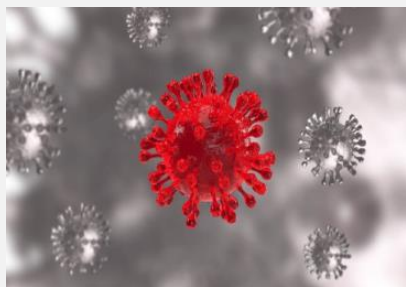


حساسیت بهار است یا کرونا؟

از آنجا که کرونا علائمی شبیه علائم حساسیت دارد، ممکن است مطمئن نباشید که به کدام یک از این مشکلات مبتلا شده‌اید.



از آنجا که کرونا علائمی شبیه علائم حساسیت دارد، ممکن است مطمئن نباشید که به کدام یک از این مشکلات مبتلا شده‌اید.

به گزارش ایسنا، خبرآنلاین نوشت: «تب، خستگی و سرفه‌های خشک از برخی از علائم ابتلا به کووید-۱۹ هستند. گاهی اوقات هم کرونا علائمی شبیه حساسیت، مانند آبریزش بینی دارد. به همین دلیل در فصل بهار که معمولاً با حساسیت همراه است، تشخیص کرونا از حساسیت بسیار مشکل می‌شود. در این روزها که آب و هوا در حال تغییر است و درختان شروع به گرده افشانی کرده‌اند، ممکن است به علائمی چون آبریزش بینی و سرفه و حتی مشکلات تنفسی مبتلا شوید. اما از آنجا که کرونا هم علائمی شبیه علائم حساسیت دارد، ممکن است مطمئن نباشید که به کدام یک از این مشکلات مبتلا شده‌اید.

علائم ابتلا به حساسیت

بخشی از علائم حساسیت به دلیل التهابی که در بدن به وجود می‌آید، رخ می‌دهد. وقتی بدن به چیزهایی مانند گرده یا کپک واکنش بیش از حد نشان می‌دهد، ملتهب شده و در نتیجه حساسیت بروز می‌کند. از علائم رایج حساسیت باید به موارد زیر اشاره کرد:

آبریزش بینی، سرفه‌های خشک و خارش گلو، خارش چشم یا پرآب شدن چشم‌ها، گرفتگی بینی.

گاهی اوقات برخی از افراد حساسیت را «تب یونجه» می‌نامند اما باید بدانید فرد مبتلا به حساسیت تب نمی‌کند.

علائم ابتلا به کووید-۱۹

بیماری کرونا روی افراد اثرات متفاوتی از خود به جای می‌گذارد. بیشتر مردم آلوده به ویروس کرونا، علائم خفیف تا متوسطی از خود نشان می‌دهند و بدون بستری شدن در بیمارستان بهبود می‌یابند. تب، سرفه، خستگی و ازدست دادن حس چشایی و بویایی از رایج‌ترین علائم کرونا هستند. اما گلودرد، سردرد، درد بدن، مشکلات گوارشی مانند اسهال، تهوع و استفراغ، جوش زدن یا تغییر رنگ پوست انگشتان و سرخی چشم از علائم کمتر رایج این بیماری‌اند.

از علائم جدی این بیماری هم که گاهی فرد را مجبور به بستری شدن در بیمارستان می‌کند، باید به موارد زیر اشاره کرد:

اشکال در تنفس یا تنگی نفس، از دست دادن قدرت تکلم یا توانایی حرکت یا ابتلا به گیجی و همچنین درد در قفسه سینه.

اگر به هر یک از علائم فوق مبتلا شدید، باید با پزشک تماس بگیرید تا توصیه‌های ضروری را دریافت کنید و اگر مشکل تنفسی تان حاد بود، باید در بیمارستان بستری شوید.

البته اگر هر سال در فصل بهار به حساسیت‌های فصلی و در نتیجه مشکلات تنفسی مبتلا می‌شوید، به علائم تان کاملاً دقت کنید. اگر این بار علائم تنفسی تان با علائمی که معمولاً حساسیت موجب می‌شد، متفاوت بود، مسلماً به کرونا مبتلا شده‌اید.

عطسه‌های مکرر

هر قدر ویروس کرونا جهش پیدا می‌کند، علائم جدیدی هم به این بیماری افزوده می‌شود. در سویه‌های جدیدتر کووید-۱۹، عطسه هم به علائم آن اضافه شده است و می‌تواند مانند بیماری‌های ویروسی دیگر مانند آنفلوآنزا و سرماخوردگی، کووید-۱۹ را گسترش دهد. دقیقاً به همین دلیل است که هنگام عطسه، مانند زمانی که سرفه می‌کنید، باید جلوی دهان تان را با دستمال بپوشانید تا از انتشار ویروس پیشگیری کنید. بلافاصله پس از آن هم باید دست‌هایتان را بشوید.

تفاوتی که عطسه‌های ناشی از کرونا با عطسه‌های حساسیتی دارد، پی‌درپی نبودن آنهاست. عطسه‌های حساسیتی

معمولا پشت سر هم و مکرر رخ می دهند. اگر به چنین عطسه ای مبتلا شدید، مشکل تان حساسیت فصلی است.

