

Te presentamos un común error que está empeorando tus alergias



Muchas personas alrededor del mundo festejan que entró la primavera: un clima más cálido, flores y amor están por todos lados. Sin embargo, para otros, estas pocas semanas de transición fría están marcadas por una sensación de temor abyecto. Un clima más cálido y flores significan alergias, y las alergias significan que los próximos meses probablemente querrás vivir en una burbuja.

Esta nota está dedicada a todas las víctimas estacionales de la alergia que están leyendo esto, y desafortunadamente, les tenemos algunas malas noticias: Los descongestionantes nasales a la venta sólo empeorarán tu situación. Un estudio publicado en Women's Health explicó que los aerosoles nasales diseñados para desobstruir tus fosas nasales empeoran tu alergia, creando una condición llamada rinitis medicamentosa, o "congestión de rebote".

Esto es lo que pasa realmente: La magia de los pulverizadores descongestivos consiste en reducir los vasos sanguíneos inflamados en los conductos nasales, lo que permite que el aire fluya a través de ellos. Pero con el uso frecuente esas mismas células sanguíneas dependen demasiado de la medicina: "Comienzan a hincharse más allá de su tamaño normal, porque están esperando el impacto químico", explica Madeleine Schaberg, médico de la Nueva York Eye and Ear Infirmary de Mount Sinai.

Para evitar la congestión de rebote, es mejor usar el spray nasal con moderación y añadir otros tratamientos descongestionantes, como enjuagues con solución salina o

antihistamínicos.

Fuente: muyinteresante.