

به جای گریه کردن...
عکاس: اعظم لاریجانی

مثل زنبورها زرنگ باش!

بعضی از بچه‌ها به گرده‌های گل، حساسیت دارند. عطسه و سرفه می‌کنند، بدنشان می‌خارد، حتی گاهی نفسشان می‌گیرد.

آیا تو هم «حساسیت بهاره» داری؟
اگر داری، نترس و نگران نباش. مگر زنبورها از گرده‌ی گل‌ها می‌ترسند؟
پس تو هم مثل زنبورها زرنگ باش و کارهایی را که می‌گویم انجام بده!

اگر حساسیت تو، شدید است، باید حتماً پیش دکتر بروی و دارو بگیری.



- وقتی از خانه بیرون می‌روی، ماسک بگذار. یا یک دستمال تمیز، جلوی دهان و بینی‌ات بگیر.
- وقتی در خانه هستی، پنجره‌ها را ببند تا گرده‌ی گل‌ها به اتاق نیاید.
- اگر باد می‌وزد، از خانه بیرون نرو. چون باد، گرده‌ی گل‌ها را پخش می‌کند.
- آب و نوشیدنی زیاد بخور. چیزهای آبکی جلوی حساسیت را می‌گیرد.