

# Allergia? Soffiala via!

Le regole della Farmacia Garelli per battere l'allergia.



# Le regole anti-allergiche

- ✿ Alla base di una buona terapia anti-allergica c'è una buona disintossicazione: già a partire da fine gennaio è utile drenare gli organi emuntori (intestino-fegato-reni). (Fisiodepur, Epakur, Eubiotic, gemme di Micol base e 11)
- ✿ Ripristinare un eubiosi intestinale è alla base di una buona terapia anti-allergica (LD2, DIGENZYM, BIOTIC, MICOTIC)
- ✿ Alimenti che stimolano la produzione di istamina come i crostacei, le arachidi, il glutine e la frutta appartenente alla famiglia delle rosacee (mela, pera, albicocca, prugna..) aumentano i sintomi allergici
- ✿ I latticini aumentano la produzione di muco
- ✿ Porre attenzione alle etichette degli alimenti e alla presenza di additivi come coloranti, emulsionanti, conservanti
- ✿ Evitare di curarsi con miele, propoli in tintura madre e polline
- ✿ Seguire il calendario pollinico e il bollettino della densità pollinica dati ogni anno dall'Associazione italiana di aerobiologi
- ✿ Abbinare una terapia desensibilizzante omeopatica (Pollensì)
- ✿ Eventualmente ricorrere al test sui campi di disturbo alimentare (BIOTRICOTEST)

# Chiedici il prodotto perfetto per te

## TERAPIA PREVENTIVA DESENSIBILIZZANTE

POLLENSI': 5 granuli martedì e giovedì  
FITOALL cps: 1 cps x 2 sublinguale

## TERAPIA LOCALE IN SPRAY

GREEN WALL spray: da spruzzare prima di uscire come barriera ai pollini  
HOLIS 29: 2 puff x 5-6 volte al giorno

## TERAPIA SINTOMATICA FASE ACUTA

- **PER CHI SI SENTE STANCO**  
SINALIA: 5 granuli al bisogno.  
RIBES N. MG: 50-100 al mattino e alle 15.00
- **PER CHI NON RIESCE MAI A STACCARE LA SPINA**  
GEMME MICOL SVB: 10 gtt 2 volte al giorno  
COMPLESSO DOSE IMO: 1 dose al giorno

# Calendario dei Pollini

**NOCCIOLO** da gennaio a fine marzo  
**OLMO** da metà febbraio a aprile  
**PIOPPO e SALICE** da marzo a fine maggio  
**PARIETARIA** da marzo a fine maggio  
**BETULLA** da aprile a metà giugno  
**QUERCIA, FAGGIO, PLATANO, PINO** da metà maggio a metà agosto  
**PIANTAGGINE ACETOSA** da maggio ad agosto  
**GRAMINACEE** da maggio a settembre  
**TARASSACO** da maggio a giugno  
**ORTICA** da maggio a settembre inoltrato

