



آلرژي

مؤشتهی ویلیام ای. برگر
برگردن: سارا کاظمی منش

for
dummies
A Wiley Brand

ترجمه و چاپ در ایران، تحت امتیاز
انتشارات واپلی توسط انتشارات آوند دانش

WILEY



آوند دانش

سرشناسه: برگر، ویلیام ای.، ۱۹۴۹-م. Berger, William E., 1949
 عنوان و نام پدیدآور: آلرژی / For Dummies نوشته ویلیام ای. برگر؛ برگردان سارا کاظمی منش؛ ویراستار طاهره صباغیان.
 مشخصات نشر: تهران: آوند دانش، ۱۳۹۸.
 مشخصات ظاهری: ۱۱۴ ص، ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
 شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۶۶۱-۴۵-۴
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 یادداشت: عنوان اصلی: Allergies For Dummies, Pocket Edition, 2010.
 موضوع: حساسیت — درمان
 موضوع: Allergy — Treatment
 شناسه ی افزوده: کاظمی منش، سارا، ۱۳۶۷ - مترجم
 شناسه ی افزوده: صباغیان، طاهره، ۱۳۵۶ - ویراستار
 رده بندی کنگره: RC ۵۸۴
 رده بندی دیویی: ۶۱۶/۹۷
 شماره کتابت ایسی ملی: ۵۷۷۲۱۲۹



آوند دانش

آلرژی

نوشته ی ویلیام ای. برگر
 ویراستار: طاهره صباغیان
 طراحی گرافیک: استودیو آوند دانش
 تاریخ انتشار: تابستان ۱۳۹۸ - چاپ اول
 لیتوگرافی، چاپ و صفافی: چاپ پرسیکا
 نشانی دفتر نشر و مرکز پخش: ابتدای خیابان پاسداران، خیابان گل نبی، بین ناطق نوری، بن بست طلایی، پلاک ۴
 تلفن: ۲۲۸۹۳۹۸۸، نمابر: ۲۲۸۷۱۵۲۲
 فروشگاه: ضلع جنوبی پارک قیطریه، خیابان روشنائی، خیابان شهاب، نبش روشن، پلاک ۲۵، تلفن: ۲۲۳۹۵۲۹۳
 صندوق پستی: ۱۹۵۸۵/۶۷۳
 قیمت: ۲۴۰۰۰ تومان
 شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۶۶۱-۴۵-۴
 کلیه حقوق این کتاب نزد ناشر محفوظ است

محدودیت مسئولیت / سلب مسئولیت از ایجاد ضمانت: هیچ مسئولیت یا ضمانتی متوجه ناشر یا نویسنده در قبال دقت یا کامل بودن متن این اثر نیست و صریحاً از تمامی ضمانتها، شامل و نه محدود به، ضمانت مناسب بودن برای هدفی خاص، سلب مسئولیت می کنند. به واسطه ی فروش یا مواد تبلیغاتی هیچ ضمانتی ایجاد نخواهد شد یا تعمیم نخواهد یافت. توصیه ها و راهکارهای ارائه شده در این اثر ممکن است برای هر موقعیتی مناسب نباشند. این اثر با استناد بر این تفاهم فروخته می شود که ناشر درگیر هیچ گونه کار حقوقی، حسابداری یا هرگونه خدمات حرفه ای دیگر نمی شود. چنانچه مشاوره ی حرفه ای مورد نیاز باشد، از خدمات یک فرد حرفه ای باید بهره گرفته شود. نه ناشر و نه نویسنده نباید در قبال صدماتی که از این ناحیه حادث می گردد مسئول باشند. این مطلب که به سازمانی یا وبسایتی در این اثر ارجاع داده و/ یا به عنوان منبع احتمالی اطلاعاتی بیشتر معرفی می شود نباید به منزله ی آن باشد که ناشر یا نویسنده اطلاعات یا توصیه هایی را که سازمان یا وبسایت ارائه می کنند صحت می گذارد. علاوه بر این، خوانندگان باید از این مطلب آگاه باشند که وبسایت های اینترنتی که در این اثر فهرست شده اند ممکن است در حداثی که این اثر نوشته شده است تا زمانی که خواننده می شود، تغییر کنند یا محو شوند.

فهرست مطالب در یک نگاه

مقدمه	۱
فصل ۱: مبانی تب یونجه	۵
فصل ۲: انجام دادن آزمایش حساسیت و دریافت تزریق های حساسیتی	۱۹
فصل ۳: استفاده از آنتی هیستامین ها و دکونژستانت ها	۳۳
فصل ۴: تسکین آلرژی ها با استفاده از سایر داروها	۴۹
فصل ۵: -اوای عوارض گوش و حلق و بینی	۵۹
فصل ۶: -الزی حساسیت های غذایی	۷۷
فصل ۷: -فرک تن با -رود حساسیت ها و آسم	۹۷

آیا شما یا یکی از آشنایان تان بر این باورید که ابتلا به آلرژی، یعنی ناخوش بودن، به مرور عادی می‌شود و هرگز بهبود نخواهید یافت؟ متأسفانه پاسخ بسیاری از افراد به این سؤال «مثبت» است. اما همان طور که در این کتاب توضیح می‌دهم، واقعیت آشکار و ساده و دقیق علم پزشکی این است: با اینکه هیچ درمان قطعی‌ای برای حساسیت‌ها وجود ندارد، اگر توصیه‌های کارآمد و مناسبی از پزشکتان دریافت کنید و خودتان نیز به‌عنوان بیمار، مراقبت‌های لازم را با انگیزه انجام دهید، می‌توانید زندگی عادی و پویا و رضایت‌بخشی داشته باشید.

