

Alergias estacionales

Desafortunadamente para algunos, la llegada de la primavera o el otoño va acompañada de cambios estacionales alergias. Las alergias estacionales son provocadas principalmente por el polen de árboles, pastos, y malas hierbas que hacen que el sistema inmunológico del cuerpo las identifique como dañinas invasores, provocando una reacción alérgica.

Los síntomas de las alergias estacionales pueden variar en gravedad y pueden incluir:

- Estornudos
- Picor o lagrimeo de ojos
- Toser
- Goteo o congestión nasal
- Fatiga
- Dolor de garganta

A continuación se explica cómo controlar y aliviar los síntomas de la alergia:

Vigilar los niveles de polen: si la [previsión de polen](#) en su zona es alta, considere limitar las actividades al aire libre.

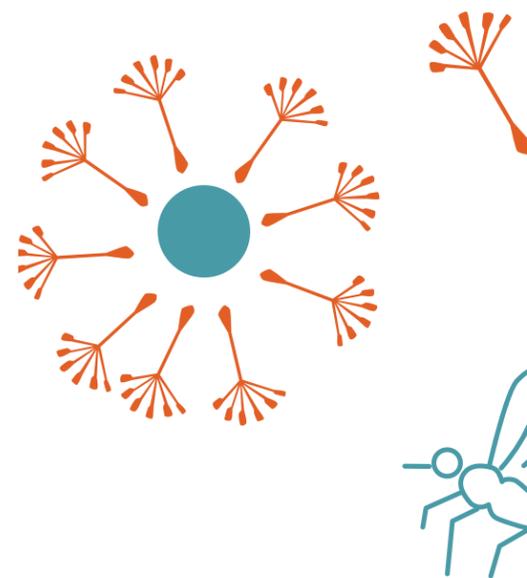
Mantener las ventanas cerradas: Cierre las ventanas para mantener afuera la mayor parte del polen y use purificadores de aire con [filtros HEPA](#) para atrapar los alérgenos en el aire.

Practicar una higiene antialérgica: después de pasar tiempo al aire libre, dúchese y cámbiese de ropa para eliminar el polen de su cuerpo y ropa. No olvide limpiar también a sus mascotas.

Utilizar irrigación nasal: los aerosoles nasales salinos y los sistemas de irrigación pueden ayudar a despejar los conductos nasales y reducir la congestión.

Medicamentos de venta libre: Los antihistamínicos, descongestionantes y corticosteroides nasales de venta libre pueden aliviar los síntomas de la alergia. Sin embargo, es fundamental consultar con un profesional de la salud antes de empezar a tomar cualquier medicamento nuevo.

Inyecciones antialérgicas (inmunoterapia): Fa las personas con alergias graves o persistentes se les pueden recomendar inyecciones. Se trata de exponer gradualmente al individuo a cantidades crecientes de alérgenos para desensibilizar el sistema inmunitario.



EL COSTE DEL TRATAMIENTO DE LAS ALERGIAS NASALES OSCILA ENTRE 3.000 Y 4.000 MILLONES DE DÓLARES CADA AÑO.



ENFOQUE DE BENEFICIOS

Beneficios ciclo de vida

Beneficios para empleados, incluidos seguros médicos, planes de jubilación y bienestar programas, que a menudo se ejecutan en un ciclo anual. Algunas se renuevan automáticamente, mientras que otras requieren una inscripción física nueva cada año. No utilizar o renovar estos beneficios dentro del plazo especificado puede suponer la pérdida de la cobertura o del acceso a los servicios. Es importante tener en cuenta que, si deja la compañía o se jubila, algunos beneficios terminan inmediatamente, mientras que puede tener acceso a otros hasta final de mes. Las compañías suelen comunicar estos plazos anualmente para garantizar que los empleados puedan tomar decisiones informadas sobre sus beneficios y adoptar las medidas necesarias antes de que venzan, fomentando así el bienestar y la satisfacción de los empleados.



LDBLIFESTYLEBENEFITS.COM
BONIFICACIÓN DEL ARTÍCULO:
Anemia 101 and Disfunción Ejecutiva

© 2024 Lockton, Inc. Todos los derechos reservados.

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD: La información contenida en este documento está destinado a servir como una guía general. Por favor, consulte a su médico, compañía de seguros y / o asesor de impuestos para obtener información específica a sus necesidades individuales.