

13. 下列有关健康生活的叙述，正确的是（ ）

- A. 感冒症状严重，可自行选择两种感冒药一起服用增强疗效
- B. 心肺复苏按压速度至少 100 次/分，按压与吹气比例为 30:2
- C. 参加体育锻炼后大汗淋漓，可以喝大量冰镇饮料补充水分
- D. 经常熬夜利用白天补充睡眠，不会对健康造成不良影响