

# Неделя профилактики аллергических заболеваний



# АЛЛЕРГИЯ

— это гиперчувствительность организма, развиваемая адаптивной иммунной системой в ответ на неинфекционные вещества окружающей среды.



Иначе говоря, аллергической называется реакция иммунной системы на воздействие внешних раздражителей, именуемых аллергенами.

# РАЗНОВИДНОСТИ АЛЛЕРГИИ:



**пищевая** —  
неадекватная реакция организма  
на продукты питания;

**бытовая** — возникает при контакте с животными,  
клещами домашней пылью, плесенью, косметическими  
средствами, бытовой химией, компонентами тканей;



# РАЗНОВИДНОСТИ АЛЛЕРГИИ:



**пыльцевая** —  
связана с реакцией  
на пыльцу растений;

**лекарственная** —  
возникает при приёме  
медикаментов;



**инсектная** —  
развивается в ответ на  
попадание в кровь слюны  
насекомых при укусе.



# САМЫЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ СИМПТОМЫ АЛЛЕРГИЧЕСКОЙ РЕАКЦИИ:



**аллергический ринит** — воспаление слизистой оболочки носа: заложенность или выделения из носа, чихание и зуд в носоглотке;

**аллергический конъюнктивит** — воспаление слизистой оболочки глаз (конъюнктивы): зуд, жжение и покраснение глаз и кожи вокруг;



# САМЫЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ СИМПТОМЫ АЛЛЕРГИЧЕСКОЙ РЕАКЦИИ:



**бронхиальная астма —**  
это форма респираторной  
аллергии: спазм трахеи  
и бронхов;

**крапивница: зуд**  
и кожные высыпания;

**ангиоотёк**  
(отёк Квинке).



# РЯД ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕР В БОРЬБЕ С АЛЛЕРГИЕЙ:

- избегайте контакта с аллергенами;
- поддерживайте стабильность своего психоэмоционального фона;
- проводите регулярную влажную уборку;
- соблюдайте всестороннюю гигиену.



#ТЕМАТИЧЕСКАЯ\_НЕДЕЛЯ



При малейших проявлениях характерной для аллергии симптоматики незамедлительно обращайтесь к специалисту!

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**



#ТЕМАТИЧЕСКАЯ\_НЕДЕЛЯ





# Профилактика аллергии



В быту аллергию могут вызвать плесень, пыль и различные болезнетворные микроорганизмы.

Профилактика серьезной аллергии в домашних условиях должна выглядеть так:

Почаще делайте влажную уборку



Контролируйте уровень влажности



Регулярно меняйте фильтры на кондиционере



Избавляйтесь от заплесневевших продуктов



Пользуйтесь гипоаллергенными подушками и одеялами



Не допускайте появления плесени на стенах и на почве домашних цветов



# ТЕЛЕФОН ЗДОРОВЬЯ

ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ КОСТРОМЫ И ОБЛАСТИ



10 июля 2025 года

с 15:00-17:00

на Ваши вопросы по теме:

**«Бронхиальная астма.**

**Приверженность к терапии»**

ответит:

**Звягинцева София Игоревна**

врач-пульмонолог

пульмонологического отделения

ОГБУЗ «Окружная больница

Костромского округа № 1»

**8-800-450-0303**



# ЧИСТОТА НАШЕЙ ПЛАНЕТЫ – НАШЕ ЗДОРОВЬЕ

## ЭКОЛОГИЯ НАХОДИТСЯ НА 2 МЕСТЕ СРЕДИ ФАКТОРОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА



### ВНЕСИТЕ СВОЙ ВКЛАД В ЗДОРОВЬЕ ПЛАНЕТЫ:

- ПОЛЬЗУЙТЕСЬ УРНАМИ ДЛЯ МУСОРА
- УМЕНЬШИТЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЛАСТИКА (ПОЛЬЗУЙТЕСЬ МНОГОРАЗОВЫМИ СУМКАМИ И ПОСУДОЙ)
- СОБИРАЙТЕ МУСОР РАЗДЕЛЬНО (СДАВАЙТЕ В ПУНКТЫ ПЕРЕРАБОТКИ ВТОРСЫРЬЯ ПЛАСТИК, СТЕКЛО, БУМАГУ)
- ЭКОНОМЬТЕ РЕСУРСЫ (СЛЕДИТЕ ЗА ПОТРЕБЛЕНИЕМ ВОДЫ И ЭЛЕКТРОЭНЕРГИИ)
- ДЕЛАЙТЕ ВЫБОР В ПОЛЬЗУ ПЕШИХ ПРОГУЛОК (ИНОГДА ОТКАЗЫВАЙТЕСЬ ОТ ЛИЧНОГО ТРАНСПОРТА)
- ПОСАДИТЕ РАСТЕНИЕ

