

Неделя поддержания и укрепления иммунитета

#Ты
СИЛЬНЕЕ

МИНЗДРАВ
УТВЕРЖДАЕТ!

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU





Известно, что предназначение иммунной системы – охрана организма от воздействия болезнетворных микроорганизмов и вирусов, причем не только от микробов и паразитов, но и от выходящих из-под контроля клеток собственного организма.



**#ТЫ
СИЛЬНЕЕ**
МИНЗДРАВ
УТВЕРЖДАЕТ!

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU





Что неблагоприятно влияет на иммунитет:



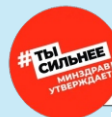
Неправильный образ жизни (употребление алкоголя, курение, малое количество физической активности)



Стрессы, депрессивное состояние, повышенная раздражительность, усталость и плохой сон



Окружающая среда и неправильное питание



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU





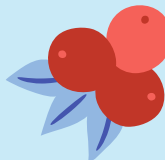
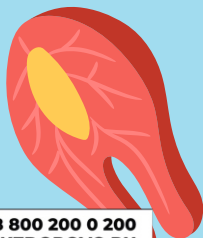
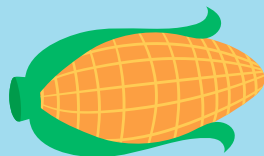
Служба
здоровья



ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ



Иммунная защита организма напрямую зависит от того, что мы едим. Белковая пища обеспечивает организм необходимыми аминокислотами для образования антител и других агентов иммунитета. Жиры нужны для построения иммунных клеток, а углеводы дают энергию для функционирования иммунной системы.



#Ты
Сильнее
Минздрав
утверждает.

8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU





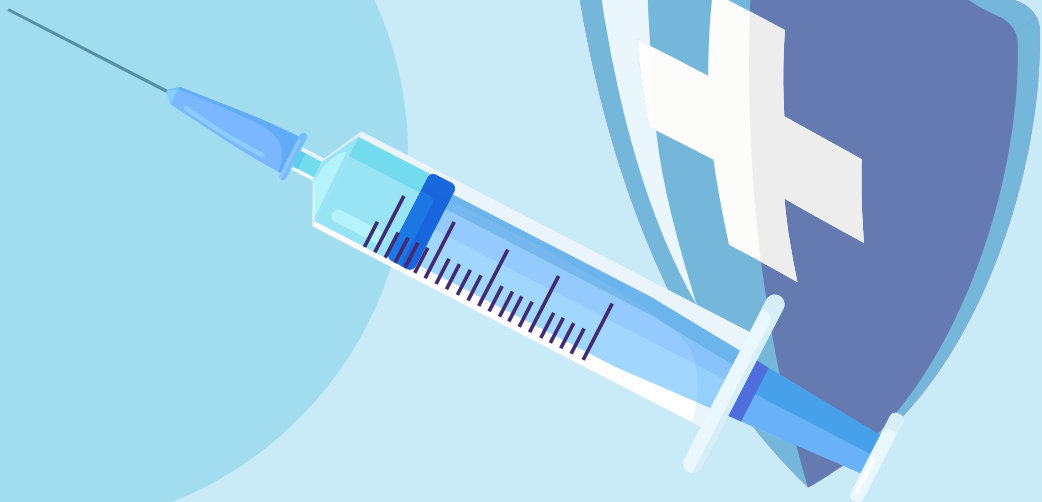
**Служба
здоровья**



**ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ**



Вакцинация задействует естественные защитные механизмы организма для формирования устойчивости к ряду инфекционных заболеваний и делает вашу иммунную систему сильнее.



**#Ты
СИЛЬНЕЕ**
МИНИСТРОВ
УТВЕРЖДАЕТ.

**8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU**

