



Федеральная служба по надзору  
в сфере защиты прав потребителей  
и благополучия человека

Главам администраций

УПРАВЛЕНИЕ  
ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ  
ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ  
ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ  
ЧЕЛОВЕКА ПО КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

ТЕРРИТОРИАЛЬНЫЙ ОТДЕЛ  
в ГАЛИЧСКОМ РАЙОНЕ  
Семашко ул., д. 13, г. Галич,  
Костромская обл., 157201,  
телефон, факс (49437) 2-15-03  
**E-mail:** [galich@44.rospotrebnadzor.ru](mailto:galich@44.rospotrebnadzor.ru)

от 16.12.2024 № 1424

**Роспотребнадзор рекомендует:**

Начался сезон простудных заболеваний. Согласитесь, кашель, боль в горле, температура – не самые приятные спутники.

Даже в том случае, когда из-за начинающейся простуды вам ничего не хочется пить и кушать, бороться с простудой нужно, иначе болезнь, может длиться долго. При этом важно знать, что отсутствие аппетита во время простуды - нормальное явление, так организм экономит энергию, чтобы направить ее на борьбу с заболеванием и насильно кушать во время болезни, если нет аппетита не нужно, но пить около двух литров жидкости в течение дня небольшими порциями заболевшему человеку необходимо. Напитки от простуды помогают очищать организм от вирусов и токсинов, снять неприятные симптомы болезни и урегулировать температуру тела. Они помогают гораздо быстрее победить болезнь, особенно если пить не только теплый чай и компоты, а напитки, обладающими мощными целебными свойствами и напитки укрепляющие иммунитет (Глинтвейн (только для взрослых); Теплое молоко со сливочным маслом; Морс из клюквы и имбиря; Коктейль с лимоном; Горячий чай с лимоном; Облепиховый чай с имбирем; Компот из черной смородины; Сбитень с брусникой; Чай с кедровыми орехами; Клюквенный пунш).

Врио начальника территориального отдела  
управления Роспотребнадзора по Костромской  
области в Галичском районе

Е.О.Цветкова