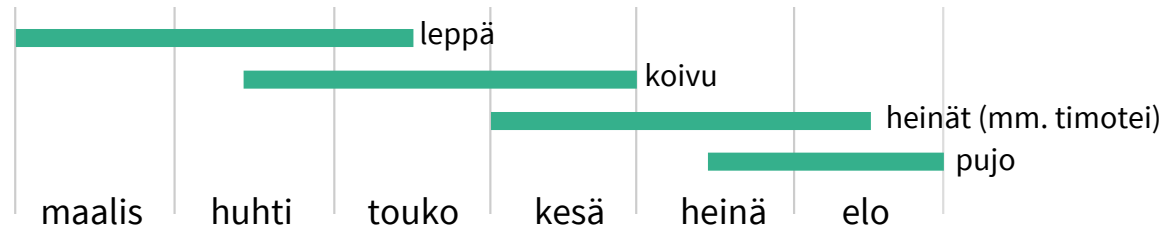
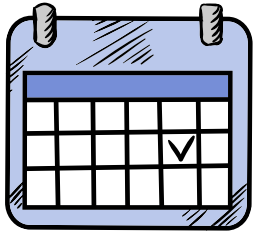


SIITEPÖLYALLERGIA URHEILIJALLA

Hoitamaton allergia heikentää suorituskykyä ja hidastaa palautumista. Allergiaoireiden tunnistaminen ja tehokas hoito on erityisen tärkeää urheilijalle.



SIITEPÖLYKAUDET SUOMESSA



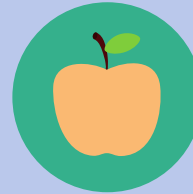
OIREET



- Nuha / tukkoisuus
- Kutiaminen
- Aivastelu



- Punoitus
- Vetistys
- Kutina



- Suun oireet raaista kasviksista koivulle allergisilla



- Unen häiriintyminen
- Väsymyksen lisääntyminen

HOITO

PERUSHOITO

- Antihistamiini-tabletit
- Aloita allergian hoito ottamalla säännöllisesti allergiakaudella.

TEHOSTA NÄILLÄ

- Allergianenäsumutteet
- Allergiasilmätipat



SIEDÄTYSHOITO



- Harkitaan, kun allergiaoireilu haittaa elämänlaatua ja myös osana allergisen astman hoitoa.
- Kestää vuosia ja vaatii sitoutumista.

MILLOIN LÄÄKÄRIIN?

- Allergialääkityksen tarve on säännöllistä.
- Allergiaoireet eivät pysy hallinnassa itsehoitovalmisteilla.
- On epäselvää, johtuvatko oireet allergiasta.
- Allergiakaudella esiintyy myös hengenahdistusta tai pitkittyvää yskää.
- Astman oireet voimistuvat.
- Harkitset siedätyshoitoon hakeutumista.

