

# ПРОФИЛАКТИКА КОРОНАВИРУСА

повторим главное



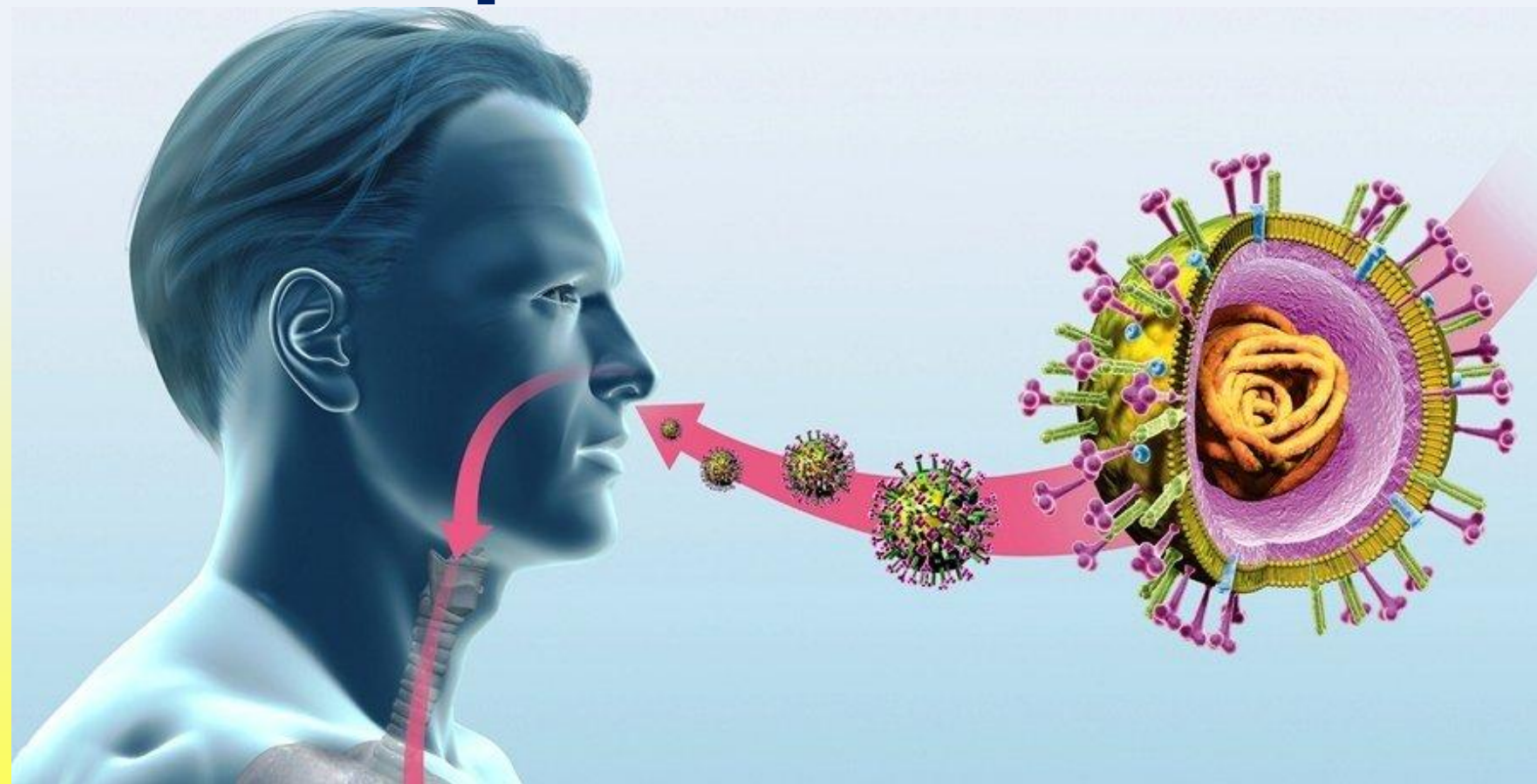


**Демидова Мария  
г.Иваново  
по образованию врач-  
педиатр  
Wellness-консультант  
100% потребитель**



**БИЗНЕС  
МОДЕЛЬ  
21 ВЕКА**

# Пути проникновения инфекции



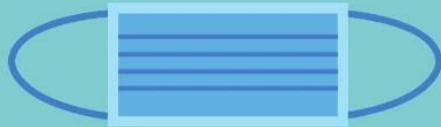
- Носоглотка
- Слизистая  
глаз



# 7 ШАГОВ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ



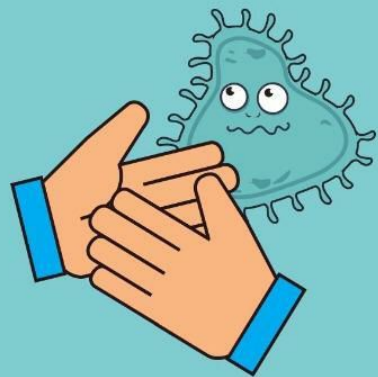
1. Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик;



2. Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.



3. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).



4. Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.



5. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь



6. Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.



7. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)

# Использовать антисептики и салфетки





# Орошать слизистые

(изотонический раствор в нос, промывание подсоленной водой)



**Орошать слизистые**  
пить чаще теплую воду  
(лимон, имбирь, мандарин=витамины

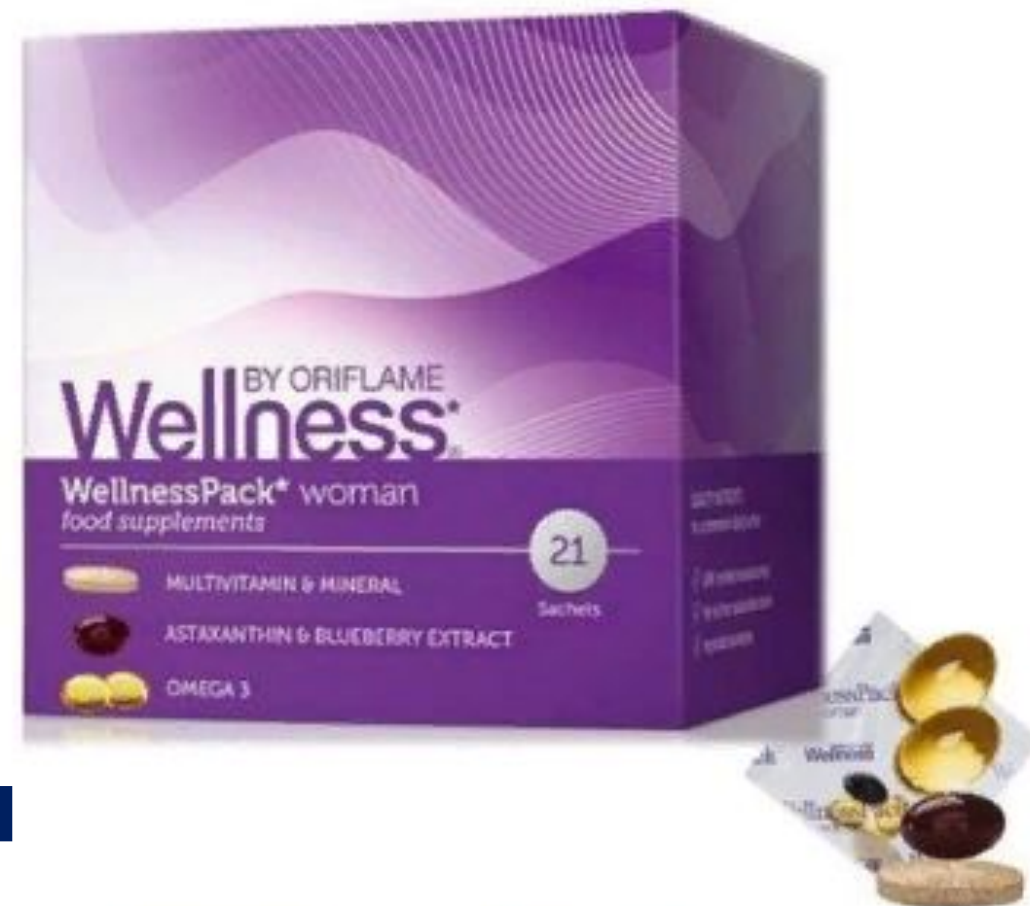




# Витамин

Витамины и микроэлементы играют **В** значительную роль в функционировании иммунной системы в особенности (цинк, селен, железо, медь) и витамины (А, С, Е, В<sub>6</sub> и фолиевой кислоты)

Wellness! Больше энергии, больше жизни!



