

ПОНЯТИЕ ОБ



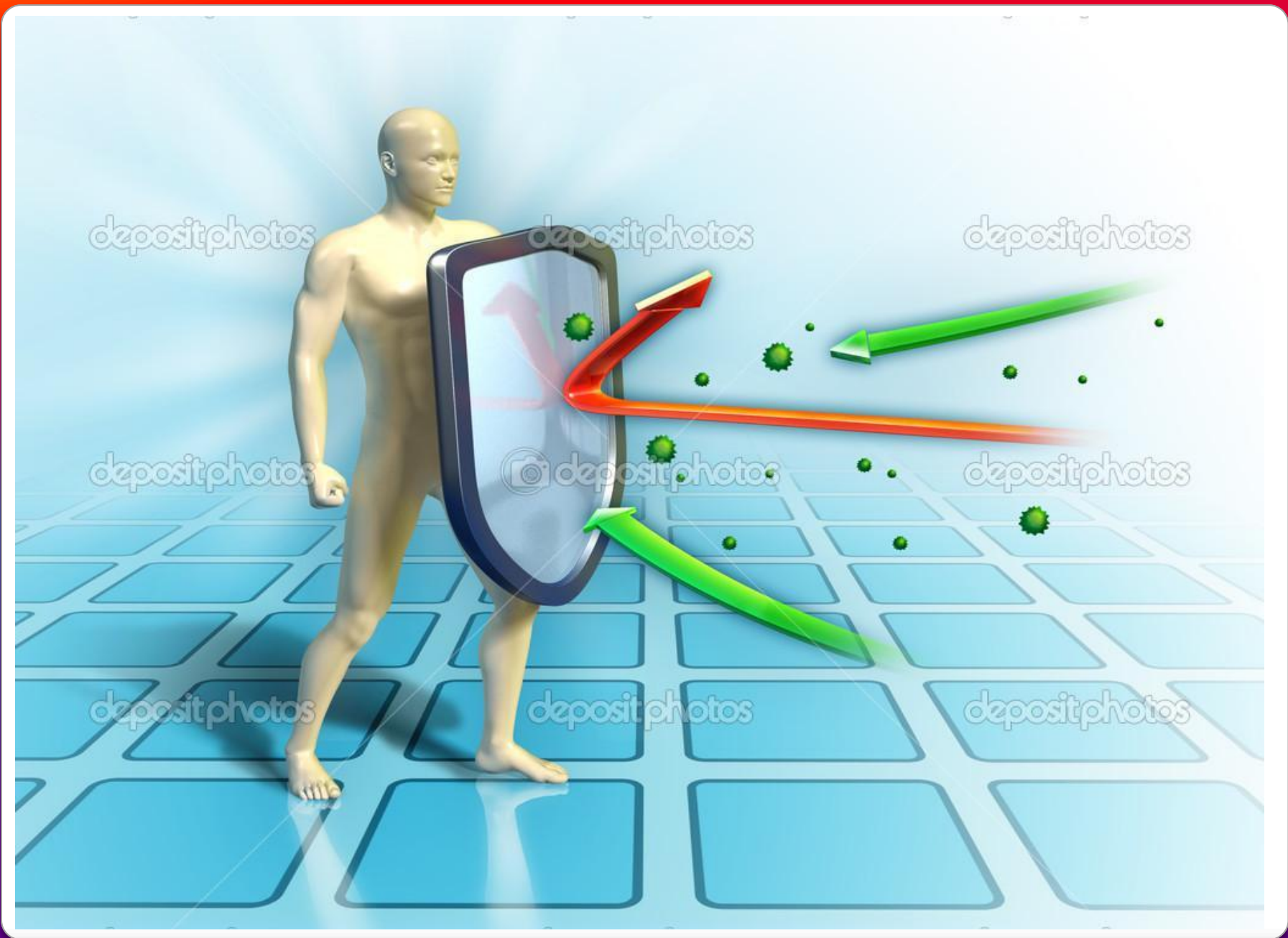
ИММУНИТЕТЕ

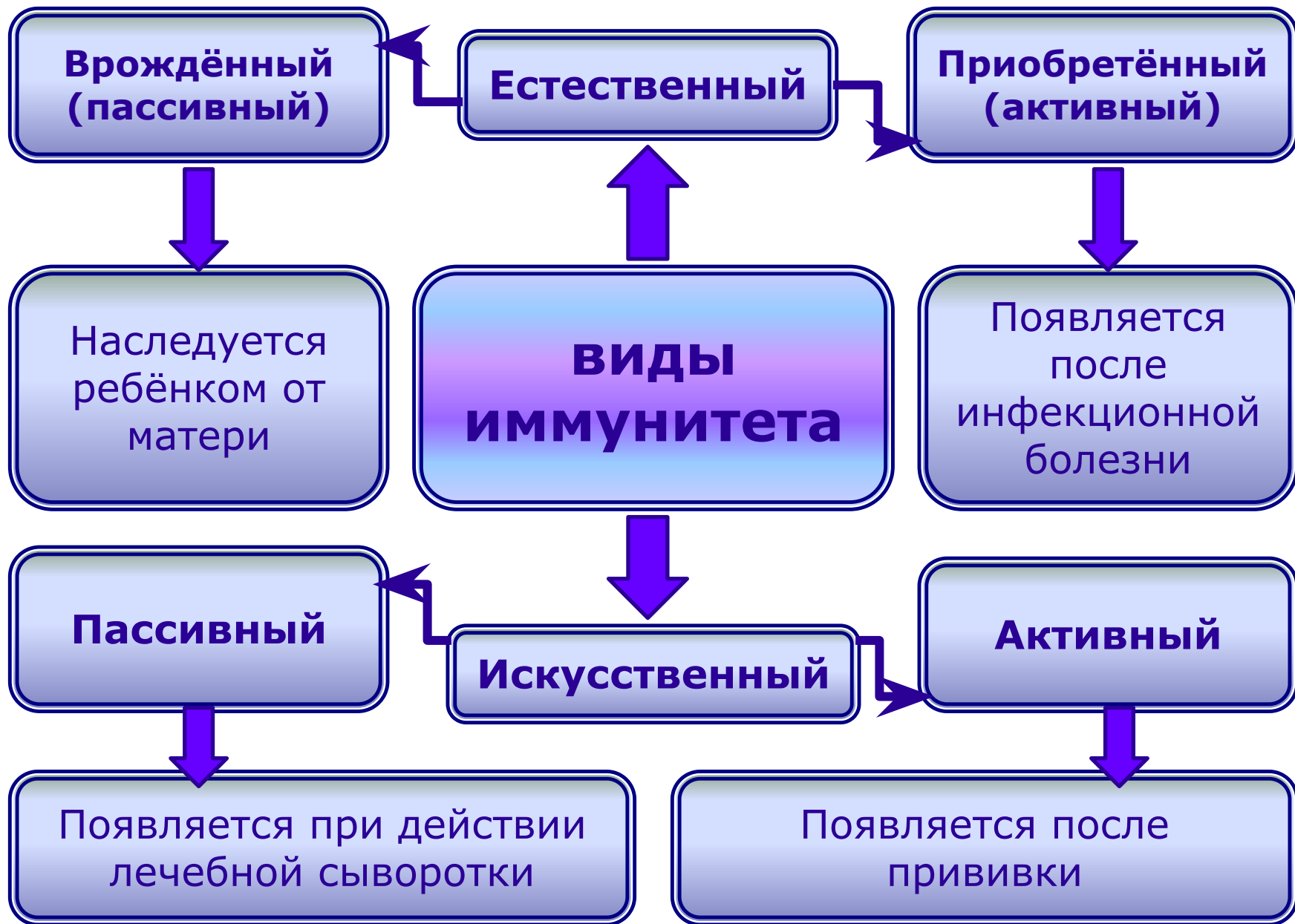


**Понятие «иммунитет»
возникло благодаря русскому учёному И.И.
Мечникову и французскому микробиологу
Луи Пастеру**

Иммунитет – это способность организма противостоять, освобождаться от множества неблагоприятных факторов, воздействующих на организм и вызывающих всяческие недуги, и веществ, несущих в себе чужеродную генетическую информацию.







