



Inkl.  
Tipps für  
Allergiker

## Mein praktischer Pollenflugkalender

Mit allen wichtigen Pollenarten  
für das ganze Jahr

[www.igevia.com/allergie](http://www.igevia.com/allergie)



## Praktische Tipps für Allergiker

Schon **kleine Schritte** können die Belastung für Pollenallergiker deutlich verringern.



**Trinken Sie viel** – vor allem Mineralwasser mit Magnesium.



Trocknen Sie Ihre Wäsche **nicht** im Freien.



Wechseln Sie Ihre Kleidung **nicht** im Schlafzimmer.

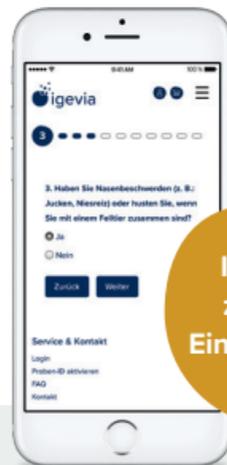


Fahren Sie **ans Meer oder in die Berge** auf Urlaub.

Weitere Tipps auf  
[www.igevia.com/allergie](http://www.igevia.com/allergie)

## Ihr Quick-Check

Erfahren Sie in **zwei Minuten**, wie wahrscheinlich Ihre Symptome und **Beschwerden für eine Allergie** sprechen.



In 2 Min.  
zur Erst-  
Einschätzung

[www.igevia.com/allergie/quickcheck](http://www.igevia.com/allergie/quickcheck)

## WIR BERATEN SIE GERNE!

Sie erreichen uns telefonisch:

Österreich: +43 5 99 07 99

Deutschland: +49 30 589 20 589

Sie erreichen uns per E-Mail:

[service@igevia.com](mailto:service@igevia.com)

[www.igevia.com](http://www.igevia.com)

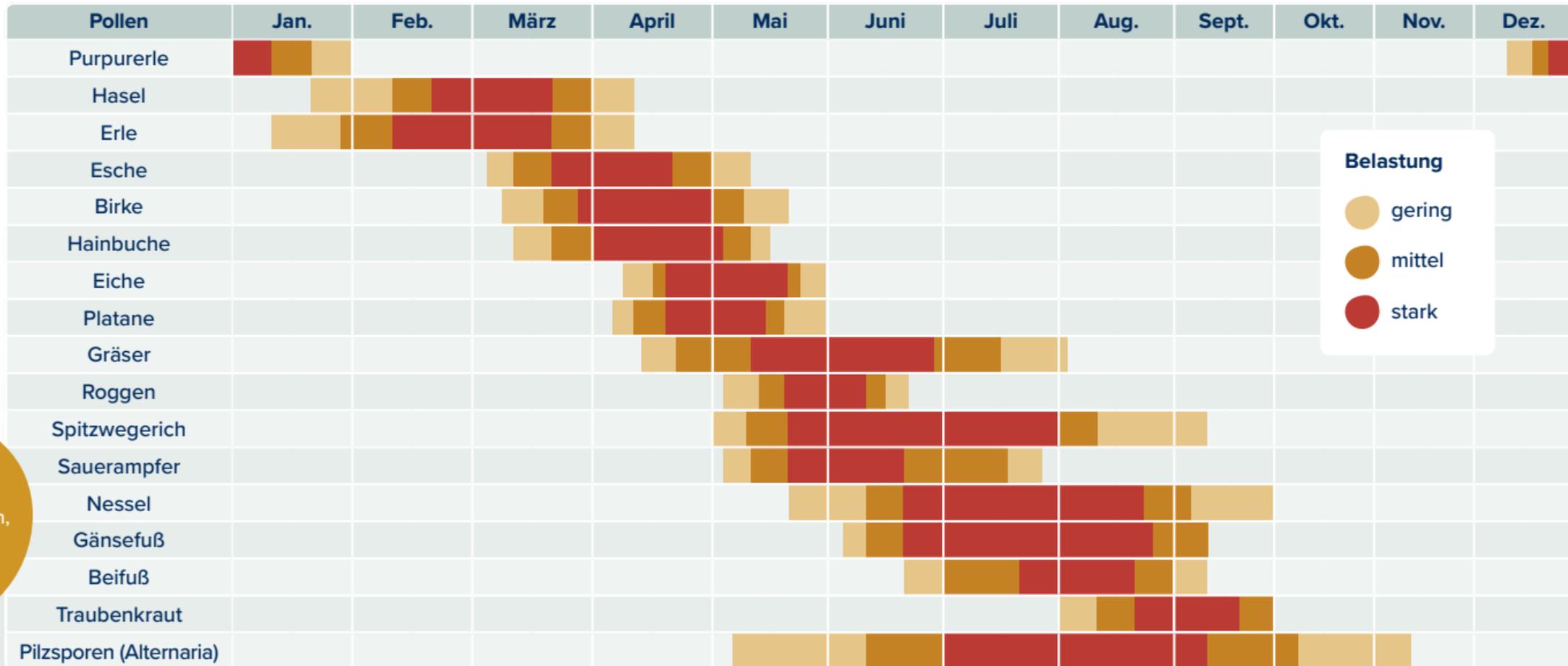


## Das Pollen-Jahr im Überblick

Die Pollensaison beginnt schon im Januar.

Die stärksten Symptome spüren Pollenallergiker in den **Frühjahrs- und Sommermonaten.**

**Tipp:** Machen Sie den IgeVIA-Allergietest um genau zu wissen, welche Pollenart Sie besonders belastet!



### Belastung

- gering
- mittel
- stark