Признаки снижения иммунитета



К первичным признакам снижения иммунитета относятся: хроническая усталость, быстрая утомляемость, головные боли, сонливость или бессонница, ломота в мышцах и суставах.

      На следующем этапе появляются частые простудные заболевания, которые длятся больше 2 недель. Беспокоиться нужно, если взрослые болеют ими чаще 5 раз в год, а дети — чаще 6 раз. Обратить внимание следует также на гнойные заболевания полости рта и носоглотки, которые часто повторяются. О снижении иммунитета свидетельствует также длительная субфебрильная температура (37-38 градусов), частые обострения герпеса и неполадки в работе желудочно-кишечного тракта. В группе риска находятся новорожденные дети и старики.