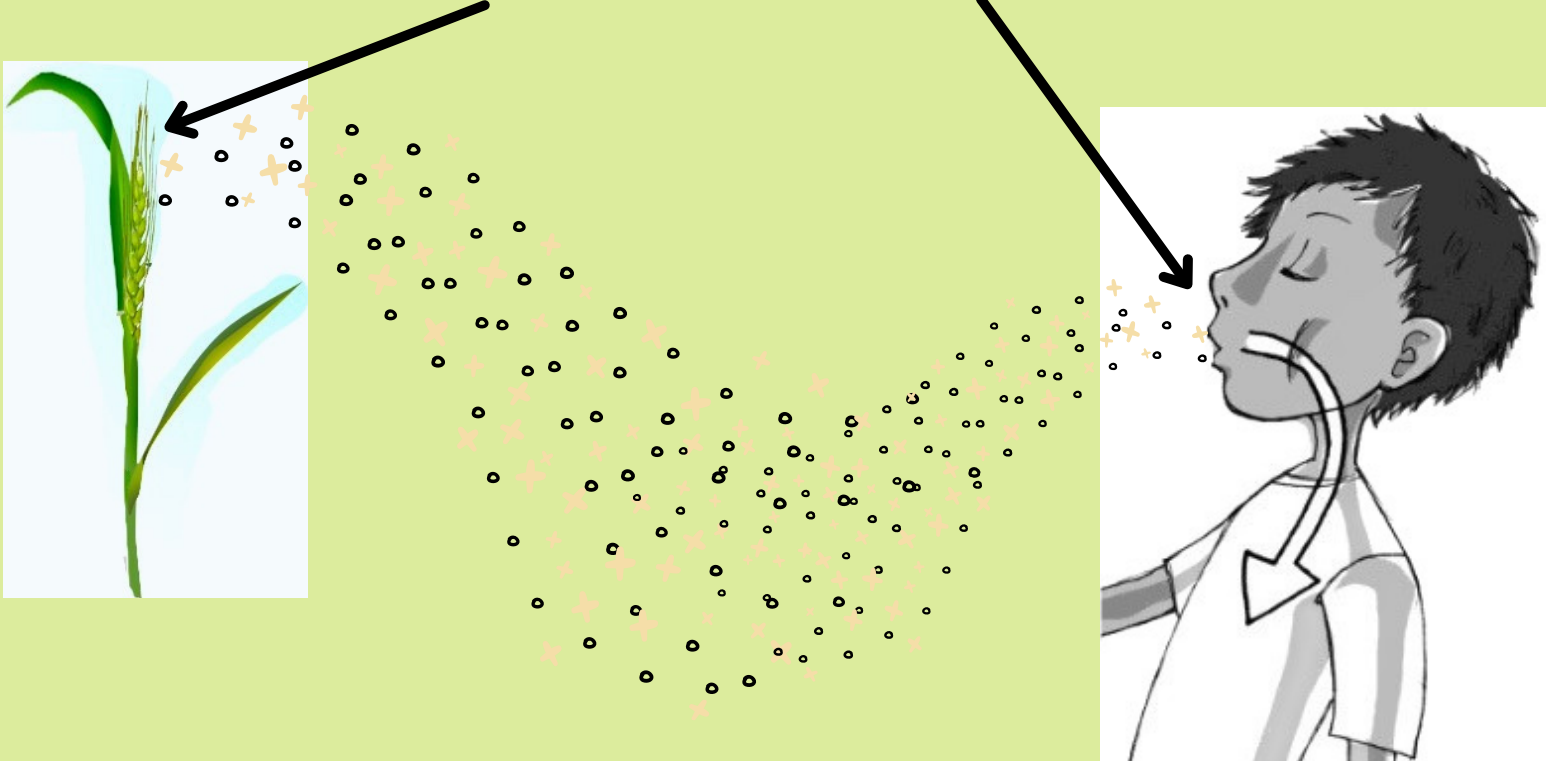


Polen de Césped y Asma



¿Cómo causan el asma los pólenes del césped?

El polen se hace aquí y se inhala aquí.



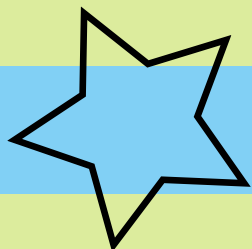
¡Manténgase alerta a fines de la primavera y principios del verano!



¡El polen del césped puede viajar cientos de millas con el viento!

Los 7 tipos de césped más comunes que causan alergia:

- 1. Bermuda
- 2. Johnson
- 3. Kentucky
- 4. Orchard
- 5. Rye
- 6. Sweet Vernal
- 7. Timothy



Consejos:

- Cierre las ventanas de la casa y el automóvil
- Utilice aire acondicionado.
- Use secadora de ropa en lugar de tendedores al aire libre.
- Verifique los recuentos de polen. Durante la temporada alta de polen, quédese adentro de 5 a 10 a. M.
- Mantenga un césped más corto. Haga que otra persona corte el césped.
- Dúchese el polen antes de acostarse.
- Consulte con su proveedor de atención médica sobre la posibilidad de agregar o aumentar los medicamentos antes de que comience la temporada de alergias.