

*Иммунитет есть у каждого человека, и все знают, насколько он важен. Однако люди часто верят таким утверждениям об иммунитете, которые на самом деле оказываются мифами.*

Консультация [www.маммолог.онлайн](http://www.маммолог.онлайн)

Консультация [www.венеролог.онлайн](http://www.венеролог.онлайн)

**ЧИТАЙ ТАКЖЕ - [Клиника предлагает спектр услуг](#)**

**Миф 1. Если человек болеет – у него слабый иммунитет**

При простуде, ОРЗ, гриппе обычно появляется насморк, покраснение горла и повышенная температура

Человек уверен

если он заболел

то у него снижен

ИММУНИТЕТ

.

### Разрушаем миф

Нет! На самом деле, если такие симптомы наблюдаются, значит иммунитет реагирует на патогенные микроорганизмы

.

Симптомы простуды – это системные и местные реакции нашего иммунитета на вторжение

.

Болезнь – это проявление иммунитета-борца

.

### Объяснение врача

В организме существует специальный отряд иммунных клеток – Т-киллеров. Они регулярно обследуют все клетки, анализируя их

рецепторы  
. Так они  
распознают  
чужеродные  
клетки  
,  
которыми  
могут  
оказаться  
болезнетворные  
микробы  
и  
вирусы  
, и  
убивают  
их  
.

Если температуры нет и болезнь протекает без симптомов, типичных для воспаления  
, - это  
признак  
слабого  
иммунитета  
.

**Вывод:** если при простуде или гриппе у вас есть температура, насморк и покраснени  
е горла –  
это  
хорошо  
.  
Значит  
, ваш  
организм  
борется  
с  
инфекцией  
, а  
иммунитет  
работает  
правильно  
.

## Миф 2. Витамин С укрепляет иммунитет

Считается, что применение витамина С во время эпидемии защищает наши клетки и не дает разрушаться их оболочкам, а значит он укрепляет иммунитет.

ЧИТАЙ ТАКЖЕ - [Аллергии &ndash; нет!](#)

### Разрушаем миф

Во время болезни вирусы воздействуют на клетки нашего организма, их мембраны разрушаются и клетки погибают. С одной стороны, витамин С стабилизирует мембраны клеток и помогает иммунитету, ведь он

сильный  
антиоксидант

.  
Но  
для  
того  
,  
чтобы  
витамин  
С  
помог  
организму  
,  
нужно  
принять  
большую  
дозу  
(8 г, или 16  
таблеток  
,  
на  
разовый  
прием  
).  
Иначе  
эффекта  
не  
будет

.

### Объяснение врача

Витамин С, являясь мощным антиоксидантом, конечно поможет иммунитету справиться с прос

ся  
тудой

,  
но  
только  
при  
одном  
условии

-

если  
мы  
будем  
принимать  
его в  
огромной  
дозе  
,  
которая  
может  
быть  
смертельной

.  
Витамин  
С - это  
кислота  
,  
большие  
дозы  
которой  
могут  
вызвать  
язву  
желудка  
или  
почечную  
недостаточность  
, что в  
результате  
убьет  
человека  
.

**Вывод:** витамин С может укрепить иммунитет, если принимать его в высоких дозах,  
что  
опасно  
для  
здоровья  
человека  
.

ЧИТАЙ ТАКЖЕ - [Иммунитет. Суперинфекция и как ее лечить?](#)

### Миф 3. От вакцины можно заболеть

Многие люди остерегаются делать прививки от гриппа и себе, и своим детям, т.к. уверены, что от вакцины можно, наоборот, заболеть.

#### Разрушаем миф

От современных вакцин заболеть нельзя, по простой причине: они созданы таким образом, чтобы не заразить человека, это важное условие их производства.

Вакцина помогает человеку выработать иммунный ответ на патогенный вирус.

## Вакцины

Существует три вида вакцин:

ЧИТАЙ ТАКЖЕ - [Аллергия - болезнь 21 века](#)

1.

Живые (содержащие ослабленные вирусы)

2.

Инактивированные (содержащие только поверхностные клетки вирусов)

3.

Инактивированные расщепленные (содержащие синтезированный белок поверхностных клеток вируса)

## Объяснение врача

Вакцина сохраняет те же свойства, что и настоящий вирус, но она не заразна. Вакцинирует вирусную инфекцию для того, чтобы спровоцировать

иммунитет

на

борьбу

с

вирусом

.

Поэтому

,

когда

в

организм

попадает

настоящий

болезнетворный

вирус

, его

встречают

выработанные

благодаря

вакцине

антитела

.

**Вывод:** делайте прививки, ведь главное условие создания вакцин – их эффективность при полной безопасности

:

[Запись на консультацию по телефону : 8 \(8634\) 36 46 01 в Таганроге](#)

Клиника работает ежедневно.

Часы приема врачей – с 10.00 до 15.00.

Суббота - с 10.00 до 13.00

E-mail: [klinika@vvi-klinika.ru](mailto:klinika@vvi-klinika.ru)

Лицензия № ЛО-61-01-001709