

Tekstspeurneus

Hooikoorts M4/E4



vanjufmarjan.nl



Hooikoorts

Tekstspeurneus – Avi M4/E4 | Naam :

www.vanijfmarjan.nl

Copyright 2025

Het is lente! De zon schijnt en de bloemen bloeien. Veel mensen vinden dit fijn. Maar voor sommige mensen is de lente lastig. Zij hebben hooikoorts.

Wat is hooikoorts?

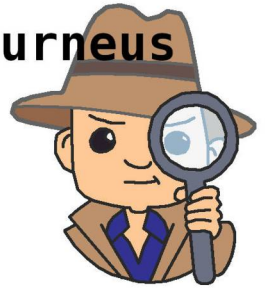
- 5 Hooikoorts is een allergie. Dit betekent dat het lichaam reageert op iets dat eigenlijk niet gevaarlijk is. Bij hooikoorts komt die reactie door pollen. Pollen zijn hele kleine korrels die in de lucht zweven. Bomen, planten en gras maken deze pollen. Vooral in de lente en de zomer zitten er veel pollen in de lucht.

10 Wat gebeurt er bij hooikoorts?

- Mensen met hooikoorts krijgen klachten als ze pollen inademen. Ze moeten veel niezen en hun neus zit verstopt. Soms loopt hun neus juist heel erg. Ook kunnen hun ogen jeuken en tranen. Sommige mensen krijgen er zelfs hoofdpijn van. Dit komt doordat
15 het lichaam denkt dat pollen gevaarlijk zijn en ertegen vecht.

Wanneer heb je last van hooikoorts?

- Niet iedereen met hooikoorts heeft op hetzelfde moment last. Dit hangt af van welke pollen iemand niet goed verdraagt. In het voorjaar zijn er veel pollen van bomen, zoals de berk.
20 In de zomer zijn er veel pollen van gras. In de herfst komen er pollen van onkruid in de lucht. Daarom kunnen sommige mensen al vroeg in het jaar last hebben en anderen pas later.



Hooikoorts

Tekstspeurneus – Avi M4/E4 | Naam :

www.vanijfmarjan.nl

Copyright 2025

Wat kun je doen tegen hooikoorts?

Het is moeilijk om pollen helemaal te vermijden.

- 25 Ze zitten overal in de lucht. Toch zijn er dingen die helpen.
Mensen met hooikoorts kunnen bijvoorbeeld een zonnebril dragen.
Dit beschermt de ogen tegen pollen. Het helpt ook om ramen en
deuren dicht te houden als er veel pollen in de lucht zijn.
Douchen en schone kleren aantrekken na buiten zijn
30 kan ook helpen. Zo spoel je de pollen van je lichaam.

Sommige mensen nemen medicijnen tegen hooikoorts.
Deze medicijnen zorgen ervoor dat het lichaam minder
sterk reageert op de pollen. Hierdoor hebben ze minder klachten
en kunnen ze beter genieten van de lente en de zomer.

- 35 Hooikoorts is vervelend, maar met de juiste maatregelen
kunnen mensen er minder last van hebben.
Zo kunnen ook zij genieten van de mooie dagen in het jaar!



Hooikoorts

Tekstspeurneus – Avi M4/E4 | Naam :

www.vanijfmarjan.nl

Copyright 2025

Vragen:

1. Wat is hooikoorts?
2. Wat gebeurt er als mensen met hooikoorts pollen inademen?
3. Waarom krijgen mensen met hooikoorts last van pollen?
4. Welke boom geeft in het voorjaar veel pollen?
5. Wat geeft veel pollen in de herfst?
6. In welke seizoenen kunnen mensen last hebben van hooikoorts?



Hooikoorts

Vragen:

1. Wat is hooikoorts?
Hooikoorts is een allergie
2. Wat gebeurt er als mensen met hooikoorts pollen inademen?
Ze moeten veel niezen en hun neus zit verstopt.
3. Waarom krijgen mensen met hooikoorts last van pollen?
doordat het lichaam denkt dat pollen gevaarlijk zijn en ertegen vecht.
4. Welke boom geeft in het voorjaar veel pollen?
De berk.
5. Wat geeft veel pollen in de herfst?
In de herfst komen er pollen van onkruid in de lucht.
6. In welke seizoenen kunnen mensen last hebben van hooikoorts?
In de lente, zomer en herfst