# Витамин

ы

29696

29697



АСТАКСАНТИН



ОМЕГА-3



МУЛЬТИВИТАМИНЫ  
И МИНЕРАЛЫ



# ПНЖК

- ✓ Основа защитного слоя клеток от вторжения вирус
- ✓ Повышает активность Т-клеток и макрофагов

(Омега-3)



!!!

Таким образом Омега-3 защищает дыхательные пути от инфекций и спасает нас от бронхолегочных заболеваний.

Омега-3

29705

22467

Омега-3 в разы увеличивает сопротивляемость организма инфекциям.

**АСТАКСАНТИН - самый мощный антиоксидант нашего времени.**

- Противовоспалительное воздействие;
- Стимуляция иммунитета.

поддерживает высокий темп  
воспроизведения клеток-защитников;

- повышает способность  
специализированных клеток  
бороться с различными микробами,  
вирусами и т. д..

**Астаксант**

**ИН**

**29688**





# Витамин

# ы

## «Аква Глоу»

Преимущества

Красота кожи изнутри

### Витамин С

поддерживает синтез коллагена, в составе кожи.

### Витамин В3

- способствует поддержанию нормального состояния кожи.

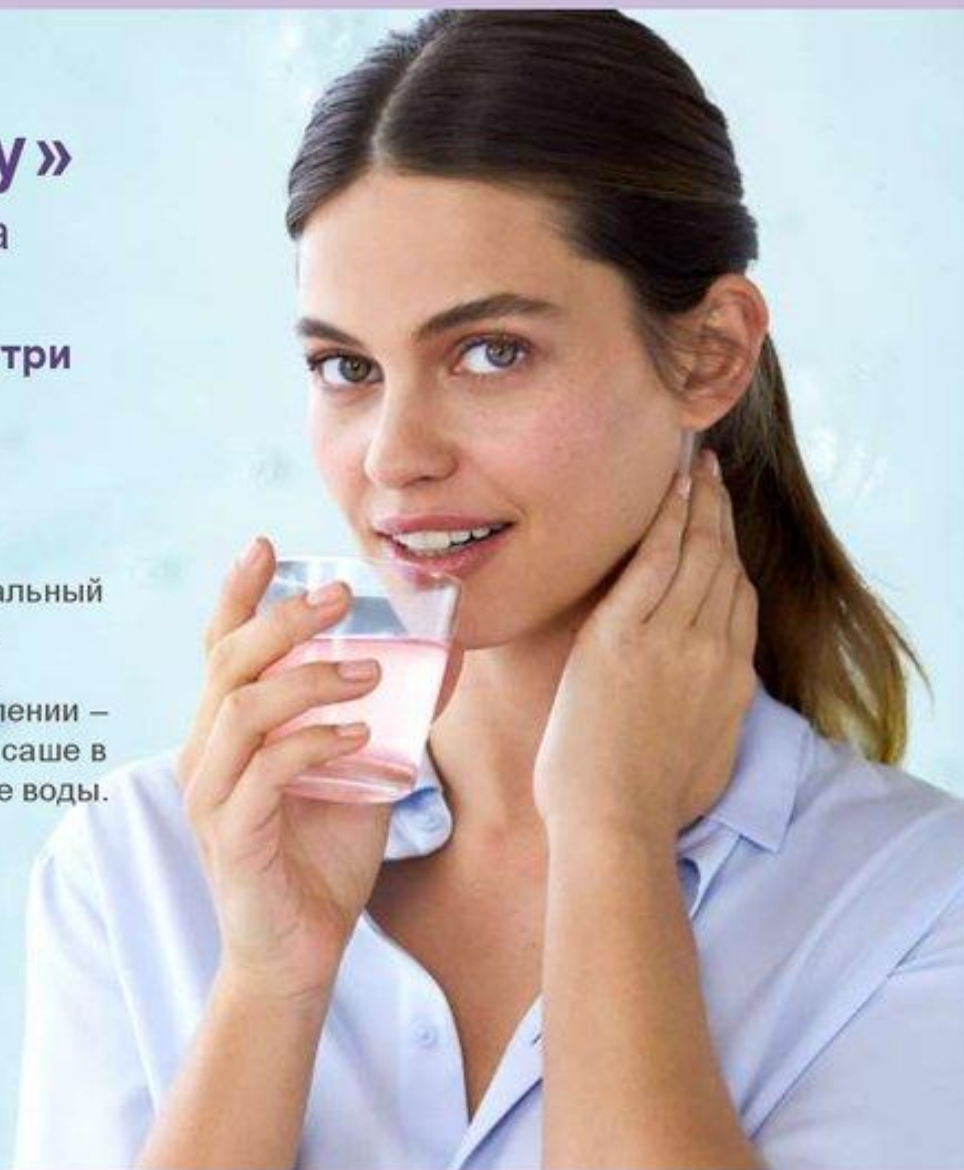
Ингредиент на основе натурального экстракта пшеницы.



