



**Тебя я помучил немало
Как вспомню, ни ночи, ни дня
Со мной ты покоя не знало,
Прости, моё сердце, меня
Как плетью, ах, будь я неладен,
Твоё подгонял колотье.
За то, что я был беспощаден,
Прости меня, сердце моё.
За то, что железным ты мнилось
И мог я подставить под копьё
Тебя я, безумно на милость,
Прости меня сердце, сердце моё.**

Расул Гамзатов

Тема урока: Гигиена сердечно-сосудистой системы.

Цель урока:

познакомиться с правилами гигиены сердечно-сосудистой системы ,приемами оказания первой медицинской помощи и сформировать ценностное отношение к своему здоровью.

Тонометр

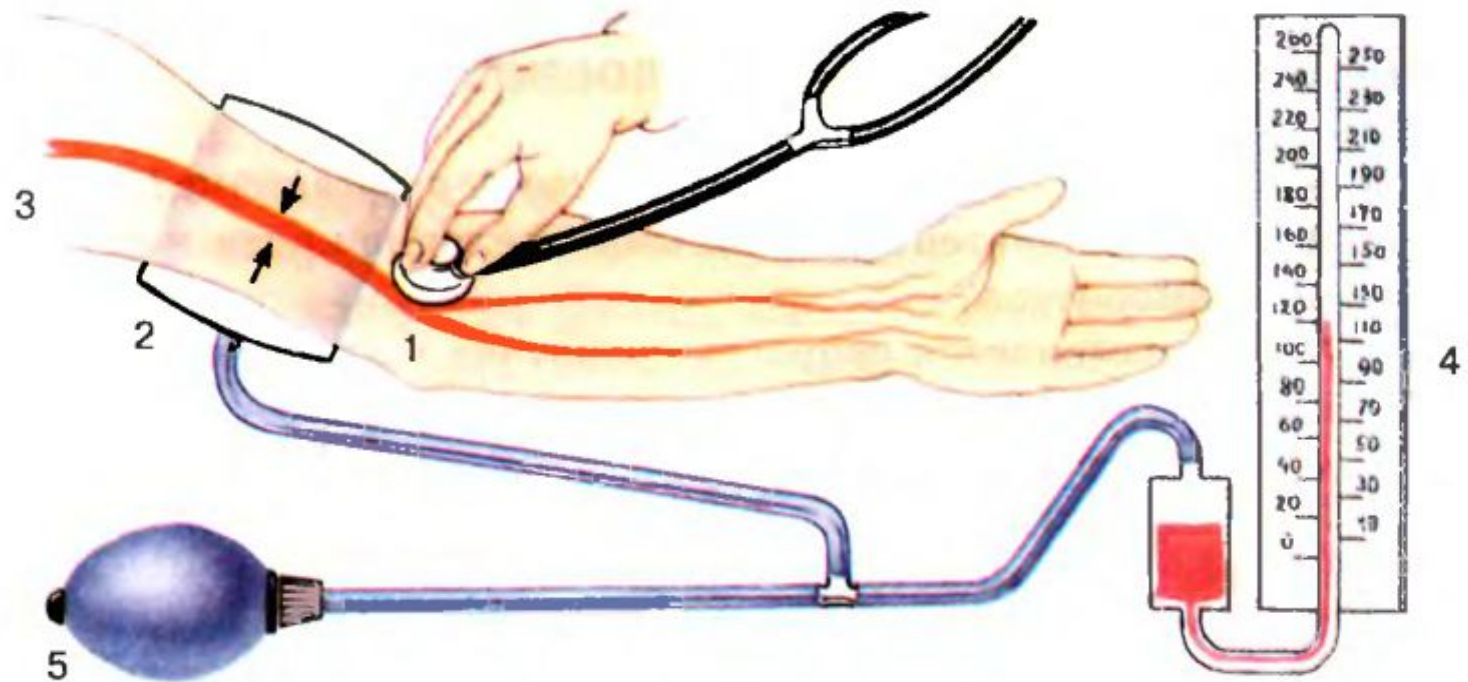


Рис. 55. Измерение артериального давления тонометром.
Давление воздуха в манжетке указано стрелками; 1 — фонендоскоп; 2 — манжетка; 3 — плечевая артерия; 4 — манометр; 5 — груша с клапаном для сбрасывания давления