تفاوت کرونا و آسم حساسیتی

گاهی افراد مبتلا به حساسیت، دچار علائم آسم همچون سرفه، تنگی نفس، خس خس سینه و احساس فشار و تنگی قفسه سینه می شوند. علائم تنگی نفس افرادی که به حمله آسم ناشی از حساسیت مبتلا می شوند با استفاده از داروی سالبوماتول یا اسپری های درمان تنگی نفس به زودی برطرف می شوند اما اگر این علائم حتی پس از استفاده از این داروها کاملا برطرف نشدند یا تنگی نفس فقط کمی بهتر شد، به احتمال زیاد آنها به آسم مبتلا شده اند.

چشم های قرمز

فقط چشم های یک تا سه درصد از افراد مبتلا به کووید-۱۹ قرمز می شود. اگر چشم هایتان سرخ شد، به احتمال زیاد به حساسیت مبتلا شده اید و بیماری تان کرونا نیست. با این حال بهتر است به پزشک مراجعه کنید تا از حساسیت تان مطمئن شوید.

ابتلای همزمان به حساسیت و کرونا

گاهی اوقات ممکن است همزمان به حساسیت و کووید-۱۹ مبتلا شوید. اگر علاوه بر علائم حساسیت مانند خارش چشم و آبریزش بینی، به علائمی چون خستگی و تب هم مبتلا بودید، احتمال دارد به کرونا مبتلا شده باشید.

درمان حساسیت در دوره همه گیری کرونا

در بحبویه عالم گیری کرونا، رفتن به بیمارستان برای درمان حساسیت سخت می شود. اولین کاری که باید انجام دهید درماندن از هر چیزی است که موجب حساسیت می شود. اگر هم به حساسیت مبتلا شدید، بهتر است از داروهای بدون نسخه برای آرام کردن وضعیت تان استفاده کنید. البته اگر برای درمان علائم حساسیت به داروهای قوی تری مانند داروهای استروئیدی مثل کورتیکواستروئید نیاز دارید، باید با پزشک تماس بگیرید.

روش های درمان خانگی حساسیت

اگر به حساسیت های فصلی مبتلا هستید، می توانید از درمان های خانگی زیر استفاده کنید:

۱. شست و شوی بینی

گرده ها معمولا به غشاء های مخاطی می چسبند. با استفاده از ابزار شست و شوی بینی و آب نمک، بینی تان را تمیز کنید.

۲. مدیریت استرس

وقتی مضطرب می شویم، هورمون های استرس به شدت افزایش یافته و از توان سیستم ایمنی بدن می کاهند و احتمال ابتلا به حساسیت را افزایش می دهد. بنابراین با استفاده از مدیتیشن، انجام دادن مراقبه و متعادل کردن کارهای روزمره تان از ابتلا به حساسیت پیشگیری کنید.

۳. طب سوزنی

با استفاده از طب سنتی می توانید از علائم شدید حساسیت بکاهید و مشکلات ریشه ای حساسیت را درمان کنید.

۴. استفاده از داروهای گیاهی

برخی از گیاهان دارویی می توانند از علائم حساسیت بکاهند. در واقع این گیاهان مانند آنتی هیستامین عمل می کنند. به طور مثال گیاهانی مانند چای سیاه و همین طور دمنوش های سیب از ترشح بیش از حد هیستامین و بروز حساسیت پیشگیری می کند.

۵. سرکه سیب

سرکه سیب، سیستم ایمنی بدن را تقویت می کند و در تجزیه مخاط و تخلیه لنفاوی تاثیر دارد. مصرف ترکیبی از یک تا دو قاشق غذاخوری سرکه سیب و یک لیوان آب و یک عدد لیموترش می تواند حساسیت تان را درمان کند.

۶. سم زدایی بدن

وقتی سموم بدن زیاد می شود، کبد برای حذف آنها بیش از حد فعال می شود و این وضعیت باعث التهاب در بدن و در نتیجه واکنش های حساسیتی می شود. بنابراین از غذاهای سرخ کردنی، شکر، نوشیدنی های الکلی و مواد خوراکی فرآوری شده پرهیز کنید و با خوردن غذاهایی مانند کنگر فرنگی، مرکبات، آجیل و داروهای گیاهی مانند خارمریم به کمک کبدتان بروید.

با انجام دادن کارهای فوق می توانید از حساسیت خلاص شوید اما اگر به کرونا مبتلا شده اید، موارد زیر را رعایت کنید:

* از دیگران دور بمانید.

* دست هایتان را مرتب بشویید.

* اگر مجبور هستید به فروشگاه یا داروخانه بروید، حتما ماسک بزنید.

در ضمن افرادی که واکسیناسیون کرونای خود را کامل انجام داده اند، در صورت ابتلا به کرونا، نوع خفیف آن را تجربه خواهند کرد.

منبع: Webmd