

По словам внештатного специалиста Минздрава России по инфекционным болезням Владимира Чуланова, употребление алкоголя при ОРВИ, в том числе гриппе и коронавирусе, негативно влияет на течение заболевания.

«В настоящее время наблюдается подъем заболеваемости ОРВИ, в том числе гриппом и COVID-19. При острых респираторных заболеваниях не рекомендуется употреблять алкоголь, так как он негативно влияет на состояние иммунной системы. Употребление алкоголя может снизить эффективность иммунного ответа на инфекцию и, соответственно, повысить риски более тяжелого течения заболевания», – сказал Владимир Чуланов.

Нельзя во время ОРВИ не только употреблять алкоголь, но и тем более лечиться им:

- Алкоголь действует на сердечно-сосудистую систему, вызывает тахикардию и повышение артериального давления;
- Даже небольшие дозы алкоголя приводят к снижению уровня некоторых нутриентов, в частности, витамина b12, который крайне необходим для поддержания основных функций организма;
- Алкоголь серьезно ослабляет иммунитет!

При появлении симптомов ОРВИ врачи рекомендуют соблюдать постельный режим, исключить физические и умственные нагрузки, обеспечить регулярное проветривание и высокую влажность воздуха в помещении. Во время заболевания необходимо обильное питье и легкая пища.

Берегите свое здоровье!