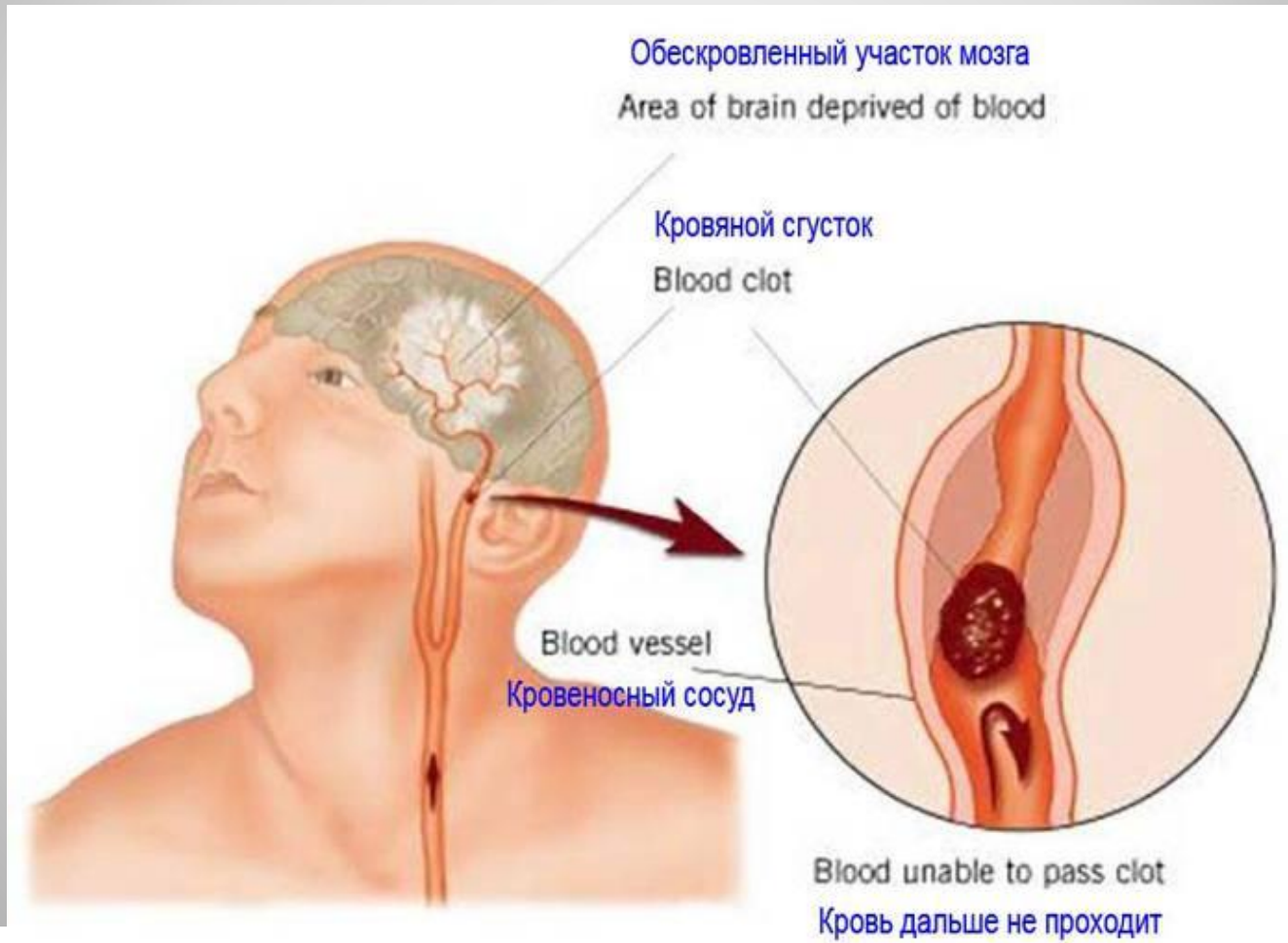
ТАБЛИЦА Средние показатели максимального и минимального давления крови для учащихся

Возраст, лет	Мальчики	Девочки
7 – 8	98/66	98/67
9 – 10	102/69	102/70
11 – 12	105/71	105/72
13 – 14	109/73	109/74
15	112/75	112/72
16	118/73	116/72
17	119/75	118/76
18	120/80	120/80

