

3. Akupunktúra

- Tüvel vagy lézerrel ingerlik az akupunktúras pontokat.
- A tünetek teljes megszűntetése hosszabb kezelést, esetenként akár 6 hétig is eltartó rendszeres akupunktúrát igényel.
- Eredményesebb a módszer, ha a kezelést az allergizáló anyag időbeni megjelenését megelőzően végezzük.



Életmódbeli változtatások

- Az allergiás panaszok megjelenésében, fokozódásában az egyéni hajlam mellett a testet-lelket érő környezeti hatások (pl. stressz), továbbá a személyen belüli pszichés tényezők (pl. stresszre adott reakció intenzitása) játszanak jelentős szerepet.
- Kiscsoportos stresszkezelő készségfejlesztő tréning vagy relaxációs technikák (pl. autogén tréning, jóga) elsajátítása ma már bizonyítottan hatékony eszköze az allergiás panaszok csökkentésének is, és kiegészítő gyógyító eljárás tud lenni a betegség kezelésében.
- Az egészséges étkezés, a színezékeket és tartósítószeret tartalmazó ételek kerülése szintén fontos szerepet játszik az allergiás panaszok csökkentésében. Törekedjünk a természetes alapanyagokból készült ételek fogyasztására, a megfelelő étrend összeállításához kérhetjük dietetikus segítségét is.



Fotó: Northfoto

Stresszkezelés
A jóga vagy az autogén tréning is hasznos

4. Homeopátia

- A homeopátiás szerek az immunrendszer túlfokozott reakcióját csillapítják le arra az anyagra nézve, ami vagy amik kiváltják a tüneteket. Alkalmazásukat az év bármely szakában el lehet kezdeni.
- A tünetmentes periódusban heti, illetve kétheti 1



alkalommal kell bevenni.
• A tünetek alatt elkezdett homeopátiás

terápiával a tünetek csökkentését és teljes megszűnését érhetjük el.

- A kezelés bármilyen életkorban alkalmazható, már kisgyermekkoról kezdve.
- Nincs mellékhatása és ellenjavallata, más kísérő betegségek mellett lehet használni a homeopátiás terápiát, várandós nők is alkalmazhatják.

5. Allergén-kontroll

- Különösen penészgomba- és poratka-allergiások számára nyújt segítséget.
- A módszerrel kimutathatók a lakó- és munkahelyi környezetben előforduló allergének és más kórokozók. Ezután építészeti, szigeteléstéchnikai, kert- és belsőépítészeti tanácsokat kaphatunk, amelyek segítségével a problémák megszüntethetők.



Minden más benne van, ami egy nőt igazán érdekel!

Blikk Nők
A mi titkunk

PÁRKERESÉS A VILÁGHÁLÓN
Hófehér szépítő
Csak **95 Ft**
Házi kozmetikumok tejből, joghurtból

Csillagkalauz
Jóslatok pénzről, egészségről

interjú **Csujka Imre**
"Igazi csapatjátékos vagyok!"

Jógagyakorlatok A HARMÓNIAÉRT

Recept
AJTOS FALATOK

PLUSZ TV-MŰSOR SZTÁROKKAL ÉTKEZÉS A LEG...

Csak 95 Ft

Egészség, divat, párkapcsolat, tv-műsor

Blikk Nők
A mi titkunk

i Bővebb információt kaphat a témáról a www.allergiakozypon.hu internetes oldalon.

a tüneteket!

Terápiás lehetőségek az allergia kezelésére

▶ Eláruljuk, hogyan működik az immunterápia, a fényterápia és az allergénkontroll

Fotó: Safa

Vigyázz, kész, március!
Még a polleninvázió előtt érdemes észbe kapni, és megtenni a szükséges lépéseket, hogy leküzdjük az allergiát

HIRDETÉS

Mindenhez van közünk



Blikk

Hamarosan itt a március, amikor enyhülni kezd az idő, és ezzel párhuzamosan emelkedik a levegő pollenkoncentrációja. Ezért azoknak, akiknek ebben az időszakban jelentkeznek a tünetek, érdemes már most felkészíteniük a szervezetüket, és megindítani a harcot az allergia tel-

jes elmúlásztásáért – hívja fel a figyelmet dr. Babai László allergológus, a Budai Allergiaközpont igazgatója. Mint mondja, több terápiás lehetőséget is kipróbálhatunk, ezek alkalmazása előtt azonban feltétlenül érdemes kikérni allergológus szakorvos véleményét.

1. Immunterápia

- Csökkenti a tüneteket mellékhatások nélkül, segít abban, hogy megszűnjön a túlérzékenység.
- A terápia során a beteg azt az anyagot kapja hígított formában, amire érzékeny, ami a tüneteket kiváltja. A 3-5 éven át tartó terápiát követően így a szervezet folyamatosan hozzászokik ahhoz az anyaghoz, amely korábban a tüneteket kiváltotta, s végül megtanulja panaszok nélkül elviselni azt.



2. Rhinolight-fényterápia

- Ez az ornyálkahártya speciális összetételű fénnel történő megvilágítást jelenti.
- Egyetlen mellékhatása az ornyálkahártya kiszáradása, amely A-vitamin-olajjal megelőzhető.
- Tünetmentességet vagy nagyfokú javulást eredményez.
- Terhesség, szoptatás esetén is alkalmazható, illetve minden olyan

