



افراد مبتلا به آلرژی از ورزش در هوای مملو از آلاینده ها اجتناب کنند

یک فوق تخصص آلرژی، آسم و ایمونولوژی تاکید کرد: «در بروز آلرژی عوامل ژنتیک نقش بسزایی دارد اما عوامل محیطی نیز می تواند کمک کننده باشد و گاهی فعالیت و ورزش فرد در هوای مملو از آلاینده ها و عوامل آلرژن و گرده گیاهان می تواند باعث تشدید بیماری این افراد شود.»

یک فوق تخصص آلرژی، آسم و ایمونولوژی تاکید کرد: «در بروز آلرژی عوامل ژنتیک نقش بسزایی دارد اما عوامل محیطی نیز می تواند کمک کننده باشد و گاهی فعالیت و ورزش فرد در هوای مملو از آلاینده ها و عوامل آلرژن و گرده گیاهان می تواند باعث تشدید بیماری این افراد شود.»

دکتر سید علیرضا مهدویانی در گفت و گو با خبرنگار سلامت نیوز گفت: «برخی از افراد از آلرژی روزانه رنج می برند و دچار علائم آبریزش بینی، اشک ریزش، خارش بینی و عطسه های مکرر هستند که باید با توجه به شرح حال بیمار و معاینه فیزیکی و تست هایی که در اختیار داریم مشخص شود با چه عواملی دچار آلرژی شده است.»

این عضو هیات علمی دانشگاه شهید بهشتی ادامه داد: «در شهرستان های شمالی به دلیل رطوبت بالای هوا، مایت ها نقش بسزایی در ابتلای افراد به آلرژی دارند و بنابراین برای این دسته از افراد تست آلرژی با مایت می دهیم که در اکثر موارد مثبت است و سعی می کنیم از لحاظ شرایط زندگی راهنمایی هایی به این افراد دهیم تا عوامل آلرژن حذف شود اما گاهی اجتناب از عوامل آلرژن به طور کامل امکانپذیر نیست.»

وی خاطرنشان کرد: «در برخی موارد مشخص نیست که علل بروز آلرژی در فرد چیست و چه عاملی موجب بروز آن در فرد شده است که در این موارد بایستی از درمان های دارویی برای بهبود افراد استفاده کرد و آنتی هیستامین ها و اسپری های تنفسی به بهبود این افراد کمک کننده است اما در این میان برخی از افراد به اشتباه گمان می کنند که برای بهبود خود بایستی هر چند وقت یک بار از آمپول (که کورتون دار هستند) استفاده کنند و باید گفت این داروها که به صورت سیستمیک استفاده می شود می تواند منجر به بروز عوارض ثانویه در این افراد شود و بهتر است که برای حل مشکل خود به متخصص مراجعه کنند.»

این عضو انجمن آسم و آلرژی تاکید کرد: «در بروز آلرژی عوامل ژنتیک نقش بسزایی دارد اما عوامل محیطی نیز می تواند کمک کننده باشد و گاهی فعالیت و ورزش فرد در هوای مملو از آلاینده ها و عوامل آلرژن و گرده گیاهان می تواند باعث تشدید بیماری این افراد شود که توصیه می شود افراد فعالیت های ورزشی خود را به اواسط روز موقوف کنند چرا که حداکثر بار عوامل آلرژن در ابتدا و انتهای روز بیشتر بوده و این عوامل در اواسط روز کمتر نزدیک به سطح زمین هستند.»