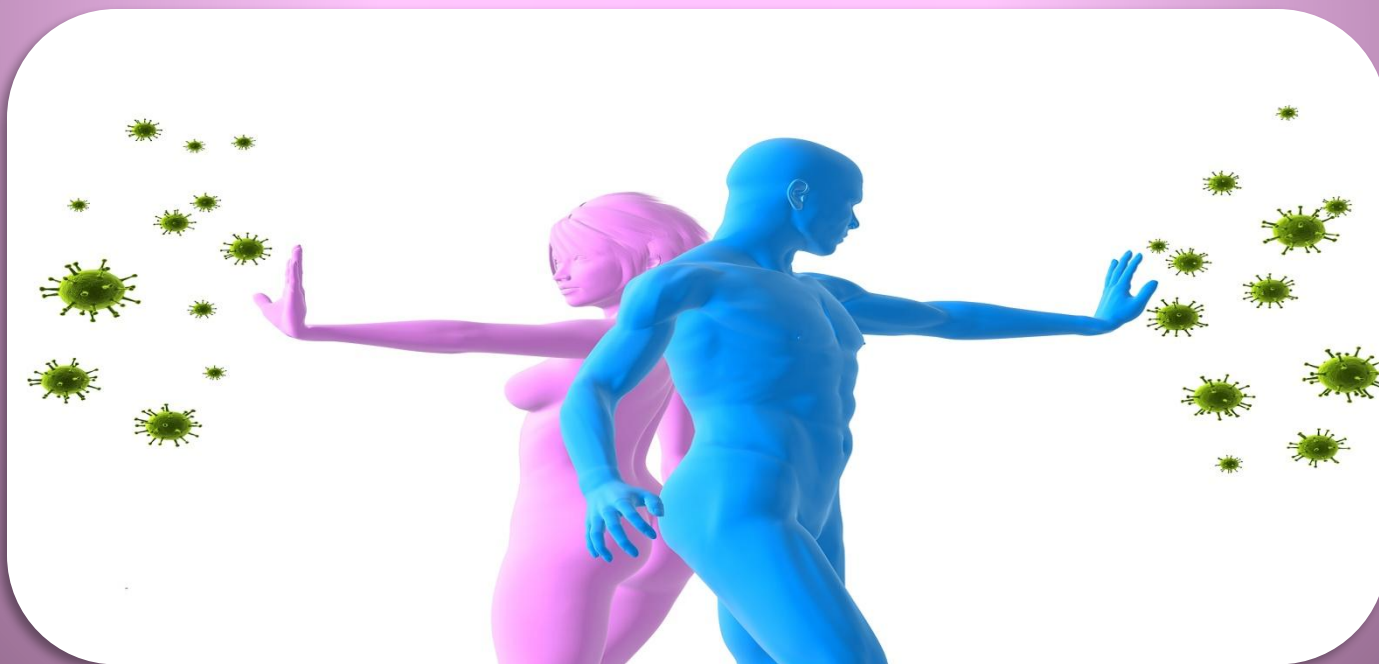


# *Иммунитет. Виды иммунитета.*



**Иммунитет** (лат. *immunitas* — освобождение, избавление от чего-либо) — нечувствительность, сопротивляемость организма к инфекциям и инвазиям чужеродных организмов (в том числе — болезнетворных микроорганизмов), а также воздействию чужеродных веществ, обладающих антигенными свойствами. Иммунные реакции возникают и на собственные клетки организма, измененные в антигенном отношении.





*Иммунная система призвана поддерживать здоровье. Под ее контролем находятся все процессы: от очищения наших легких от чужеродных частиц, попадающих в организм при вдыхании, до выявления и разрушения микроорганизмов, вызывающих инфекции.*



- *Значение иммунной системы для человека огромно. Она защищает нас не только от таких болезнетворных микроорганизмов, как дрожжи, бактерии и вирусы, но и от вредных веществ, таких как алкоголь, никотин, кофеин. Обладать крепким здоровьем невозможно без нормально функционирующей иммунной системы. Стремясь постоянно поддерживать собственное здоровье, организм может справиться с любыми возникающими проблемами только с помощью иммунной системы.*





