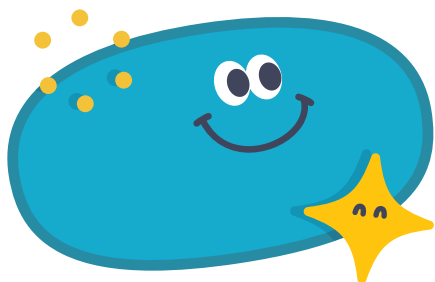


VIÊM DA DỊ ỨNG



- 01 Phải dưỡng ẩm và chăm sóc da thật tốt!
- 02 Chỉ hạn chế thực phẩm đã được xác nhận chính xác có dị ứng với mình!
- 03 Phải kiểm soát tốt stress của bản thân!
- 04 Duy trì nhiệt độ và độ ẩm thích hợp trong nhà!
- 05 Kiên trì điều trị bằng phương pháp đã được kiểm chứng an toàn và có hiệu quả!

VIÊM MŨI DỊ ỨNG



- 01 Giữ vệ sinh sạch sẽ trong nhà, hạn chế ra ngoài vào ngày ô nhiễm nặng hoặc mang khẩu trang khi ra ngoài!
- 02 Kiểm tra nguyên nhân bị viêm mũi và yếu tố gây trở ngại để phòng tránh!
- 03 Không hút thuốc, tránh tối đa việc hút thuốc lá thụ động!
- 04 Rửa tay sạch sẽ để phòng ngừa bệnh cảm!
- 05 Kiên trì điều trị bằng phương pháp đã được kiểm chứng an toàn và có hiệu quả!

CHIẾN DỊCH XÂY DỰNG MỘT HÀN QUỐC KHỎE MẠNH



**Để khỏi bị dị ứng
Tìm tự do
Cho cơ thể chúng ta**



**Cùng nhau thực hiện nhé!
Nhất định phải nhớ 5 nguyên tắc quản lý phòng ngừa dị ứng**

Viêm da dị ứng

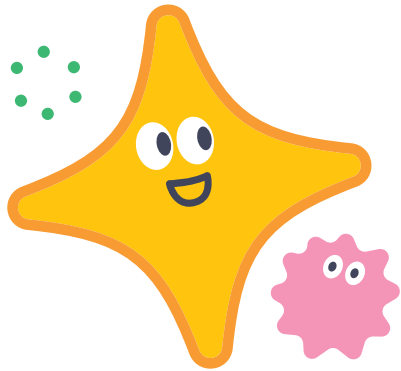
Viêm mũi dị ứng

Hen suyễn

Sốc phản vệ

Dị ứng thực phẩm

HEN SUYỄN



01

Giữ vệ sinh sạch sẽ trong nhà, hạn chế ra ngoài vào ngày ô nhiễm nặng hoặc mang khẩu trang khi ra ngoài!

02

Kiểm tra nguyên nhân bị hen suyễn và yếu tố gây trở ngại để phòng tránh!

03

Không hút thuốc, tránh tối đa việc hút thuốc lá thụ động!

04

Rửa tay sạch sẽ để phòng ngừa bệnh cảm, nghiêm ngặt tiêm phòng bệnh cúm flu (cảm cúm)!

05

Vận động thường xuyên để duy trì cân nặng bình thường!

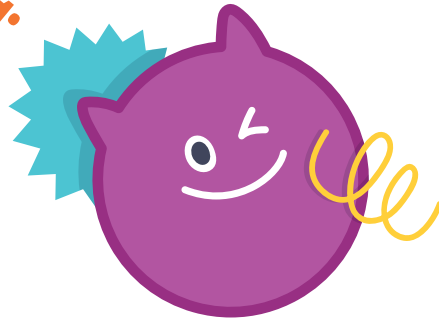
06

Điều trị hen suyễn theo chỉ định của bác sĩ, cần phải biết cách xử lý khi bệnh bị trở nặng hơn!

07

Kiên trì điều trị bằng phương pháp đã được kiểm chứng an toàn và có hiệu quả!

DỊ ỨNG THỰC PHẨM



01

Nếu đã được bác sĩ chuẩn đoán bị dị ứng thực phẩm cần phải hạn chế thực phẩm gây dị ứng đó!

- Trước khi hấp thụ thức ăn luôn phải kiểm tra xem có bao gồm thực phẩm thông thường gây dị ứng chéo với thực phẩm gây dị ứng hay không.
- Trên dụng cụ nấu nướng và dụng cụ để ăn dù chỉ dính một lượng nhỏ vẫn có thể gây dị ứng nên cần phải chú ý kỹ.
- Chú ý không hít hoặc sờ vào thực phẩm gây dị ứng.
- Chế độ ăn kiêng không cần thiết sẽ gây bất lợi đến sự tăng trưởng và phát triển của trẻ em và thanh thiếu niên.

02

Để đề phòng bệnh nhân dị ứng thực phẩm xuất hiện triệu chứng đột ngột cần mang theo thuốc sơ cứu và phải làm quen với cách sử dụng thuốc!

03

Cần phải thăm khám và tư vấn định kỳ để kiểm tra tình trạng dị ứng thực phẩm có thuyên giảm hoặc xuất hiện dị ứng mới hay không!

SỐC PHẢN VỆ



01

Hiểu nguyên nhân và triệu chứng của từng cá nhân bị sốc phản vệ và cần phải học cách sử dụng thuốc tự tiêm Epinephrine để luôn mang theo mình.

02

Nếu xuất hiện triệu chứng, phải tiêm ngay thuốc Epinephrine sau đó đến phòng cấp cứu! Dù thấy triệu chứng có tốt hơn sau khi tiêm thuốc vẫn có thể bị phản ứng lại lần 2 nên cần phải đến ngay phòng cấp cứu.

03

Gặp bác sĩ chuyên khoa dị ứng định kỳ để chẩn đoán nguyên nhân và quản lý bệnh sốc phản vệ.

04

Người bị sốc phản vệ với thực phẩm dù chỉ là hấp thụ, hít phải, để da tiếp xúc với một lượng rất nhỏ vẫn bị phát sinh nên cần phải lưu ý kỹ.

05

Trường hợp bị sốc phản vệ với thuốc cần phải luôn mang theo thẻ an toàn về thuốc để xác nhận với bác sĩ, y tá mỗi khi được kê toa thuốc!

06

Người bị sốc phản vệ nên thông báo trước những vật gây sốc ở xung quanh để tránh gặp phải và có biện pháp xử lý tình huống khẩn cấp!