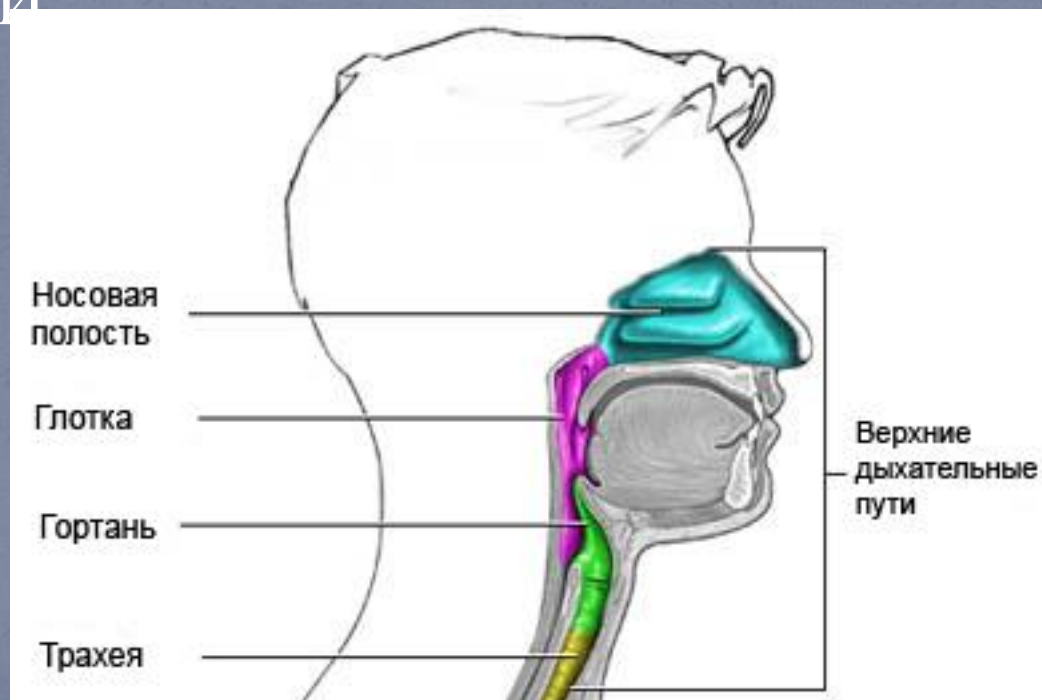


«Профилактика простудных заболеваний»



Простудные заболевания -

ЭТО МНОГОЧИСЛЕННЫЕ ОСТРЫЕ
РЕСПИРАТОРНЫЕ ИНФЕКЦИОННЫЕ
ЗАБОЛЕВАНИЯ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ
ПУТЕЙ

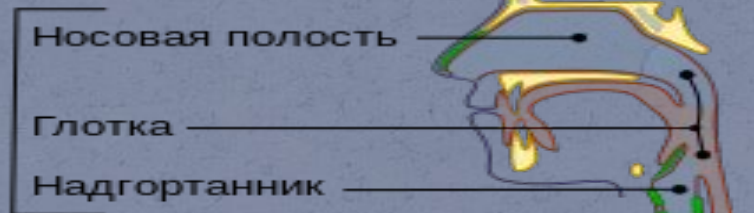


Вирусы-основная причина

- ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ,ОРВИ,И МОГУТ ОСЛОЖНИТЬСЯ ТЯЖЕЛОЙ ИНФЕКЦИЕЙ ГРИППОМ.

Дыхательные пути

Верхние дыхательные пути



Нижние дыхательные пути

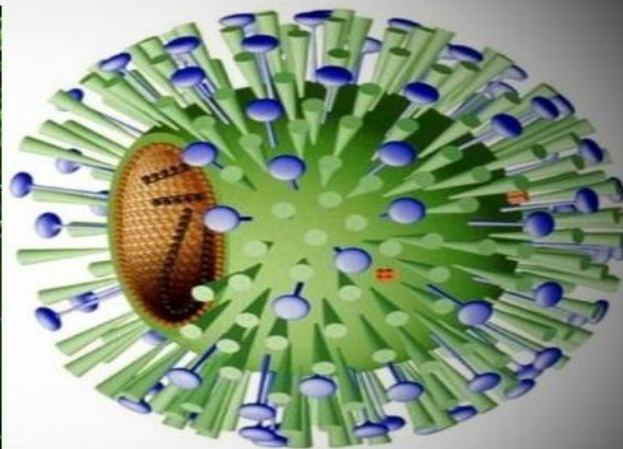


Простуда вызвана не
переохлаждением, как считали наши
БАБУШКИ, А МИКРОБАМИ И ВИРУСАМИ.
ПРОСТО ПЕРЕОХЛАЖДЕННЫЙ ОРГАНИЗМ
ИМЕЕТ СНИЖЕННЫЙ ИММУНИТЕТ, ЧТО
МОЖЕТ СПОСОБСТВОВАТЬ БЫСТРОМУ
ЗАБОЛЕВАНИЮ ОРВИ У ДЕТЕЙ.

