицинские препараты на длительной основе, антибиотики.

►с низким иммунитетом

КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ ПОЛЛИНОЗ?

В некоторых случаях может проявляться в виде кашля, свистящего дыхания, одышки и приступов удушья, вплоть до развития бронхиальной астмы.

Некоторым людям появляющийся время от времени насморк, зуд и текущие из глаз слезы доставляют неудобство, но не кажутся чем-то серьезным. На самом деле это не так.

Чем опасен поллиноз?

Поллиноз опасен тем, что может спровоцировать развитие бронхиальной астмы. При первых признаках заболевания следует посетить аллерголога и выполнять все его рекомендации, касающиеся медикаментозного лечения, питания, образа жизни.

Современная медицина купирует аллергию гормональными и антигистаминными препаратами, что только убирает симптомы, но не решает саму проблему.

В таких случаях Вам рекомендую наладить питание, потому что здоровый кишечник- это защита от иммунных заболеваний, а данная аллергия как раз относится к таковым.

Необходимо провести профилактику глистной инвазии. Она также может стать причиной болей в животе и аллергических реакций.

Программа «Детокс» и

«Антипаразитарная»

Профилактические антигельминтные курсы лучше всего проводить весной, через 1-2 месяца после таяния снега (апрель-май), и осенью, когда начинаются заморозки (октябрь-ноябрь). Уменьшить вероятность заражения гельминтами можно, соблюдая элементарную гигиену.

Программа на натуральных эфирных масел «Ухо-горло-нос»

СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ ЭФИРНЫХ МАСЕЛ:

 НАНЕСЕНИЕ МАСЛА (перед выходом на улицу): по 1к. нанести смесь у основания крыльев носа.

 ХОЛОДНЫЕ ИНГАЛЯЦИИ (во время приступа): 1-2 капли эфирной смеси нанести на платок, подушку, аромамедальон или вдыхать смесь на протяжении 1-2 минуты из пузырька.

 КАПЛИ В НОС: по 2-3 капли в каждую ноздрю 3 раза в день.

 АРОМАЛАМПА (на протяжении всего периода проявлений поллиноза): 4-5 капель смеси №4 на 15-20 кв.м площади

  Веснойубираем из рациона всё жирное, жареное, фастфуд, искусственные добавки

  Сокращаем или убираем продукты, на которые может быть скрытая непереносимость (например, глютен или молочный белок)

  Добавляем в рацион витаминный коктейль (на натуральных эфирных маслах), восстанавливает иммунитет

жирные сорта рыбы, льняное масло, авокадо

  Добавляем продукты с большой дозировкой витамина С- он сокращает выработку гистамина, снимает отек с дыхательных путей (шиповник, облепиха, смородина)

 Контролируем поступление цинка, он уменьшает проявления аллергии (яйца, печень, яблоки, финики, малина)

Желательно пройти

Biacp тестирование чтоб индивидуально подобрать программу , но если такой возможности нет,то можно пройти он-Лайн консультацию.

Данные программы помогут снизить симптомы.

за консультацией он-лайн и по вопросам приобретения готовых

смесей пишите в л/с или в воцап.