

Saturs

IEVADS	6
KAS IR ALERĢIJA?	9
KAS IR ALERĢĒNI?	11
Iekštelpu alergēni	13
Dzīvnieku alergēni	14
Ārējās vides alergēni	17
Pārtikas alergēni	22
Aroda alergēni	23
ALERĢIJAS IZPAUSMES	25
Anafilaktiskais šoks	25
Polinoze	25
Alerģiskās iesnas	26
Alerģiskais konjunktivīts.	29
Nātrene.	29
ALERĢISKĀ EKZĒMA JEB ATOPISKAIS DERMATĪTS	33
AD provocējošie faktori	34
Kā izsargāties no AD provocējošiem faktoriem?	38
Terapija.	39
PĀRTIKAS ALERĢIJA	43
Pārtikas alerģijas veidi	44
Simptomi, diagnostika, terapija	46

ALERĢIJA PRET KUKAIŅU DZĒLIENIEM	51
KĀ ATKLĀT UN PIERĀDĪT ALERĢIJU?	53
KAS IR ASTMA?	57
Kāpēc rodas astma?	58
Astma un citas alerģijas	60
Kā izpaužas astma?.	61
Astmas īpatnības maziem bērniem	62
Kā atklāt astmu?.	64
KĀ ĀRSTĒT ASTMU?	65
Astmas ārstēšanā izmantotie medikamenti	68
Kā kontrolēt astmu?	70
Kas ir luksofora metode?.	71
Astma un sports.	75
Vai var palīdzēt netradicionālā vai Austrumu medicīna?.	76
Astmas izraisītāju, provocējošo faktoru novēršanas pasākumi.	77
NOBEIGUMS	79
PAR AUTORI.	80