

حساسیت های بهاری

۳ درمان حساسیت های بهاره

سرکه سیب	سیر	عسل محلی
زنجبیل	زردچوبه	آب نمک
بخوردادن	بابونه	گزنه
پیاز		



۱ آلرژی های فصلی: حساسیت یا آلرژی بهاره که تحت عنوان التهاب یا ورم غشای مخاطی بینی آلرژیک یا رینیت ، آلرژیک نامیده می شود. این بیماری در مردان ، زنان و نوزادان دیده می شود.

۲ آلرژی های عمده که باعث حساسیت فصلی می شود شامل :

الف) گرده های درختان و گلها
 ب) گرد و خاک
 ج) پوست حیوانات
 د) بزاغ گربه و کپک می باشد .
 و از عوامل دیگر شامل سیگار کشیدن ، در معرض مواد شیمیایی قرار گرفتن ، درجه حرارت پایین ، سردی هوا ، دود ناشی از سوزاندن چوب و بخار



کانون هلال احمر
 پردیس شهید مقصودی همدان

فعالیت های کانون :

* دیدار از خانه سالمندان- شیرخوارگاه * پخش بروشور
 هفتگی * ساخت نرم افزار آشنایی با هلال احمر و نرم
 افزار آموزش گرفتن فشار و قندخون * ارائه طرح
 معلم امداد گر * برپایی ایستگاه سلامت * برگزاری
 کلاس های امداد و کمک های اولیه * طراحی وبلاگ
 و کانال تلگرام کانون

@helalepm

کانال تلگرامی کانون هلال احمر

شهید مقصودی همدان

۳

چگونه خود را از خفگی نجات دهیم:

۱. یک دستتان را مشت کنید و انگشت شست خود را بروی شکم بین قفسه سینه و ناف بگذارید
۲. این دست را محکم با دست دیگرتان بگیرید و هر دو دست را با حرکت سریع رو به بالا فشار دهید. همچنین می توانید بر روی جسمی ثابت و افقی مانند (لبه میز، صندلی، نرده و...) خم شوید و شکمتان را با حرکت سریع به لبه جسم فشار دهید
۳. این حرکت را تا خارج شدن از این حالت ادامه دهید

۲

نشانه های شخص در حال خفگی:

۱. ناتوانی در تنفس و صحبت کردن
۲. ناتوانی در سرفه کردن
۳. تغییر رنگ صورت
۴. از دست دادن هوشیاری



۱

پیشگیری از خفگی ناگهانی با مانور هایملیخ

حرکت تکنیکی و ساده هایملیخ شما را قادر می سازد خود و دیگران را از خفگی نجات دهید. البته انجام این عمل در خود، کودکان، خردسالان و بزرگسالان بیهوش متفاوت است که ما در هر سری از بروشور یک نمونه را ذکر خواهیم کرد.