

Профилактика приступов холодовой аллергии

- 1** Перед выходом на улицу в холодное время года смазать открытые участки тела жирным кремом либо прогретым маслом.
- 2** Закрывать максимально тело одеждой: надевать шапочку, перчатки, шарф. Использовать белье из натуральных тканей.
- 3** Исключить употребление холодных напитков, мороженого. Перед выходом на улицу выпить теплый чай.
- 4** Сократить время пребывания на улице. Избегать общего переохлаждения, тепло одевать в холодное время года.
- 5** Воспользоваться народными средствами. Например, настоем корня сельдерея пахучего в случае сильного кожного зуда.
- 6** Лечить вовремя хронические очаги воспаления: кариес, гайморит, пиелонефрит. В тяжелых случаях – сменить климатические условия проживания.
- 7** Ограничить в теплое время года купание ребенка в холодной воде – природных водоемах, бассейнах.
- 8** Начать курс закаливающих процедур летом по разрешению лечащего врача – обтирание или обливание водой с постепенным понижением температуры.