**Алкоголь: что можно делать во время пандемии новой коронавирусной инфекции, а что нельзя**

Для того, чтобы избежать ослабления иммунной системы организма и не нанести вред для своего здоровья и здоровья окружающих, следует полностью отказаться от употребления алкоголя или максимально сократить его употребление. Потому что только в трезвом состоянии вы сможете сохранить бдительность, скорость реакций и действий, ясность рассудка при принятии решений, касающихся лично вас, членов вашей семьи и представителей вашего окружения.

Употребляя алкоголь в компании, не стоит курить. Очень часто именно употребление спиртных напитков часто сопровождается курением и наоборот. Именно курение серьезно повышает риск осложненного и опасного для здоровья течения COVID-19. Помните, что курение в помещении представляет опасность для других членов вашей семьи, и необходимо избегать создания условий, в которых вы подвергаете их здоровье опасности.

Ни при каких обстоятельствах не смешивайте алкоголь с лекарственными препаратами, даже если эти препараты растительного происхождения или отпускаются без рецепта. Совместное применение лекарств со спиртным может снизить эффективность первых или, наоборот, усилить действие препаратов до уровня возникновения токсичности и опасности для здоровья и жизни. Никогда не употребляйте алкоголь, если вы принимаете лекарственные препараты, воздействующие на центральную нервную систему (например, болеутоляющие, снотворные, антидепрессанты и т. д.), так как употребление алкоголя может угнетать функцию печени, а также явиться причиной печеночной недостаточности и других серьезных проблем со здоровьем.

Остерегайтесь ложных или неверных заявлений в отношении воздействия алкоголя на здоровье и иммунную систему человека. Такие заявления нельзя принимать в качестве источника информации о здоровье, так как нет никаких достоверных доказательств в пользу того, что употребление спиртного способствует защите от инфицирования COVID-19 или оказывает положительное воздействие на течение и исход каких-либо инфекционных заболеваний.