

Natürliche Heilmittel, mit denen Sie Ihre Allergiesymptome verbessern können

Allergien können Sie daran hindern, ein normales Leben zu führen. Dies gilt insbesondere für diejenigen, die das ganze Jahr über an Allergien leiden. Es ist ein miserabler Zustand, in dem man sich befindet und dann die Tatsache einwirft, dass man giftige Antihistaminika einnehmen muss, um die Symptome zu unterdrücken. Wenn Sie mit einem naturheilkundlichen Arzt sprechen, werden Sie feststellen, dass es natürliche, gesündere Alternativen zur Allergiebehandlung gibt. Sobald Sie Allergietests hatten, können Sie die folgenden Mittel anwenden, um Ihre Symptome zu lindern. SCHLITZ Die Zeiten, in denen man sich an einen Naturheilpraktiker wenden musste, sind vorbei. Mit der SLIT-Behandlung erhalten …



Allergien können Sie daran hindern, ein normales Leben zu führen. Dies gilt insbesondere für diejenigen, die das ganze Jahr über an Allergien leiden. Es ist ein miserabler Zustand, in dem man sich befindet und dann die Tatsache einwirft, dass man giftige Antihistaminika einnehmen muss, um die Symptome zu unterdrücken. Wenn Sie mit einem naturheilkundlichen Arzt

sprechen, werden Sie feststellen, dass es natürliche, gesündere Alternativen zur Allergiebehandlung gibt.

Sobald Sie Allergietests hatten, können Sie die folgenden Mittel anwenden, um Ihre Symptome zu lindern.

SCHLITZ

Die Zeiten, in denen man sich an einen Naturheilpraktiker wenden musste, sind vorbei. Mit der SLIT-Behandlung erhalten Sie ein natürliches Allergieverfahren, das dazu beiträgt, Ihre Symptome im Laufe der Zeit zu lindern. Es wird unter die Zunge genommen, ist also schmerzfrei, schnell und bequem. Das Tolle an dieser Methode ist, dass Sie Ihre Allergiereaktionen vollständig überwinden können, indem Sie Ihrem Körper beibringen, keine normalen Substanzen wie Lebensmittel, Pollen und andere typische Allergene mehr anzugreifen, die nicht schädlich sind. Allergietests werden wahrscheinlich durchgeführt, bevor Sie die Behandlung abgeschlossen haben.

Kochsalzlösung spülen

Im Frühling und Sommer nimmt die Pollenmenge in der Luft zu. Dies führt dazu, dass Nase und Lunge mit der Substanz gefüllt werden und Ihre Allergien aufflammen. Eine Möglichkeit, dem entgegenzuwirken, ist die Verwendung einer Salzspülung. Sie können dieses rezeptfreie Produkt in Ihrer örtlichen Apotheke kaufen. Es ist eine vorübergehende Lösung, die Sie verwenden können, bis Sie die SLIT-Behandlung erhalten.

Fischölergänzungen

Die tägliche Einnahme von Fischölergänzungen ist auch eine gute Möglichkeit, Allergien zu bekämpfen. Fischöl senkt den Leukotriene-Spiegel in Ihrem Körper, wodurch Asthmasymptome durch Allergene reduziert werden können.

Tragen Sie Sonnenbrillen und Hüte

Das scheint nicht viel zu sein, aber das Tragen einer Sonnenbrille kann wirklich helfen, wenn die Pollenanzahl hoch ist. Es kann Ihre Augen vor dem Wind und dem Pollen schützen, den es mitbläst. Der Hut Ihrer Wahl sollte auch eine breite Krempe haben, damit er Pollen von Ihrem Gesicht fernhält.

Pestwurz

Wenn es Ihnen nichts ausmacht, pflanzliche Heilmittel zu probieren, probieren Sie es mit Pestwurz. Die meisten Menschen verwenden es zur Linderung von Kopfschmerzen, aber es ist auch wirksam zur Verringerung der Nasensymptome. Es ist ein großartiger Ersatz für Antihistaminika, die normalerweise Schläfrigkeit verursachen.

Akupunktur

Es besteht die Möglichkeit, dass Akupunktur zur Linderung von Heuschnupfen beiträgt. Es wurden Studien durchgeführt, die zeigen, dass 12 Akupunktursitzungen genauso gut waren wie die Einnahme von Antihistaminika. Tatsächlich zeigte sich, dass die Entlastungsrate höher war. Es ist nicht klar, warum das so ist, aber es ist definitiv eine Überlegung wert. Konsultieren Sie mit einem Heilpraktiker über diesen Service und andere wie Ozontherapie.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki