



Dr. Shabahang Mohammadi

دکتر شباهنگ محمدی

متخصص گوش، گلو، بینی

بورده تخصصی ENT
فلوشیپ سر و گردن
دانشیار دانشگاه

عضو انجمن جراحان پلاستیک صورت
آمریکا

Shabahang Mohammadi M.D.

Associated Professor

Otorhinolaryngologist

Facial Plastic Surgeon

Head & Neck Surgeon

خیابان توانیر ، ساختمان پزشکان توانیر
پلاک ۳۰ ، واحد ۱۷

تلفکس : ۸۸۷۸۴۹۰۳

تلفن : ۸۸۲۰۹۷۲۷-۲۸

17 , No 30 , Tavanir Ave

Thran , Iran

Tel : +98 21 88209727-28

Telfax : +98 21 88784903

Postalcode : 1434885361

Email :

info@shabahangm.com

Website :

www.shabahangm.com

Instagram :

Shabahangmohammadi

روش هایی که برای رفع حساسیت می توانم انجام بدهم چیست؟

❖ جهت جلوگیری از ورود گرده ها پنجره ها را ببندید، از دستگاه تهویه مطبوع استفاده کنید.

❖ مطلع بودن از فصل های گرده افشانی و مقدار گرده ها در منطقه.

❖ برنامه ریزی فعالیت های خارج از خانه، در روزهای بادی و گرم داخل خانه باشید. اکثر گیاهان

در صبح گرده افشانی می کنند، لذا دیرتر از خانه خارج شوید.

❖ دوری کردن از تولید کننده های گرده های زیاد، مانند درخت غان، افرا، درخت تبریز، بلوط و گردو.

❖ پرهیز از نگهداری حیوانات خانگی.

❖ پاکیزه نگه داشتن منزل از گرد و خاک و شستن ملحفه ها با آب داغ.

❖ دوری کردن از غذاها، داروها، حشرات و یا حتی درنگها و گیاهانی که موجب ایجاد خارش و خراش های

پوستی مانند کهیر می شوند.

