

**С 21 сентября по 30 сентября  
проходит городской декада  
на тему: «Профилактика заболеваний  
лор-органов».**



С наступлением осеннего и зимнего периодов настоящей бедой становятся заболевания ЛОР-органов. Организму очень тяжело после теплого лета привыкнуть к холодным ветрам, поэтому иммунитет довольно-таки ослаблен. В большинстве случаев ЛОР-заболевания связаны с инфекционными заболеваниями, которые особенно распространены в холодное время: вирусы гриппа, реовирусы, микоплазменные инфекции, риновирусы и другие.

После того как наступает осенний и зимний периоды, заболевания ЛОР-органов становятся настоящей бедой. Привыкнуть к холодным ветрам организму достаточно тяжело

особенно после теплого лета, поэтому иммунитет серьезно ослаблен. Во многих обстоятельствах связывают инфекционные заболевания именно с заболеваниями ЛОР-органов, которые распространены в холодное время: вирусы гриппа, реовирусы, инфекции микоплазменные, риновирусы и многие другие.

Ринит, ангина, синусит и остальные не менее опасные заболевания возникают в связи с переохлаждением организма или же после того как в него попадет инфекция во время взаимодействия с каким-либо источником заражения. Небольшим успехом на пути к профилактике заболеваний является укутывание горла шарфом и ношение шапки. Ведь достаточно часто вирусные заболевания перерастают в такое заболевание, как отит.

Как бы это не банально звучало, но профилактические меры заболеваний уха, горла, носа заключается в том, чтобы не допускать переохлаждения, а также проводить регулярные лечебно-профилактические меры для того чтобы верхние дыхательные пути были оздоровлены. Когда возвращаетесь с улицы, рекомендуется промывать от микробов, пыли и аллергенов слизистую оболочку носоглотки. Если вы собираетесь посетить какое-то людное место, то перед этим обязательно нужно смазывать носовые пути качественными защитными средствами против вирусов.

Проведение профилактических мер синусита, гайморита, а также фронтита и других различных заболеваний подразумевает под собой необходимость укреплять иммунитет, закаливать организм, пребывать на чистом воздухе, заниматься физкультурой. Основным источником этих бед являются ОРЗ, грипп, ОРВИ, именно по этой причине лечение, а главное профилактика этих заболеваний должна быть своевременной.

Пугающим является то, что даже когда человек заболевший, он попросту этого может и не замечать, ведь когда иммунитет сильно ослаблен, грипп или даже серьезная простуда могут протекать без малейшего поднятия температуры, так как у организма просто нет сил на сопротивление. Поэтому занимаясь профилактикой заболеваний ЛОР-органов нужно уделять особое внимание укреплению иммунитета, также не стоит забывать о незамедлительном лечении гриппа или простуды после первых симптомов.