

过敏性鼻炎，专家教您来处理

过敏性鼻炎发生的条件

主要有两个条件：一是过敏原的存在，二是敏感的身体。当这两者结合到一起，过敏性鼻炎的一系列症状就出现了。



过敏原的两大类

过敏原包括两大类：

- 一是季节性过敏原，包括春天的花粉，秋天的蒿草，还有杨絮柳絮等。
- 二是常年性过敏原，包括尘螨，真菌，动物皮毛等。

面对过敏性鼻炎，患者该怎么办呢？

躲

就是离开那个让自己过敏的环境。北方有些老年人，退休后选择来到海南度过后半生。一方面离开了冬天寒冷的环境，另外发现自己的过敏性鼻炎消失了。

隔

对很多人来说，离开过敏的环境并不那么容易。怎么办呢，要隔。
也就是戴口罩。

小小的口罩作用很多，不仅能阻隔细菌、病毒，同时还能够阻隔过敏原，减少进入鼻腔的过敏原的数量，从而减轻症状。

洗

我们每天要洗手，洗掉大部分细菌、病毒，我们每天要刷牙，减少牙齿里的食物残渣。同样，我们可以通过鼻冲洗的方法进一步减少鼻腔过敏原的含量，从而进一步减轻症状。专门的鼻腔冲洗装置，效果会更好。所以不建议自行配置盐水。

药

如果通过上述方法仍然不能控制病情，就需要来到医院，
医生会根据您的病情开药，减轻身体的敏感性。



面对过敏性鼻炎，请您记住：躲、隔、洗、药