

Ano ang pollen allergy o Hay Fever

Paano ito maiiwasan at mapapagaling?



Sakit ba ang hay fever?

Ang hay fever o pollen allergy ay isang uri ng allergy sa pollen (bulo ng bulaklak) o pagsibol ng mga punong kahoy. Ang pollen ay naililipad ng hangin at ang mga taong may allergy dito ay nakaramdam ng pangangati at iba pang sintomas.

Ano ang mga sintomas ng hay fever?

Pangangati ng mata, ilong, lalamunan o iba pang sintomas, ang nararamdaman.

□ Karaniwang sintomas □

Pagbabahing, pagtutulo ng sipon, plema, pangangati ng mata, lalamunan, mukha atbp. Pagkawalang gana, panghihina, lagnat, sakit ng ulo, madaling maiinis at magalit at iba pa.

Ang hay fever ba ay parang sipon?

Ang hay fever ay naiiba sa karaniwang sipon, dahil hanggang may pollen sa hangin, ito ay hindi gumagaling. Patuloy ang pangangati, pagtulo ng sipon atbp. samantalang ang sipon o lagnat, isang lingo lang ay gagaling na. Kung kaya't sinasabing ang pagkakaiba ay ang lagnat ay karaniwang sipon at ang pangangati ay hay fever.

Bakit dumarami ang nagkakaroon ng hay fever?

Ang pagkakaroon ng maraming Japanese cedar trees ay isa sa mga pangunahing dahilan

Sinimulan noong ika-30 taon ng Showa ang pagtanim ng mga cedar trees at ang mga ito ay malalaking kahoy na. Subalit nang tumagal ay hindi na gaanong mabili ang cedar wood kung kaya't napabaya ang mga puno at ang pagdami nito kasama na rin ng pagdami ng mga bulo o pollen.

Isa ring dahilan ng pagkakaroon ng allergy ay ang istilo ng mga bahay na nakasara at hindi nahahanginan dahil ng pagkakaroon ng

Panahon na ng tagsibol at pamumulaklakan at kasama nito ay ang hay fever o pollen allergy. Marami ang naapektuhan nito dito sa Japan. At para sa mga bago pa lang nakakaranas ng allergy na ito, alamin natin ang tungkol dito at ang mga dapat gawin.

surot, alikabok, atbp. na nagiging sanhi rin ng pagkakaroon ng allergy. Ang iba pang dahilan ay ang modernong pagkain na may mataas na protina, polusyon ng hangin, modernong kalsada at stress sa ating sosyedad.

Isa sa 5 tao ang may hay fever sa Japan. At ang 80% ng hay fever ay dahil sa cedar trees.

Pollen ng mga iba't ibang puno

⇒ Cedar • hinoki • white birch • • • Pebrero~ Mayo

⇒ Hosomugi • Kamogaya • • • Hunyo~ Agosto

⇒ Rgweed • • • Agosto~ Septiyembre

⇒ Magwort • tall goldenrod • • • Sept~ Disyembre

Kung may nararamdaman kayo ...

Mas maiging magpatingin kayo sa doktor para malaman kung kayo ay may allergy. Ang "allergen diagnostic skin test" ay pageksamin sa reaksyon ng inyong balat sa pollen.

Para huwag lumala ang Hay Fever

Para huwag lumala ang hay fever kailangan hindi kayo nakakasinghot ng pollen habang kayo ay nasa labas. Papaano ang dapat gawin? Hanggat maari iwasan ang lumabas kung maaraw at mahangin. Gumamit ng mask para maprotektuhan ang ilong at bibig, magsalamin, gumamit ng sombrero at scarf

Hindi masyadong didikit ang pollen kung ang tela ng damit ay smooth o madulas. Ipusod ang buhok kung ito ay mahaba, at huwag kaliligtaang pagpagin ang kasuotan bago pumasok ng loob ng bahay.

Kung nasa loob ng bahay, basain o hugasan ng tubig ang inyong mata, ilong, kamay, mukha, at magmumog. Mas epektibo kung hahayaang malinis ng tubig ang loob ng mata

Paano ito magagamot?

Ang hay fever ay hindi madaling nagagamot. Maari lang tayong bigyan ng gamot para hindi lumala ang sintomas. Kaya ang mabuting gawin ay pumunta at magpatingin muna sa duktor.

