

# ЛЕГЧЕ ВСЕГО ЗАБОЛЕТЬ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД

Все зависит от характеристик вирусов, вызывающих простуду

## Риновирусы и парагрипп

вызывают вспышки инфекций  
поздней весной и осенью



## Коронавирусы и РСВ

вызывают простуды  
зимой и весной



Заболеваемость аденовирусами  
не зависит от пор года.



**МОЖНО ПРОСТУДИТЬСЯ ПРИ ПЕРЕПАДАХ ТЕМПЕРАТУРЫ, СКВОЗНЯКЕ ИЛИ ЕСЛИ НАХОДИТЬСЯ НА УЛИЦЕ С МОКРОЙ ГОЛОВОЙ**

Эти факторы не играют прямой роли при простудных заболеваниях.

**Заболеть человек может при встрече с вирусом. А основным путем передачи вирусов является контактный, а не аэрозольный**



**ПРОСТУДА ЧЕРЕЗ ПОЦЕЛУЙ**

**Поцелуй не эффективен при передаче простуды**

Более 90% больных простудой не имеют определяемых вирусов в слюне



## ПЕРЦОВКА – СРЕДСТВО БОРЬБЫ С ПРОСТУДОЙ

Может помочь, если перцовкой полоскать горло, а не употреблять внутрь



## ОКСОЛИНОВАЯ МАЗЬ

Средство с недоказанной эффективностью

Не проводилось прямых исследований пациентов, применяющих оксолиновую мазь



50 на 50

## ЧЕСНОЧНЫЙ АМУЛЕТ

Рандомизированное клиническое исследование, в котором участвовало 146 человек, показало, что частота простуды была ниже в группе, которая получала чеснок



ПРАВДА

Тэги: [полезные](#), [советы](#), [мифов](#), [простуде](#), [топ-6](#)