**Задача
различать**

~~**чужое**~~

своё

благоденствие

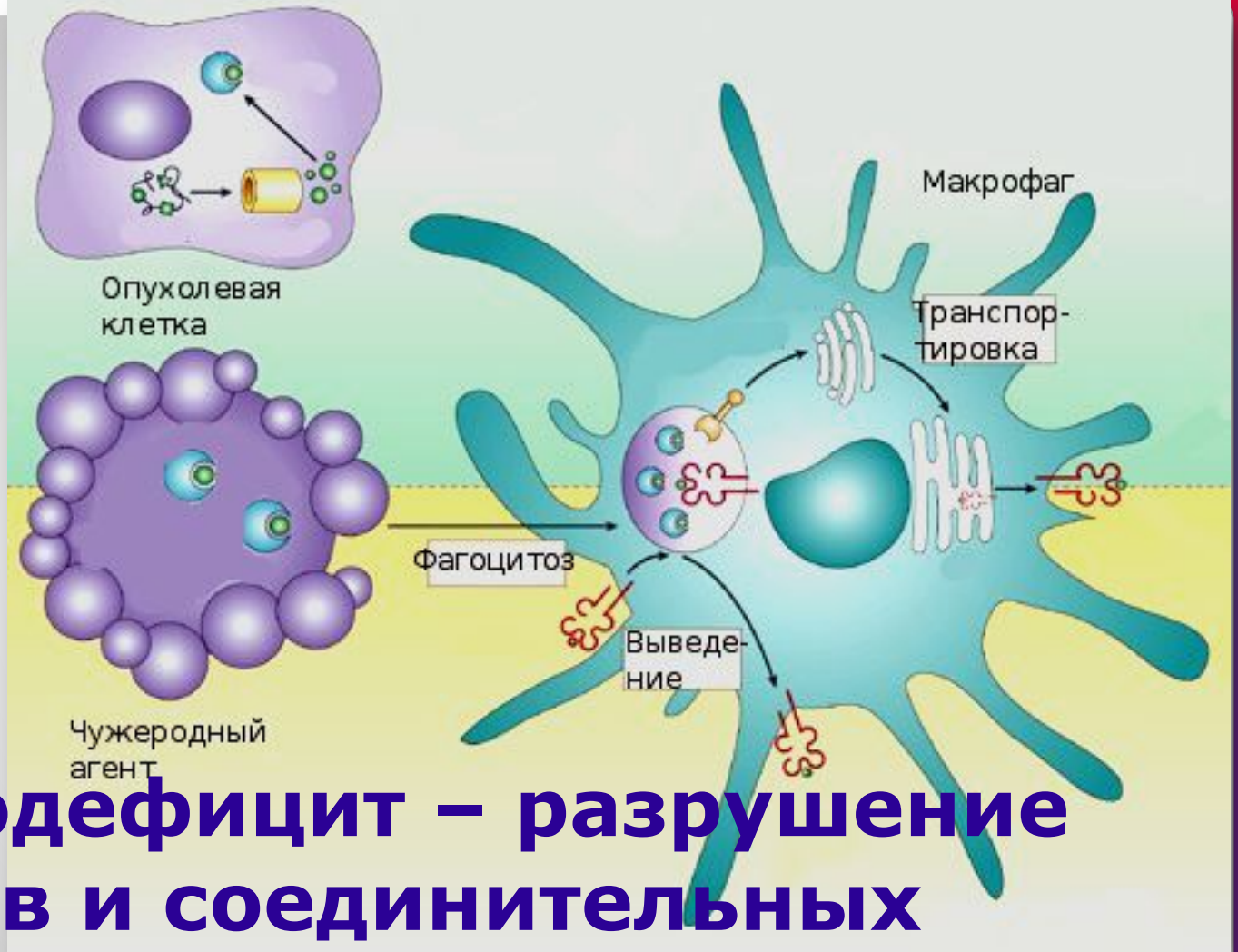
процветание

Работа иммунитета



Нарушения в работе

**Идиотипы – это представления
самого организма о внешних
врагах, поэтому содержание,
согласованность
взаимодействия идиотипов
определяют эффективность
работы иммунной системы.**



Иммунодефицит – разрушение суставов и соединительных тканей, разрушение нервных волокон, кожи.

- Космонавты, лётчики, бизнесмены, подрывники профессиональные спортсмены
- Потеря близкого человека
- Хирургические операции, послеоперационный период
- Новорожденные и грудные дети
- Лица пожилого возраста
- Люди не соблюдающие режим сна, приём пищи
- Вредные привычки, курение, злоупотребление алкоголем

Группы риска



Основные признаки поражения иммунной системы – частые рецидивы хронических заболеваний или частые простудные заболевания, не поддающиеся лечению.



Как укрепить иммунитет?

Витамины и минералы



**Физические
упражнения**

Регулярное питание



**Пищевые
добавки**



Мифы об иммунитете

- ▣ **Что ребёнка нужно содержать в максимально стерильных условиях**
- ▣ **Что все болезни – от неполадок с иммунитетом**
- ▣ **Что с инфекционными заболеваниями иммунитет справится сам, поэтому лечить их не надо**
- ▣ **Что вмешательство в работу иммунной системы (иммунокоррекция) вредно и опасно**
- ▣ **Что принимая общеукрепляющие препараты неспецифического действия, можно решить все проблемы иммунной системы**
- ▣ **Что на иммунную систему влияют только иммунные препараты**

- Что по общему анализу крови можно получить полное представление о работе иммунной системы**
- Что снижение иммунитета проявляется разнообразными недомоганиями, чередующимися болями в сердце, голове, животе, всевозможными необычными ощущениями, дискомфортом**
- Что иммунитет (иммунологическая память) не формируется к заболеваниям, которые могут повторяться**
- Что вакцинация вредна для здоровья, сопровождается большим количеством нежелательных эффектов, может вызвать то заболевание, от которого делается**

Защитная система нашего организма нуждается в бережном обращении, грамотном отношении.

Только тогда мы можем рассчитывать на то, что организм будет адекватно реагировать на многочисленных болезнетворных противников и достойно выходить даже из самых тяжёлых схваток.