# Виды иммунитета.

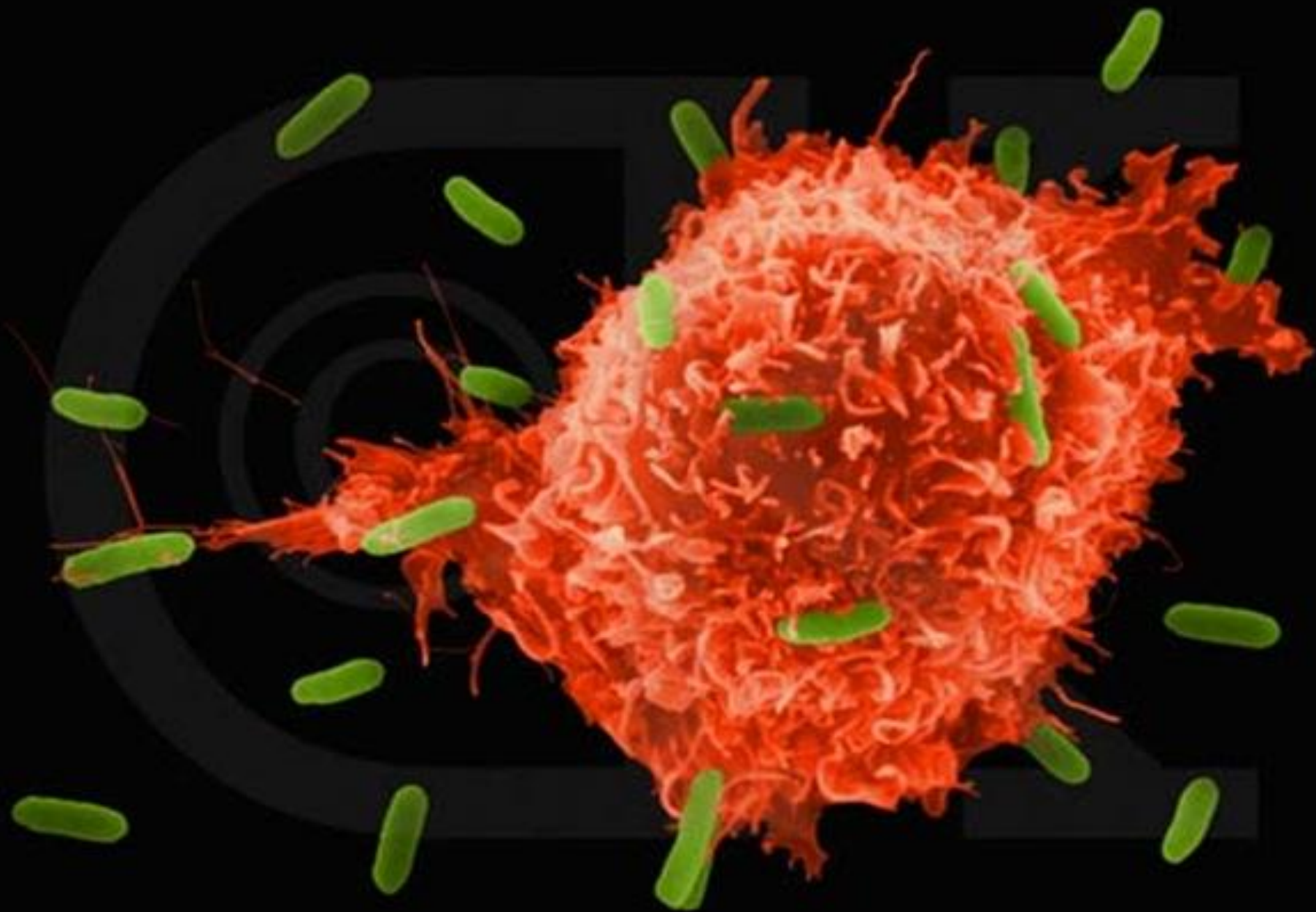


Иммунитет классифицируют на врождённый и адаптивный.

