 АНГИНА ЛЕТОМ? ДА ЛЕГКО!

Ангина чаще всего начинается остро, в большинстве случаев с подъема температуры и недомогания.

Причиной ангины может быть переохлаждение или контакт с носителем инфекции. Мы ошибочно считаем, что летом распрощались с простудными заболеваниями. Но это не так – летом ангиной болеют не мене часто!

Ангина – это инфекционное заболевание, которое характеризуется воспалительным процессом небных миндалин.

Так почему же ангину можно «подхватить» летом, когда погода теплая, а на столе практически весь перечень витаминов и микроэлементов?

Причина первая.

Кондиционированный воздух. С наступлением жары во многих помещениях включаются кондиционеры. Если вы зайдете в помещение, где температура воздуха существенно ниже, чем на улице, то рискуете «подхватить» не только ангину, но даже воспаление легких. Резкий перепад температур на более чем 10 градусов является огромным стрессовым фактором для организма. В первую очередь ослабевает иммунитет, и организму сложно бороться с возбудителями инфекций.

Причина вторая.

Мороженное и холодные напитки. Многие из нас летом утоляют жажду с помощью очень холодных напитков, а также не прочь полакомиться холодными десертами. Во-первых, такие «ледяные» напитки плохо утоляют жажду, а во-вторых, вы переохлаждаете небные миндалины. А воспаленные миндалины – это «зеленый свет» для стрептококков – возбудителей ангины.

Причина третья.

Солнечный перегрев. Любителям подолгу загорать на солнце также стоит быть бдительными. Покраснение кожи – негативный фактор, который также ослабляет иммунный надзор.

Помните! Чаще всего ангиной болеют дети, поэтому держите своих детей подальше от факторов, которые могут спровоцировать это заболевание.

Берегите себя! Ведь лето – такое короткое, и совсем нет времени на болезни!

Врач терапевт ГУЗ «Липецкая РБ» С.П.Таболина.