

Всемирный день иммунитета

- **Анкета для выявления ослабленного иммунитета.**
 - 1. Вы ощущаете постоянную усталость?
 - 2. Часто бываете раздражительны?
 - 3. Много потребляете сахара, чая и кофе?
 - 4. У Вас бывают боли в суставах, в шее, плечах или спине?
 - 5. У Вас имеется инфекционное хроническое заболевание (гайморит, отит, фурункулез, грибковое поражение кожи или другое)?
 - 6. У Вас часто случаются запоры?
 - 7. Вы злоупотребляете спиртными напитками, купите, употребляете наркотики?
 - 8. Вы постоянно принимаете лекарственные препараты?
 - 9. Вы проживаете в районе с высоким уровнем загрязненности окружающей среды?
 - 10. Вы часто находитесь под воздействием стресса?
 - 11. Вы страдаете избыточной массой тела или ожирением?
 - 12. Вы стали чаще болеть респираторными инфекциями (ОРЗ), более 3-4 раз в году?
 - 13. Простудные заболевания текут вяло, а традиционные препараты оказывают незначительный эффект?
 - 14. У Вас появились аллергические, аутоиммунные или онкологические заболевания?
-
- **Если Вы ответили положительно хотя бы на 1 вопрос, значит, Вам есть над чем задуматься.**
 - **Если у Вас более 4 положительных ответов – ваш иммунитет резко ослаблен, Вам следует заняться своим здоровьем.**