

# Alergias

## Allergies

An allergy occurs when the body reacts to a substance. This may cause a mild to severe problem. There are different kinds of allergies. The most common allergies are to:

- Things in the air such as pollen, mold, pet dander, or dust
- Things you touch such as metal, latex, or chemicals
- Foods you eat or drink such as eggs, peanuts, nuts, milk, soy, wheat, or shellfish
- Insect stings, such as from yellow jackets, bees, wasps, hornets, or ants
- Medicines, such as antibiotics

An allergy cannot be cured, but treatment can help you feel better. The best plan is to avoid the substances that make your symptoms, or signs, worse.

## Symptoms

The most common symptoms of allergies are itchy, runny, or stuffy nose, hives, or skin rashes. More severe allergy symptoms are swelling, wheezing or trouble breathing. If you have trouble breathing, call 911.

Other symptoms depend on the cause of the allergy and may include:

- Itchy, runny, or stuffy nose
- Sinus pressure
- Sneezing
- Itchy, red, swollen, burning, or watery eyes

Una alergia se produce cuando el cuerpo reacciona a una sustancia. Esto puede causar un problema de leve a grave. Hay diferentes tipos de alergias. Las alergias más comunes son a:

- Cosas en el aire como polen, moho, caspa de mascotas o polvo
- Cosas que se tocan, como metal, látex o productos químicos
- Alimentos que come o bebe como huevos, maní, nueces, leche, soja, trigo o mariscos
- Picaduras de insectos, como de avispa, abejas, avispones u hormigas
- Medicamentos, como los antibióticos

Una alergia no se puede curar, pero el tratamiento puede ayudarlo a sentirse mejor. El mejor plan es evitar las sustancias que empeoran sus síntomas o signos.

## Síntomas

Los síntomas más comunes de las alergias son la picazón, el goteo o la congestión nasal, la urticaria o las erupciones cutáneas. Los síntomas de alergia más graves son la hinchazón, las sibilancias o los problemas para respirar. Si tiene problemas para respirar, llame al 911.

Otros síntomas dependen de la causa de la alergia y pueden incluir:

- Picazón, goteo o congestión nasal
- Presión sinusal
- Estornudos
- Picazón, enrojecimiento, hinchazón, ardor o lagrimeo de los ojos



- Itchy throat or cough
- Less able to taste or smell
- Headaches
- Nausea or vomiting
- Abdominal pain or cramping
- Diarrhea
- Swelling around the mouth or trouble swallowing
- Picazón en la garganta o tos
- Menor capacidad gustativa y olfativa
- Dolores de cabeza
- Náuseas o vómito
- Dolor o calambres abdominales
- Diarrea
- Hinchazón alrededor de la boca o problemas para tragar

## Your Care

Your doctor will ask you about your symptoms. Skin or blood tests may be done to check for allergies. Your doctor may suggest over the counter or prescription medicines or injections to treat your symptoms.

## Call your doctor if you have:

- Symptoms that get worse or keep you from doing your normal activities
- A fever over 101 degrees F or 38 degrees C

**Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

## Su atención

Su médico le preguntará sobre sus síntomas. Se pueden hacer pruebas cutáneas o de sangre para comprobar si hay alergias. Su médico puede sugerirle medicamentos de venta libre o con receta o inyecciones para tratar sus síntomas.

## Llame a su médico si presenta alguna de estas situaciones:

- Síntomas que empeoran o que le impiden realizar sus actividades normales
- Una fiebre de más de 101 °F (38 °C)

**Hable con su médico o enfermero si tiene alguna pregunta o inquietud.**