Аллергия – это ошибочная реакция иммунной системы, направленная на защиту организма, которая возникает вследствие контакта с внешними раздражителями (аллергенами). Роль иммунной системы заключается в поддержании здоровья человеческого организма, защищая его и предотвращая попадание в него чужеродных тел на клеточном и макромолекулярном уровнях.Достоверные причины развития аллергии до конца не изучены. Не последнее место занимает наследственность. Хронический стресс является провоцирующий фактором для развития аллергии, а также усиливает проявления аллергических реакций.Кожные пробы. Самый доступный метод диагностики. Во время процедуры в кожу, как правило, на спине вводят различные аллергены и наблюдают за реакцией организма. Если среди аллергенов будет именно тот, на который реагирует ваша иммунная система, то в месте его введения можно будет наблюдать покраснение, сыпь, припухлость, увеличение размеров. Такое тестирование проводится сугубо в условиях стационара из-за вероятности возникновения анафилактического шока.

Профилактика аллергии

Для того, чтобы не попасть в сети собственного организма необходимо предварительно позаботится об минимизации присутствия аллергенов в вашей жизни. К профилактическим мерам относятся:

Проветривание помещения минимум два раза в сутки на протяжении 20-30 минут

Ежедневная влажная уборка

Следите за оптимальным уровнем влажности в помещении

Своевременная смена грязной одежды

Соблюдать водно-питьевой баланс на протяжении дня, следить за качеством питьевой воды

Следить за здоровьем домашних питомцев

Минимизируйте количество предметов интерьера, являющихся «пылесборниками»

Не злоупотребляйте применением бытовой химии, всегда надевайте перчатки, защищающие вашу кожу от агрессивного воздействия моющих и чистящих средств

Избегайте стрессов и переутомлений

Избавьтесь от вредных привычек

Соблюдайте умеренные физические нагрузки

Придерживайтесь здорового питания.

Когда нужно проверять сердце?

Диагностику сердца, сосудов рекомендовано пройти при наличии следующих симптомов; это:

Боли в грудной клетке, в области сердца и за грудиной.

Одышка, затрудненное дыхание.

Синюшный оттенок кожного покрова (цианоз).

Частые головокружения, обмороки, внезапное ухудшение самочувствия.

Нарушенный сердечный ритм, учащенное сердцебиение.

Повышенное или пониженное артериальное давление, резкие скачки АД.

15 июля отмечается Всероссийский день гинеколога.

Гинекология – отрасль медицины, изучающая нормальную деятельность женского организма, а также заболевания, характерные только для организма женщины, прежде всего заболевания репродуктивной системы. Врач-гинеколог занимается диагностикой, лечением и предупреждением патологий, относящихся к женской половой сфере.

Гинекология тесно связана с акушерством, изучающим физиологические и патологические процессы, происходящие в организме в связи с зачатием и беременностью, в родах и послеродовом периоде, а также разрабатывает методы родовспоможения, профилактики и лечения осложнений беременности и родов, заболеваний плода и новорождённого.

--