Автор: http://www.superstyle.ru/
28.02.2011 13:37 - Обновлено 09.09.2011 15:23

Как бороться с аллергией? Всеми возможными средствами!

Лечат медики

В арсенале медиков есть самые различные методы лечения аллергических заболеваний : всевозможные медикаменты , гомеопатия , фитотерапия (траволечение), физиотерапия (в том числе ультрафиолетовое облучение), оксигенация (насыщение крови кислородом), криотерапия (лечение холодом) и т.д .

Основные симптомы аллергии снимают антигистаминные – противоаллергические – препараты (тавегил , фенкарол , супрастин , диазолин , кетотифен

,
кестин
,
кларитин
,
аллертек
,
телфаст
и
т.п
.).
Но
их
действие
не
всегда
одинаково
(
например
,
воздействуют
на
определенные
симптомы
). К
тому
же
у них
есть
побочные
эффекты
и
противопоказания
(
например
,
по
возрасту
),
поэтому
пить
их
надо
только
по
назначению

врача
.

Лекарства против аллергии выпускаются в разных формах: таблетки и капли для при
ема
внутрь
,
глазные
капли
,
спреи
и
капли
для
носа
,
кремы
и
мази
для
наружного
применения
.

Считается , что наиболее щадящее

В некоторых случаях справится с симптомами аллергии помогают витамины – B6 (пи
ридоксин
),
B12
(
цианкобаламин
) и C (
аскорбиновая
кислота
).
B12
хорошо
зарекомендовал
себя
при
лечении
аллергических
астмы
,

сыпи
и
дерматита
, а С
ослабляет
сезонные
виды
аллергии
.
Также
доказано
, что
недостаток
кальция
и
магния
вызывает
астматические
симптомы
.
Препятствуют
аллергии
олеиновая
кислота
,
содержащаяся
в
оливковом
масле
, и
рыбий
жир.

Но заниматься самолечением все же не стоит. Лучше обратиться к профессионалам (
аллерголог
у
,
иммунологу
и
т.п
.),
которые
проведут
всестороннее
обследование
(в том
числе

тесты
на
аллергию
) и
назначат
адекватное
лечение
.

Если нет возможности избежать контакта с аллергеном, то врачи-аллергологи испол
ьзуют
метод
аллерген-специфической
иммунотерапии
(
АСИТ
).
Но
он
помогает
не
при
всех
видах
аллергии
и
считается
крайней
мерой
.

Помогают психотерапевты

От некоторых видов аллергии помогает избавиться психотерапия. Один из перспекти
вных мето
дов в
э
том
направлении
–
нейролингвистическое
программирование
(НЛП).
Автор
методики
под
названием

"
Быстрое
излечение
аллергии
"
Роберт
Дилтс
считает
, что
аллергия
–
некая
фобия
иммунной
системы
, при
которой
возникает
слишком
быстрая
и
сильная
реакция
на
"
страх
"
перед
каким
либо
веществом-аллергеном
.
Он
утверждает
, что
иммунную
систему
можно
обучить
другим
, "
правильным
"
ответам
.

При лечении НЛП нужно определить, какая "вторичная выгода" есть у больного от данного заболевания. Например, во время болезни он может не ходить на работу, не мыть посуду, а вправе уделять больше времени себе, требовать повышенного внимания от окружающих и т.д. Затем психотерапевт решает, каким способом его пациент может получить желаемое без

вреда
для
здоровья
.
Далее
меняется
представление
больного
об
аллергии
и
психологическая
реакция
на
нее,
то
есть
как
бы
перекодируется
и
человек
, и его
восприятие
. А
место
пресловутого
аллергена
занимает
нейтральный
раздражитель
.
Например
, при
аллергии
на
шерсть
собаки
на
эту
роль
вполне
годится
плюшевая
игрушка
.

Постепенно
реакция
пациента
изменяется
и
аллергия
проходит
.

Но такое лечение поэтапное и довольно длительное, а также оно под силу лишь опы
тному
специалисту
.

Действует народная медицина

Сельдерей. Сок свежего корня (по 1-2 чайных ложки 3 раза в день за 30 минут до
еды) –
прекрасное
средство
от
аллергического
дерматита
и
крапивницы
.
Можно
использовать
и
настой
сухого
корня
– 2
столовые
ложки
измельченных
корней
залить
стаканом
холодной
воды
,
настоять

3-4
часа
,
процедить
и
пить
по
1/3
стакана
так
же
.

Крапива глухая (яснотка). 1 столовую ложку цветов залить стаканом кипятка,
укутать,
настоять
30
минут
,
процедить
. Принимать
по
0,5
стакана
4-5 раз в
день
в теплом виде при
крапивнице
, золотухе,
экземе
или
сыпи
.

Череда. Отвар используется для ванн, обливаний и умывания при зуде и диатезе, что особенно хорошо применять для детей.

Фиалка трехцветная (анютины глазки). Настой рекомендуется при кожных проявлениях аллергии (ванны, обливания, примочки и т.д.).

Клевер луговой. Сок свежих соцветий помогает при аллергических конъюнктивитах.

Багульник болотный. Настой добавляют к ваннам (на одну ванну 1 литр настоя) и обрабатывают отдельные пораженные участки.

Противоаллергенный сбор. Плоды шиповника (7 частей), корни одуванчика (4 части), трава золототысячника малого (4 части), зверобой продырявленный (3 части), хвощ полевой (1 часть), кукурузные рыльца (1 часть) смешать и измельчить. 2 ложки смеси залить в термосе (0,5 литра кипятка), настоять ночь, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды. Курс лечения – 6 месяцев. Через каждые 30 дней делать перерыв в приеме длительностью 10 дней.

Также ваши союзники при аллергии – черноплодная рябина (арония), калина, кизил, крапива двудомная, облепиха, огурец, спаржа, укроп и черника.

Аллергические новости

Все больше специалистов – аллергологов и иммунологов – склоняются к мнению, что дисбактериоз не является причиной аллергии.

Идеальной диетой для аллергика долгие годы считались кефир и постный творог. Но последним данным

Важно и количество потребляемого продукта. Иногда, например, от 100 г клубники никакого вреда не будет, а вот на 0,5 кг уже появится аллергическая реакция.

Иллюстрации с сайта: © 2011 Thinkstock .