- **Врождённый** (неспецифический) иммунитет обусловлен способностью идентифицировать и обезвреживать разнообразные патогены по наиболее консервативным, общим для них признакам, дальности эволюционного родства, до первой встречи с ними. В 2011г была вручена Нобелевская премия в области медицины и физиологии за изучение новых механизмов работы врожденного иммунитета (Ральф Стейнман, Жюль Хоффман и Брюс Бётлер).
- **Адаптивный** (устар. приобретенный, специфический) иммунитет имеет способность распознавать и реагировать на индивидуальные антигены, характеризуется клональным ответом, в реакцию вовлекаются лимфоидные клетки, имеется иммунологическая память, возможна аутоагрессия.

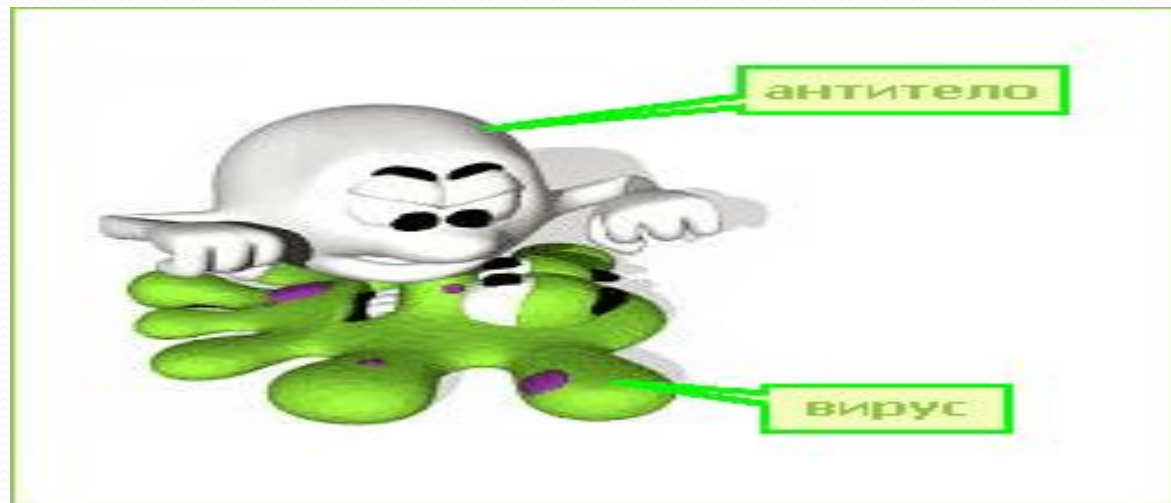






Классифицируют на активный и пассивный.

- **Приобретенный активный** иммунитет возникает после перенесенного заболевания или после введения вакцины.
- **Приобретенный пассивный** иммунитет развивается при введении в организм готовых антител в виде сыворотки или передаче их новорожденному с молозивом матери или внутриутробным способом.





Другая классификация разделяет иммунитет на естественный и искусственный.

- **Естественный** иммунитет включает врожденный иммунитет и приобретенный активный (после перенесенного заболевания). А также пассивный при передаче антител ребёнку от матери.
- **Искусственный** иммунитет включает приобретенный активный после прививки (введение вакцины) и приобретенный пассивный (введение сыворотки).



# Как повысить иммунитет?!

- 1. а) Для повышения иммунитета очень важно поддерживать внутреннюю среду организма в чистоте. Очищение организма. Не допускать систематического попадания в организм токсических веществ. Следует исключить курение.
- б) Для повышения иммунитета важно правильно питаться. Питание.
- с) Чтобы повысить иммунитет необходимо давать организму физическую нагрузку. Ничто так не ослабляет организм как гиподинамия (недостаток движения).





Для повышения иммунитета важно насыщать организм всеми необходимыми веществами (витаминами, макро- и микроэлементами, ненасыщенными жирными кислотами, адаптогенами, типа женьшеня и др.). Для этого необходимо употреблять хорошие биологически активные комплексы (препараты, добавки)







Спасибо за внимание!

Подготовила:

Нурмурат К.

