**Правильная защита от вирусов в любое время года**

****

Что говорит современная наука о правильной защите организма от инфекции, гриппа и ОРВИ, об укреплении иммунитета?

Оказывается, что способность нашего организма отражать атаки воздушно-капельных, «простудных» вирусов, вызывающих ОРВИ и грипп, зависит в первую очередь от состояния первого и главного защитного барьера – слизистой оболочки носоглотки. Именно он способен остановить агрессию во «входных воротах» организма и не пустить инфекцию вглубь. Поэтому так важно, чтобы слизистая носоглотки была в здоровом, боеспособном состоянии! Однако экология, сухой воздух и множество других различных причин могут ослабить защитные свойства слизистой, целостность этого барьера может быть нарушена, и тогда для вирусов уже совсем не сложная задача проникнуть в организм, вызывая простудные заболевания. Вирусы, своею деятельностью, наносят слизистой оболочке носоглотки дополнительные повреждения, и тогда простая простуда может «обрасти» бактериальными осложнениями, поскольку путь для инфекции открыт.

Было бы очень хорошо, если бы все помнили о том, что здоровье семьи – общая забота. Поэтому необходимо настроить всех членов семьи, начиная с папы и всех родственников, на правильный лад – возвращаясь домой, первым делом необходимо тщательно вымыть руки, умыться, промыть нос, а лучше принять душ и переодеться в домашнюю одежду. Нельзя забывать и о здоровом микроклимате в квартире: о проветривании, поддержании нормальной влажности и чистоты. Особое внимание нужно уделить заботе о восстановлении и укреплении защитных сил слизистой оболочки носоглотки. Поддержать ее здоровье можно специальными лекарственными препаратами, имеющими репаративное (восстанавливающее) действие. Такие средства помогают заживлению микротравм слизистой оболочки и улучшению ее общего состояния. Современные лекарственные средства, кроме репаративного, могут обладать еще и дополнительными противовирусными, противобактериальными и иммуномодулирующими свойствами. Применение таких средств помогает **не пустить инфекцию в организм**, а значит избежать заражения.

Полезны такие препараты и в случае уже наступившего заболевания. Они помогают справиться с ОРЗ быстрее и без осложнений. Укрепляя главный, защитный барьер организма - помогает остановить бактерии и вирусы прямо в носоглотке

Если лечение начато быстро и правильно, простуда не доставит много хлопот!