

Tények AZ ALLERGIÁRÓL

Hogyan előzhetjük meg A KIALAKULÁSÁT?

A túlzottan „tisztá” környezet, a túlzásba vitt takarítás, fertőtlenítés ártalmasak is lehet a gyermekeknek.

Igyekezzen minél természetesebb, tiszta, de nem steril környezetet kialakítani.

Az allergiás betegségek családi halmozódása gyakori.



Legyen tisztában a családban előforduló betegségekkel.



Csecsemő - és kisdedkorban a háziállatokkal való érintkezés csökkentheti a későbbi életkorban kialakuló allergiás betegségek kockázatát. Ha ez minél később történik meg, annál nagyobb eséllyel alakulhat ki az allergia.



Ne tartsa távol gyermekét a háziállatoktól!

A várandósság alatti dohányzással nő az asztma és az allergiák kialakulásának kockázata. A passzív dohányzás károsan hat a gyermekekre, jelentősen növeli az allergia kialakulásának kockázatát.



Várandósság alatt soha ne gyújtson rá! Ne dohányozzon gyermeke közelében. Soha ne gyújtson rá gyermeke lakóterében!



A csecsemő táplálása befolyásolja a jól működő immunrendszer kialakulását. Az anyatej összetevői, köztük az immunanyagok csökkentik az allergiás megbetegedések kialakulásának esélyét.

Az anyatej védelmet nyújt, ezért ajánljuk, hogy fél éves korig a csecsemő kizárólagosan anyatejet kapjon, és a hozzátáplálás megkezdése után is ajánlott minél hosszabb ideig folytatni a szoptatást.

Az indokolatlan antibiotikum használat növeli az allergia kialakulásának kockázatát.

Csak az orvos által felírt antibiotikumot szedje be!



A belső terekben lévő légszennyezők (por, penész, tisztítószerekből, bútorokból származó kémiai anyagok) fokozzák a légúti allergiás betegségek kialakulásának kockázatát



Ügyeljen a belső terek levegőminőségére! Rendszeresen és megfelelően szellőztessen, takarítson

Az allergia és a megfázás tünetei nagyon hasonlóak, sokan összekeverik a két betegséget.



A megfelelő kezelés érdekében fontos, hogy felismerje az allergia (szénanátha) és a megfázás tüneteit.



polleninfo.nnk.gov.hu
polleninformatiok.nnk.gov.hu



Nemzeti Népegészségügyi Központ



Tisztífoorvos
Nemzeti Népegészségügyi Központ