



Sind Ihre Erkältungssymptome wirklich Allergien? Rausfinden

Die Symptome einer Erkältung und Allergien sind sehr ähnlich – laufende Nase, tränende Augen, Niesen, Halsschmerzen und verstopfter Kopf. Wenn sich die Jahreszeiten ändern, ändert sich auch Ihr Körper. Es ist üblich, dass sich Menschen jedes Mal erkälten, wenn sich die Jahreszeit ändert, was es schwierig machen kann zu wissen, ob sie an saisonalen Allergien oder nur an einer Erkältung leiden. Ein naturheilkundlicher Familienpfleger kann natürliche Allergietests und -behandlungen anbieten. Eine andere Möglichkeit, festzustellen, ob Ihre Symptome mit einer Erkältung oder Allergien zusammenhängen, besteht darin, nach verräterischen Anzeichen wie Fieber zu suchen. Dies ist normalerweise mit Grippe und Erkältung verbunden. …



Die Symptome einer Erkältung und Allergien sind sehr ähnlich – laufende Nase, tränende Augen, Niesen, Halsschmerzen und verstopfter Kopf. Wenn sich die Jahreszeiten ändern, ändert sich

auch Ihr Körper. Es ist üblich, dass sich Menschen jedes Mal erkälten, wenn sich die Jahreszeit ändert, was es schwierig machen kann zu wissen, ob sie an saisonalen Allergien oder nur an einer Erkältung leiden. Ein naturheilkundlicher Familienpfleger kann natürliche Allergietests und -behandlungen anbieten.

Eine andere Möglichkeit, festzustellen, ob Ihre Symptome mit einer Erkältung oder Allergien zusammenhängen, besteht darin, nach verräterischen Anzeichen wie Fieber zu suchen. Dies ist normalerweise mit Grippe und Erkältung verbunden. Menschen sind normalerweise verwirrt, weil Allergien manchmal als Heuschnupfen bezeichnet werden, aber dies ist eigentlich kein Fieber. Wie lange Sie die Symptome bemerken, gibt auch einen Hinweis auf die Ursache.

Wenn Sie erkältet sind, halten die Symptome normalerweise nicht länger als zwei Wochen an. Allergien hingegen halten viel länger an. Manche Menschen erleben eine ganze Saison oder das ganze Jahr über Allergiesymptome. Dies gilt insbesondere für Personen, die gegen Allergene in Innenräumen wie Schimmel und Hausstaubmilben kämpfen.

Feststellen, ob Sie Allergien haben

Abgesehen davon, dass Sie zu einem naturheilkundlichen Familienpflegezentrum gehen, um Tests zu erhalten, gibt es andere Möglichkeiten, um festzustellen, ob Ihre Symptome auf eine Erkältung oder Allergien zurückzuführen sind. Wenn Sie beispielsweise feststellen, dass sich Ihre Symptome zu einer bestimmten Tageszeit oder bei bestimmten Aktivitäten verschlimmern, kann es sich um Allergien handeln. Jeder, der gegen Hausstaubmilben allergisch ist, kann mit einer Überlastung aufwachen. Diejenigen, die Symptome während eines morgendlichen Spaziergangs bemerken, können Anzeichen von Pollen in der Luft bemerken.

Ein Kind mit Nies- und Hustensymptomen im tiefsten Winter und

nachdem es mit kranken Freunden zusammen war, hat wahrscheinlich eine Erkältung. Das Alter kann auch bei der Bestimmung helfen, woher die Symptome stammen. Allergien im Freien treten normalerweise zwischen vier und sechs Jahren auf. Allergien in Innenräumen beginnen normalerweise im Alter von etwa 3 Jahren.

Andere Anzeichen, dass ein Kind Allergien haben kann, sind Ekzeme. Es kommt sehr häufig vor, dass Ekzeme und Allergien gleichzeitig auftreten. Diejenigen, die beides erleben, entwickeln auch eher Asthma. Ein Kind hat ein höheres Risiko, Allergien zu entwickeln, wenn beide Elternteile es haben.

Schleim ist ein weiterer Bereich, in dem Sie überprüfen können, ob Sie Allergien oder nur eine andere Erkältung haben. Wenn Sie feststellen, dass Ihr Schleim klar und wasserartig ist, sind Allergien wahrscheinlicher. Dickerer grün getönter Schleim ist ein Hinweis auf ein Virus.

Zu den Symptomen, auf die Sie achten möchten, gehören Engegefühl in der Brust, Keuchen und Atemnot, da dies ein Zeichen für Asthma oder allergisches Asthma sein kann.

Lebensmittelinduzierte Asthmasymptome

Allergien wie Pollen und Hautschuppen können zu Asthmaanfällen führen. Es ist auch bekannt, dass Nahrungsmittelallergien dasselbe verursachen können. Dies ist nicht so häufig wie Allergene in der Luft, aber es ist immer noch wichtig, darüber Bescheid zu wissen. Es beginnt zunächst mit normalen Nahrungsmittelallergiesymptomen wie Übelkeit und Erbrechen, Nesselsucht, Hautausschlag oder Durchfall, gefolgt von asthmatischen Symptomen wie Keuchen und Husten. Es ist auch möglich, dass der Hals anschwillt, was das Atmen erschwert – dies wird auch als Anaphylaxie bezeichnet.

Es gibt eine Reihe von Zutaten in Junk Food, die das Risiko für Allergien und Asthma im Kindesalter erhöhen können.

Lebensmittelkonservierungsmittel sind ein Schuldiger, der Asthmaanfälle verursachen kann. Eine davon sind Sulfite, die in Garnelen, Wein und getrockneten Früchten enthalten sind.

Manchmal ist der beste Weg, um Allergien zu vermeiden, die Art und Weise zu ändern, wie Sie essen. Sie können mehr über die natürliche Behandlung von Allergiesymptomen erfahren, indem Sie einen naturheilkundlichen Hausarzt konsultieren.

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki