

Heuschnupfen im Anflug

Was gibt es schöneres als an einem sonnigen Frühlingstag durch blühende Wiesen und Felder zu spazieren?

Für viele ist dies sicher ein Hochgenuss; wenn Sie jedoch unter Heuschnupfen leiden, kann ein solcher Ausflug schnell zur Qual werden:

Eine Niesattacke folgt der nächsten, Augen und Nase jucken?

Pollen können einem Allergiker das Frühjahr ganz schön vermiesen.

Ganz kann man den Pollen nicht entkommen. Doch mit ein paar Tricks lässt sich die Belastung verringern.

Zusätzliche Maßnahmen und Tipps zu Ihren Medikamenten

- Lüften Sie ganz früh morgens oder spät abends, denn da fliegen am wenigsten Pollen.
- Bewahren Sie getragene Kleidung nicht im Schlafzimmer auf; auch an Textilien haften Pollen.
- Waschen Sie Ihre Haare abends.
- Bei akuten Beschwerden kann eine Nasendusche zusätzlich Linderung verschaffen.
- Bringen Sie evt. Pollenschutzgitter an den Fenstern an
- Lassen Sie gewaschene Wäsche während der Pollenflugzeit nicht im Freien trocknen.

Beachten Sie, dass einige Allergie-Tabletten müde machen können.

Fragen Sie uns einfach und wir beraten Sie gerne -

Ihr Team der Stadt-Apotheke Lauchheim