**MỘT SỐ BỆNH GIAO MÙA THƯỜNG GẶP VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH**

Thời tiết giao mùa với nhiệt độ thay đổi, nóng lạnh, nắng mưa thất thường, không khí lúc ẩm, lúc hanh khô khiến các loại virus gây bệnh dễ phát triển. Không những thế, đây cũng là thời gian cơ thể con người khó có thể thích nghi ngay với thời tiết, khiến virus gây bệnh có thể thâm nhập vào cơ thể dễ dàng hơn. Các chuyên gia y tế khuyến cáo một số cách phòng tránh bệnh giao mùa hiệu quả là: Thực hiện chế độ ăn uống lành mạnh, đủ chất, nghỉ ngơi và vận động hợp lý, tránh căng thẳng; giữ gìn vệ sinh cá nhân, nhà ở thông thoáng, sạch sẽ; những người mắc bệnh mạn tính cần tuân thủ đầy đủ theo các chỉ định của bác sĩ…

 ***TTXVN***