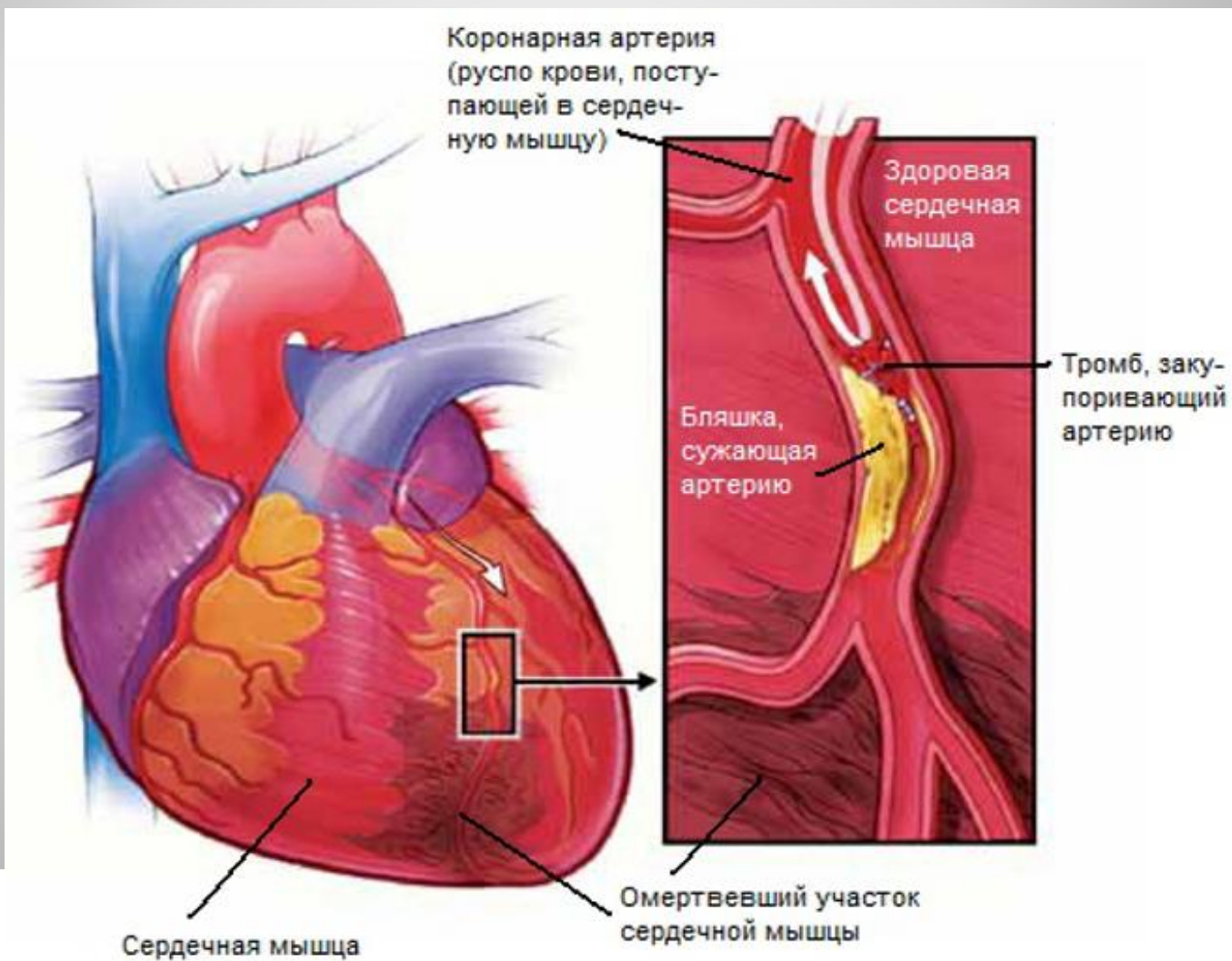
Пульс



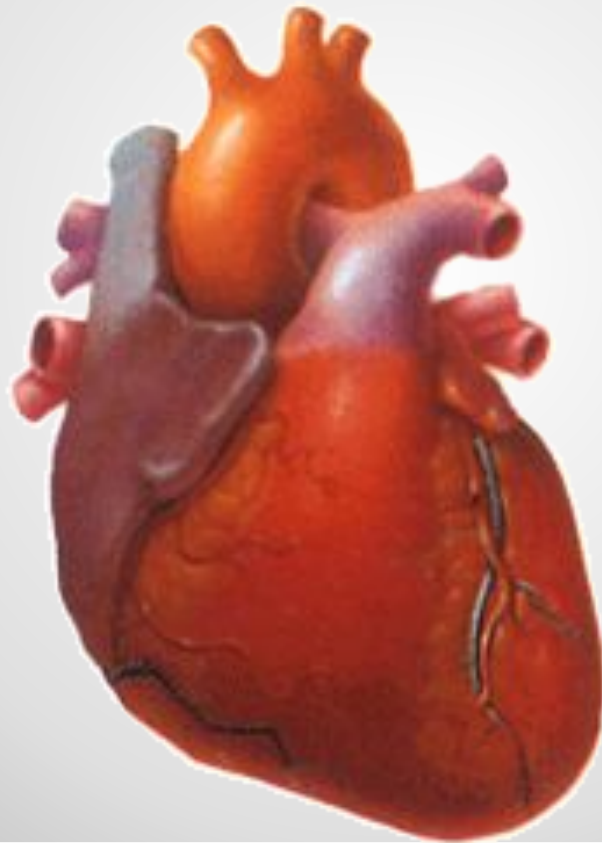
ИНСУЛЬТ



Инфаркт



- **Ишемическая болезнь сердца**



Гипертония



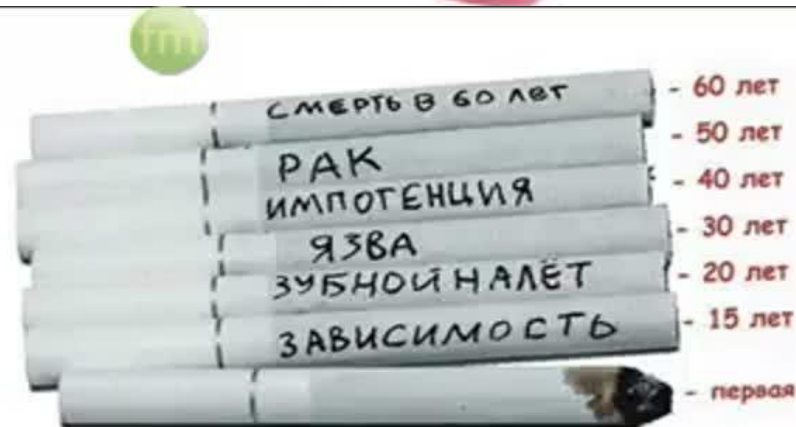
Влияние алкоголя и никотина на сердце человека



- Вредное влияние алкоголя на сердце



● Вредное влияние никотина на сердце



УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ?

ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ И НИКОТИНА НА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТУЮ СИСТЕМУ



Сердце здорового
непьющего человека.



Ожирение сердца алкоголика.

