



[www.lm.be](http://www.lm.be)

De signalen liegen er niet om: de bomen en planten staan weer volop in bloei en veroorzaken pollenallergieën en hooikoorts.

# Pollenkalender

## Ontdek de Liberale Mutualiteit op [www.lm.be](http://www.lm.be)

### LM Antwerpen

Lange Nieuwstraat 109

2000 Antwerpen

☎ 03 203 76 00 - 📠 03 225 02 35

✉ [info@lm.pa.be](mailto:info@lm.pa.be)

### LM Oost-Vlaanderen

Brabantdam 109 - 9000 Gent

☎ 09 223 19 76 - 📠 09 224 11 74

✉ [infocomm@lmbmutov.be](mailto:infocomm@lmbmutov.be)

### LM Brabant

Koninginneplein 51-52 - 1030 Brussel

☎ 02 209 48 11 - 📠 02 219 01 54

✉ [info@mut403.be](mailto:info@mut403.be)

### LM Limburg

Geraetsstraat 20 - 3500 Hasselt

☎ 011 29 10 00 - 📠 011 22 20 67

✉ [info@lm.l.be](mailto:info@lm.l.be)

### LM West-Vlaanderen

Revillipark 1 - 8000 Brugge

☎ 050 45 01 00 - 📠 050 45 01 02

✉ [info@lm.wvl.be](mailto:info@lm.wvl.be)

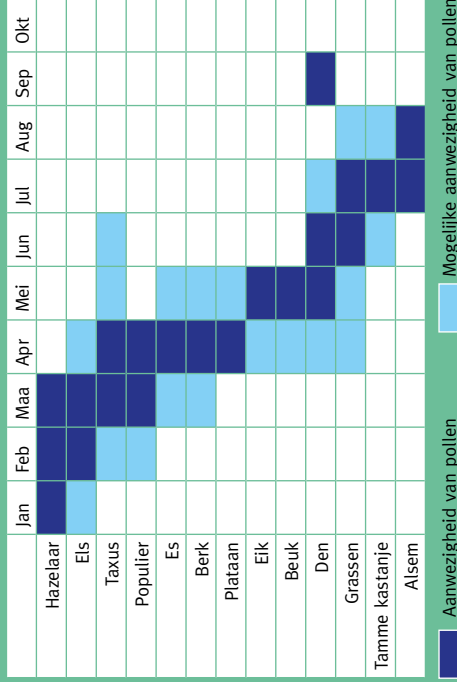
### LM Vlaams Gewest

Priemelstraat 22 - 1730 Asse

☎ 02 452 90 10 - 02 454 06 70

📠 02 452 62 20

✉ [info@lm.vlg.be](mailto:info@lm.vlg.be)



### Wanneer je last hebt van volgende symptomen lijdt je hoogstwaarschijnlijk aan een pollenallergie:

- een jeukende neus;
- overdreven niesbuien;
- hoesten;
- waterige neusloop;
- een verstopte neus;
- tranende ogen.

### Hoe behandel je het best een pollenallergie?

- Vermijd allergene stoffen: sluit je ramen en deuren.
- Draag buiten een zonnebril: zo ontlast en bescherm je je ogen.
- Neem geneesmiddelen in: antihistaminica worden door een arts voorgeschreven.