

NIEUWSBRIEF FEBRUARI 2020

NIEUW: GRATIS INLOOPSPREEKUUR

Vanaf 1 februari kunt u in Gorssel terecht op ons inloopspreekuur. Elke donderdag van 19.30 tot 20.00 uur zit Karien de Boer klaar om al uw vragen te beantwoorden. Heeft u:

- kleine klachten
- een vraag
- behoefte aan een herbeoordeling
- weet u niet of de fysiotherapeut iets voor u kan betekenen

Loop even binnen aan de Nijverheidsstraat 8, Karien helpt u verder.



HATSJOE! HOOIKOORTS?

De maand juni werd vroeger de "hooimaand" genoemd. In deze maand hadden mensen het meest last van hooikoorts. Vandaar de naam. Nu zien we dat hooikoorts klachten van februari tot september voorkomen.

Bent u allergisch voor boompollen, dan heeft u in februari, maart en april last van klachten. Bent u allergisch voor graspollen, dan is het raak in juni en juli. Sommige mensen hebben het hele seizoen klachten. Voor ieder persoon is dit dus verschillend.

Pollen zoveel mogelijk vermijden zou het beste zijn, maar helaas moeilijk uitvoerbaar. Ramen en deuren dicht houden en zo min mogelijk naar buiten gaan helpt. Natuurlijk is er medicatie, maar wilt u daar (nog) niet aan of werkt het onvoldoende, dan kunt u proberen met medical taping de klachten te verminderen. Hiermee kan de fysiotherapeut u helpen.