Капиллярное кровотечение



Носовое кровотечение



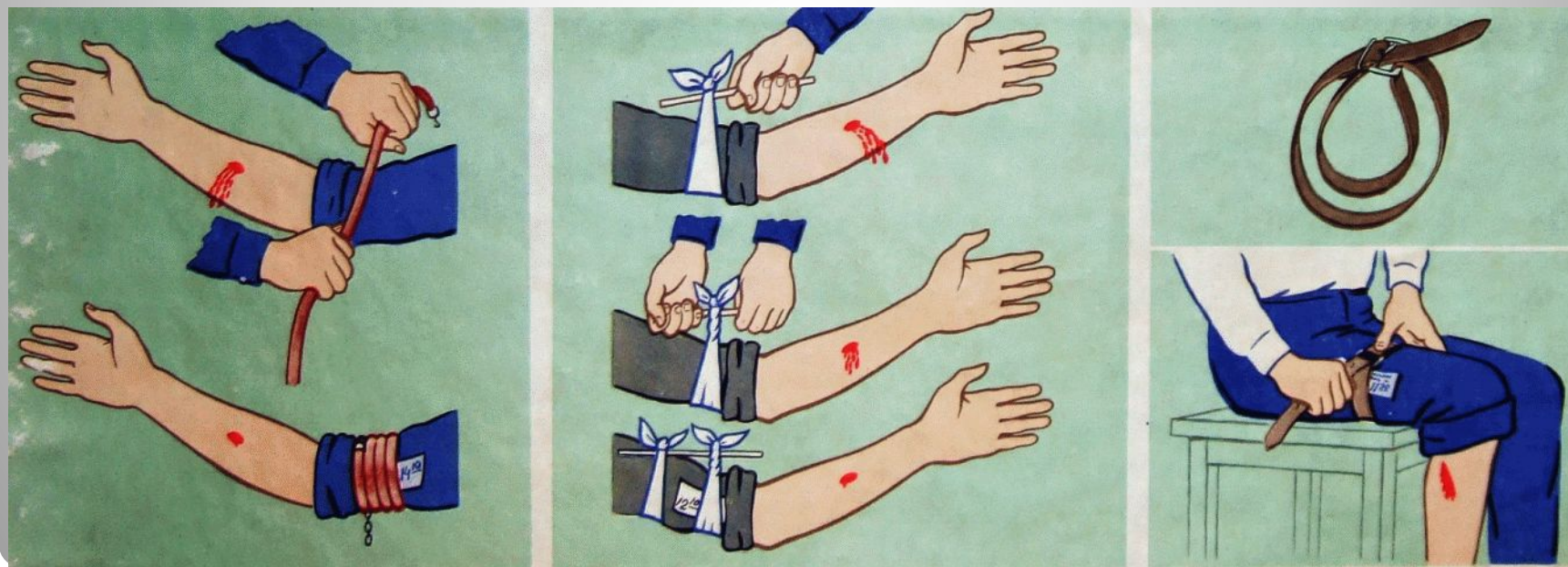


Артериальное кровотечение

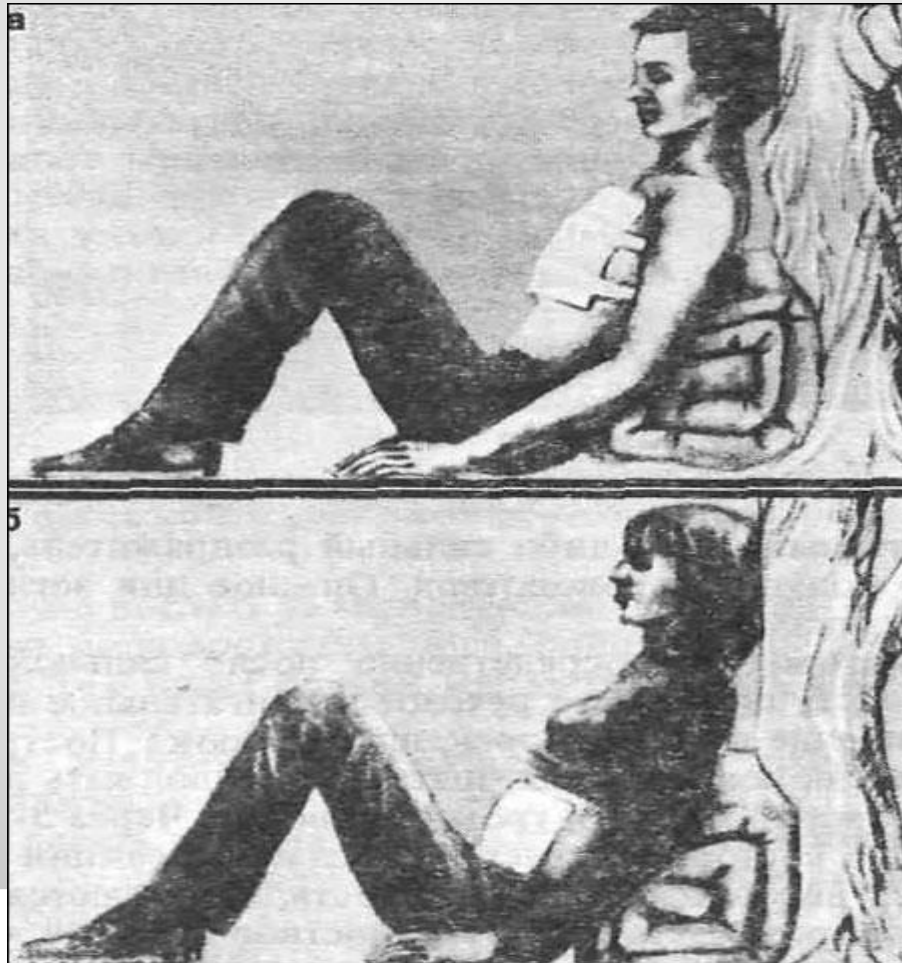


Венозное кровотечение

Правила наложения жгута



Внутреннее кровоотечение



МОЯ ВЫСОТА

Я хорошо усвоил, что.....

Теперь я смогу сам и научу
других.....

Меня удивило, что

.....

Мне пригодится в дальнейшем

.....

Будьте здоровы!