

## کمک به حساسیت در برابر گرده افشانی با دستگاه تصفیه هوا

### آلرژی چیست؟

واکنش‌های افراد نسبت به عوامل محیطی را آلرژی می‌گویند که این افزایش حساسیت در افراد مختلف به صورتهای متنوع بروز می‌کند. معمولا شایعترین آلرژیها، آلرژیهای تنفسی مثل آلرژی بینی یا "رینیت" است که مهمترین علایم آنها عطسه‌های مکرر، آب ریزش بینی، خارش و گرفتگی بینی است.

### عوامل حساسیت را کدام ها هستند؟

عوامل متعددی در بروز آلرژی دخالت دارد، یکی از علل شایع و بارز، گرده‌های درختان و گیاهان در فصل بهار است. در فصل بهار گرده‌افشانی درختان و گل‌ها باعث آبریزش بینی، اختلالات تنفسی به شکل خس‌خس، بثورات پوستی مثل کهیر، خارش و آگزما می‌شود. مخاطی به صورت تورم و التهاب می‌شود.

گرده‌های گیاهان صبح‌ها و غروب‌ها به سطح زمین نزدیک‌ترند؛ به همین علت افراد مبتلا به حساسیت‌های فصلی در این مواقع نباید در معرض گرده‌ها قرار گیرند. در نواحی معتدل مثل تهران و کرج گرده افشانی از اسفند ماه آغاز تا نیمه اردیبهشت ماه هر سال ادامه می‌یابد.

### راه کار مقابله با عوامل آلرژی

برای از بین بردن علائم آلرژی چه کار دیگری می‌توانید انجام دهید؟ خط مقدم دفاع در برابر آن دوری از عوامل محرک است. بعد از این که مدتی بیرون بودید، دوش بگیرید، لباس‌های خود را عوض کرده و لباس‌های قبلی را بشویید. وقتی در بیرون مشغول کار هستید از یک ماسک استفاده کنید. فقط ماسک‌های N95 گرده‌ها را به خاطر اندازه ریزی که دارند متوقف می‌کنند. از بسته ماندن شیشه‌های منزل و ماشین خود نیز مطمئن شوید. اگر بیرون رفتید، از کلاه و عینک آفتابی برای دور نگه داشتن گرده‌ها از چشم خود، استفاده کنید.

### استفاده از دستگاه تصفیه هوا کمک به کاهش عوامل حساسیت را

یکی دیگر از راه‌های مقابله با گرده‌های گیاهان در محیط‌های بسته استفاده از دستگاه‌های تصفیه هوا دارای فیلتر هپا می‌باشد. این فیلتر قادر به جذب ذرات معلق موجود در هوا و در نتیجه کاهش عوامل حساسیت را می‌باشد.

تنفس زندگی است، سالم زندگی کنید.

گروه صنعتی تهویه سام نماینده انحصاری دستگاه‌های تصفیه هوای سام‌لن

منابع:

<http://www.salamatnews.com>

<http://shafaonline.ir>

<http://www.irna.ir>

<http://www.shafaf.ir>