درباره‌ی این کتاب

هفت من از نوشتن کتاب پیش رو این بود که توصیه‌هایی صحیح و به‌روز و کاربردی (و اساس بیش از ۲۵ سال تجربه‌ی طبابت برای بیماران متعدد) در اختیارتان را بدهم. به‌طور صحیح و اصولی با مشکلاتان برخورد کنید. برای این منظور، سه اصل را به‌گونه‌ای طراحی شده است تا بتوانید یک‌راست سراغ مبحث موردنظرتان بروید. لازم نیست کتاب را از اول تا آخر مطالعه کنید. البته ضرری هم ندارد.

این کتاب همچنین می‌تواند منبع و مرجعی باشد برای دستیابی به اطلاعاتی درباره‌ی راه‌های متعدد تشخیص و درمان و مدیریت بیماری‌تان. گرچه ممکن است کتاب را به‌خاطر موضوع تخصصی تهیه کرده باشید، شاید بعداً دریابید که سایر موضوع‌ها نیز درباره‌ی شما یا یکی از عزیزانتان صدق می‌کند.

نگران پیدا کردن مطالب موردنظرتان نباشید. صرفاً سرفصل‌های متعددی گنجانده‌ام که به شما می‌گوید اطلاعات موردنیازتان در چه فصل و چه مباحثی آمده است.

قصد من این است که اطلاعات این کتاب به شما کمک کند تا:

« برای مداوای خود اهدافی تعیین کنید؛

« مطمئن شوید مناسب‌ترین و کارآمدترین مراقبت‌های پزشکی را دریافت می‌کنید؛

« با وفادار ماندن به برنامه‌ی درمانی پزشکتان، نقش خود را به‌عنوان بیمار ایفا کنید.

تصویرات خنده‌دار

اگر در حال خواندن این کتاب هستید، احتمالاً می‌خواهید اطلاعاتی مفید و دقیق (به‌لحاظ علمی) و مرتبط با حساسیت‌ها به دست آورید که به زبانی ساده و عاری از اصطلاحات دشوار پزشکی باشد. در این کتاب، توضیحات سرراستی درباره‌ی اطلاعات علمی، مهم و اصطلاحات پزشکی کلیدی فراهم کرده‌ام.

این فرض‌ها را درباره‌ی شما در ذهن داشته‌ام:

« شما یا یکی از عزیزان تان از حساسیت رنج می‌برید؛

« در راستای بهبود شرایط جسمانی تان می‌خواهید درباره‌ی حساسیت‌ها مطالعه کنید (البته زیر نظر پزشکستان)؛

«می‌توانید حالتان بهتر شود.»

نمادهای به کار رفته در این کتاب

در سرتاسر کتاب، نمادی خاصی به کار رفته که توجهتان را جلب خواهد کرد. این نمادها شما را از عرصه‌ای که در قسمت‌های مختلف کتاب آمده آگاه می‌کند. معنای آن‌ها عبارت است از:

افسانه‌ها و باورهای غلط درباره حساسیت‌ها فراوان است. این نماد باور غلطی که بسیاری از افراد درباره حساسیت دارند بر ملا و تصحیح می‌کند.



این نماد به مواردی اشاره می‌کند که باید به ذهن بچارید، زیرا در آینده ممکن است به دردتان بخورد.



این نماد به مسائلی اشاره می‌کند که بهتر است آن‌ها را از دست دادن در میان بگذارید.



گاهی اطلاعات پزشکی پیچیده‌تری را مطرح می‌کنم تا مطلب مورد نظر را بهتر درک کنید. این نماد کمک می‌کند بتوانید درباره‌ی موضوعی خاص بیشتر بدانید یا حتی از آن رد شوید. مجبور نیستید حتماً این قسمت‌ها را بخوانید (اما شاید خواندن اطلاعات این نماد کمک کند بیماری‌تان را به‌خوبی مدیریت و کنترل کنید).



این نماد اطلاعات و توصیه‌های مفید بسیاری در اختیار تان می‌گذارد.



راهنمای

این نماد شما را از مشکلات احتمالی آگاه می‌کند؛ علائمی که نباید ساده از آن‌ها بگذرید یا درمان‌هایی که ممکن است نخواهید انجام دهید.



هشدار

مقصد بعدی

اگر بخواهید، می‌توانید سطر به سطر این کتاب را مطالعه کنید؛ اما من پیشنهاد می‌کنم سری به فهرست مطالب بزنید و مباحث مربوط به مشکل فعلی تان را پیدا کنید. سپس با خواندن آن‌ها راه را برای کنترل بهتر وضعیت تان هموار کنید.