

 <p>Hospital Universitario de Getafe SaludMadrid Comunidad de Madrid</p> <p>SERVICIO DE ALERGINA</p>	Recomendaciones-HONGOS		
	Abril 2016	V01	Página 1 de 1

RECOMENDACIONES PARA EL PACIENTE ALERGICO A LOS HONGOS

La mayoría de las esporas que se encuentran en el interior de la vivienda, suelen formar parte del polvo doméstico. Por ello, las medidas de evitación son parecidas:

- 1- Las habitaciones deben contener pocos objetos capaces de acumular polvo por lo que es recomendable evitar moquetas y alfombras, libros que no sean de uso habitual y suprimir además cortinajes y tapicerías.
- 2- Las plantas de interior facilitan el crecimiento de hongos.
- 3- Deben evitarse los lugares húmedos, donde haya materia en descomposición (granjas, pajares, molinos, viviendas rurales antiguas, etc.)
- 4- Se debe realizar una limpieza frecuente del domicilio, sin levantar polvo, utilizando para ello paños húmedos y aspirador.
- 5- Los humidificadores no son recomendables y siempre han de estar bien limpios. Por ello, puede ser incluso útil la instalación de deshumidificadores.
- 6- Los cuartos de baño y cocina deben estar bien ventilados.
- 7- Si la vivienda es un piso bajo, debe estar convenientemente aislada de la humedad y disponga de un adecuado sistema de drenaje de aguas.
- 8- Tenga presente que será más sensible a otros estímulos como catarros, productos químicos irritantes y a esfuerzos físicos.
- 9- El tabaco, en todos los casos, siempre es desaconsejable.
- 10- Para más información consulte a través de Internet en la página de la Sociedad Española de Alergia www.seaic.es, Sociedad de Madrid-Castilla La Mancha www.smclm.com o en www.alergiabbva.com