

تسع نصائح طبية للتعامل مع حساسية الربيع وتبدل الفصول



تعبيرية

وكالات - الإمارات 71
تاريخ الخبر: 2022-05-25

مع تقلب فصول السنة وخاصة خلال الانتقال إلى الربيع تكثر الحساسية لدى الأفراد حيث يتبدل الطقس وتفتح الأزهار، وهو ما يتطلب اتخاذ مجموعة من التدابير والإجراءات.

الطبيب في مستشفى أرزينجان الحكومي في تركيا إبراهيم طوبال علي، يقدم مجموعة من النصائح الطبية للتعامل مع فترة الانتقال بين الفصول وحساسية الربيع، وفقا لوكالة "الأناضول".

وقال طوبال: "يعتبر الربيع من أجمل فصول السنة، حيث تعدل درجات الحرارة وتغير الطبيعة طئها".

وأضاف: "رغم جمال المناظر الطبيعية في هذا الفصل، فإنه يعتبر لبعضنا كابوساً مريضاً حقيقياً يعرف باسم حساسية الربيع فمن كان يعاني الاحمرار والحكة العينية والأنفية والعطاس في هذا الفصل من السنة فهو مصاب بمرض حساسية الربيع".

وأوضح أن "الأشجار والزهور تنتج في هذا الفصل حبوب اللقاح والطلع التي تنتقل عبر الهواء الطلق وفي لحظة استنشاقها يقوم الجسم برد فعل عبر الجهاز المناعي فيفرز الهستامين الذي يقوم بدوره بطرد هذه البكتيريا من الجسم، ولكن في تلك الأثناء تبدأ أعراض الحساسية".

وعن أعراض الحساسية قال: "هي عطاس وشعور بحكة في الأنف، وحرقة في العينين وغزارة في الدموع، والهالات السوداء تحت العينين، واحتقان في البلعوم، وتهيج مع طفح جلدي واحمراره".

وفيما يأتي النصائح التي قدمها الدكتور طوبال علي للتعامل مع حساسية الربيع:

- 1- النظافة العامة من خلال العناية بالمنزل وتخليصه من الأتربة التي تحمل حبوب الطلع، ونظافة الوسائد قبل النوم حتى لا تتسلل هذه الحبوب العالقة في الهواء أثناء النوم.
- 2- غسل الوجه والشعر جيداً بعد العودة إلى المنزل.
- 3- غلق الأبواب والنوافذ بشكل جيد خاصة في الأيام التي تكون فيها الرياح حارة، لأن هذا الطقس هو المسبب الأول للإصابة بالحساسية.
- 4- تجنب الخروج من المنزل إن أمكن خاصة للكبار في السن والأطفال دون خمس سنوات.
- 5- ارتداء نظارات شمسية تحمي العين من دخول الغبار وقبعات كبيرة لكي لا تعلق عليها حبوب الطلع.
- 6- استخدام مضادات الهستامين والغسول الأنفي ويتم تأمينها من الصيدليات بكل سهولة.
- 7- تجنب التعرض للروائح القوية مثل العطور ومعطرات الجو.

8- شرب كميات كافية من الماء خلال اليوم للتخفيف من الاحتقان الناتج عن الحساسية في الحلق.

9- الابتعاد عن الحيوانات الأليفة إن أمكن حيث يتم التصاق حبوب وغبار الطلع عليها بكل سهولة، عندها يجب تنظيفها بشكل دائم خصوصا في هذه الفترة من السنة.



UAE71NEWS