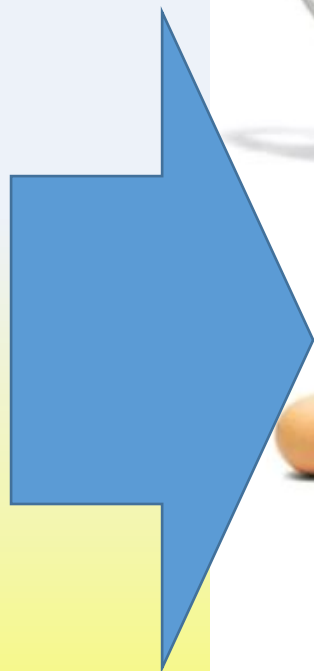
Приятный натуральный ягодный аромат.

Прост в употреблении – просто раствори саше в утреннем стакане воды.

Брусника – шведская суперягода, богатая антиоксидантами.



# Легкоусвояемая белковая пища



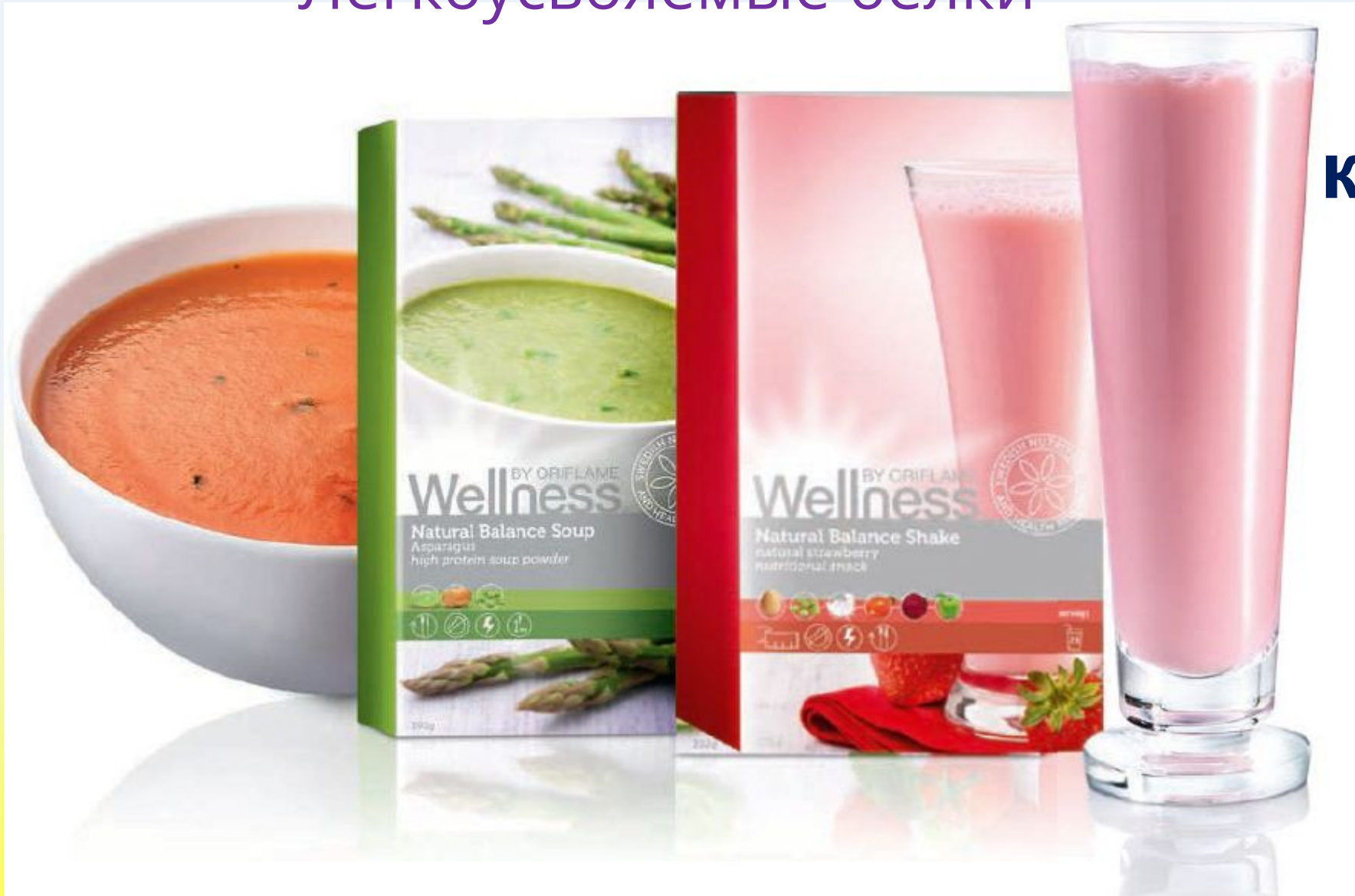
Пищевой белок	Коэффициент усвояемости
Яйца	88
Яичный порошок	95
Молоко, кефир	80
Творог	70
Сыр	70
Постная говядина и свинина	68
Птица	70
Рыба	80
Овес	26
Рис	40
Гречка	38
Фасоль	39
Арахис	34





# Легкоусвояемые белки

**суп**  
**29695**  
**29694**



**КОКТЕЙЛ**  
**Ь**  
**29690**  
**29689**  
**29691**

клеточное питание(аминокислоты)



**Симптомы заболевания новой  
коронавирусной инфекции (COVID-19)  
сходны с симптомами обычного  
(сезонного) гриппа:**

**ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА ТЕЛА**

**ГОЛОВНАЯ БОЛЬ**

**СЛАБОСТЬ**

**КАШЕЛЬ**

**ТОШНОТА  
РВОТА**

**БОЛИ В МЫШЦАХ**

**ДИАРЕЯ**



**ЗАТРУДНЕННОЕ ДЫХАНИЕ**

# 5 правил

## при подозрении на коронавирусную инфекцию:



### 1. Оставайтесь дома.

При ухудшении самочувствия вызовите врача, проинформируйте его о местах своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах.

Строго следуйте рекомендациям врача.



### 2. Минимизируйте контакты со здоровыми людьми, особенно

с пожилыми и лицами с хроническими заболеваниями. Ухаживать за больным лучше одному человеку.



3. Пользуйтесь при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот.

При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб.



4. Пользуйтесь индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой.



5. Обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств и частое проветривание.



# Астаксантин+Витамины+легкоусвояемые белки

=быстрое восстановление



**Будьте здоровы и  
внимательны к себе  
и близким !;)**

