

Як протистояти сезонній алергії



Зверніться до лікаря, щоб він призначив протиалергійні лікарські засоби



Уникайте контактів із алергеном



Намагайтеся не гуляти на свіжому повітрі у вітряну погоду



Змінійте одяг та приймайте душ після прогулянки



Купайте домашніх тварин, коли ті повертаються з вулиці



Робіть вологе прибирання вдома щодня



Надівайте захисну маску на вулиці



Зачиняйте вікна в помешканні у вітряну погоду



Уникайте сигаретного диму



Сушіть одяг усередині помешкання, а не на свіжому повітрі