

من الزهور إلى البخور 10 أسباب لنوبات العطس



الأحد 5 مايو 2024 10:51 م

يواجه مرضى الحساسية، صعوبات خلال أشهر الربيع والصيف، لكن هناك أشياء في المنزل قد تؤدي أيضًا إلى نوبة العطس، وفقًا لطبيبة وتقول الطبيبة البريطانية، الدكتور سارة كايات، إن معطرات الجو والنباتات المنزلية المزهرة - وحتى دمي الأطفال - من المرجح أن تسبب نوبة العطس في المنزل.

والشموع هي سبب شائع آخر لحساسية الجهاز التنفسي، حيث يمكن أن تؤدي العطور القوية إلى العطس في الوقت نفسه، يزدهر عث الغبار في الأماكن الدافئة والمترتبة، مثل الألعاب الناعمة والوسائد والكراسي، وغالبًا ما يتراكم شعر الحيوانات الأليفة في السجاد، لذلك يمكن أن تسبب مشكلة.

كما أن الألعاب المحشوة تشتهر باحتوائها على عث الغبار، الذي قد يتسبب في معاناة البعض من الحساسية، وفق ما ذكرت صحيفة "إكسبريس".

الحساسية الموسمية

ويتأثر المصابون بالحساسية الموسمية أيضًا بالأعراض، وغالبًا ما يكون لقاح الأشجار هو السبب في الفترة من أواخر مارس إلى منتصف مايو في حين أن العشب هو المسؤول عادة خلال الفترة من منتصف مايو حتى يوليو، وحبوب لقاح الأعشاب من نهاية يونيو إلى سبتمبر وقالت الدكتورة كايات: "من المفترض أن يكون المنزل مكانًا مريحًا، ولكن بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من الحساسية، يمكن أن يكون المنزل أيضًا سببًا لالتهاب الأنف التحسسي- وهو المصطلح الطبي لالتهاب المر الأنفي، الناجم عن شيء لديك حساسية تجاهه".

ووفقًا لها، "يمكن لأعراض مثل العطس وحكة الأنف والاحتقان أن تعطل الحياة اليومية، مما يؤثر على القدرة على التنفس بوضوح".

الوقاية من التهاب الأنف التحسسي

وأضافت الدكتورة كايات: "هناك أشياء يمكنك القيام بها للمساعدة في الوقاية من التهاب الأنف التحسسي في المنزل - مثل استخدام قطعة قماش مبللة، وغسل الحيوانات الأليفة وفراسها بانتظام، واستخدام الفراش المضاد للحساسية، والحفاظ على المنزل جافًا وجيد التهوية".

وتابعت: "إذا كانت لديك أعراض بالفعل، وتبحث عن بديل للأدوية، فإن استخدام رذاذ الأنف الطبيعي يمكن أن يكون فعالًا، وخيارًا جيدًا لمرضى حمى القش أيضًا هناك طريقة أخرى مفيدة وهي ارتداء النظارات الشمسية الملفوفة لمنع وصول حبوب اللقاح إلى أنفك وعينيك".

أهم 10 أسباب لنوبات العطس

- الأزهار نضرة
- العطور
- معطرات الجو
- مستحضرات التنظيف
- البهارات والتوابل
- الحيوانات الأليفة
- النباتات المنزلية
- الشموع المعطرة
- الكتب القديمة
- أعواد البخور

[لمطالعة الموضوع من مصدره الأصلي اضغط هنا](#)