Бактерия



Вирус



Меры профилактики простудных заболеваний:

- -ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ;
- -ЗАКАЛИВАНИЕ;
- -НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА;
- -ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА.



«Здоровый образ жизни»

Здоровый образ жизни - это мой выбор!



Ты ветра не боишься,
В игре не устаешь,
И рано спать ложишься,
И с солнышком встаешь.
Зимой на лыжах ходишь,
Резвишься на катке,
А летом - загорелая -
Купаешься в реке...



Правильное питание



Жизнерадостный настрой



Полноценный сон



Ежедневная двигательная активность

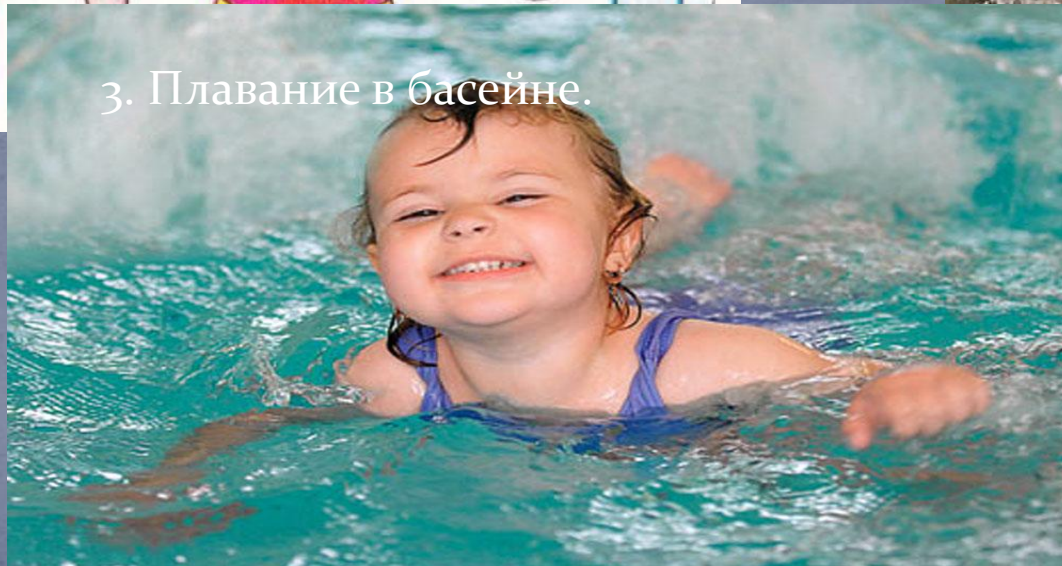
1. Обтирание сырым прохладным полотенцем.

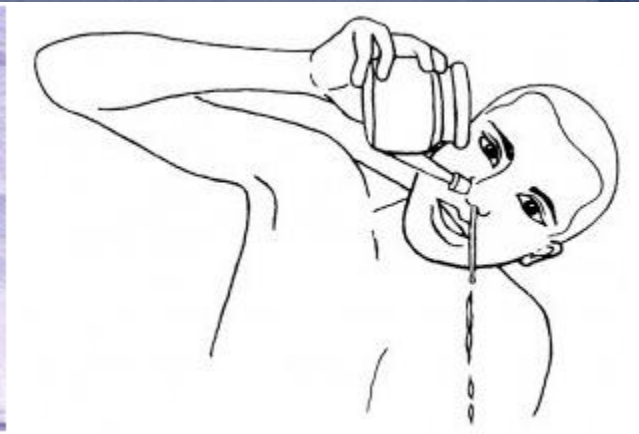


2. Обливание водой.



3. Плавание в бассейне.

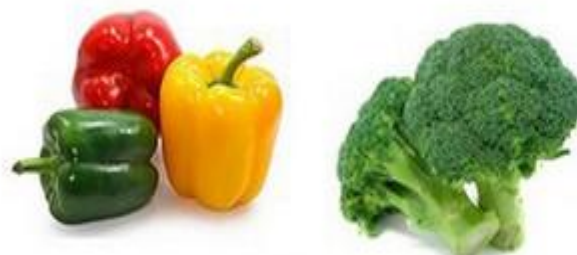




Народные средства –помогут в борьбе с вирусами и микробами.



Витамин С





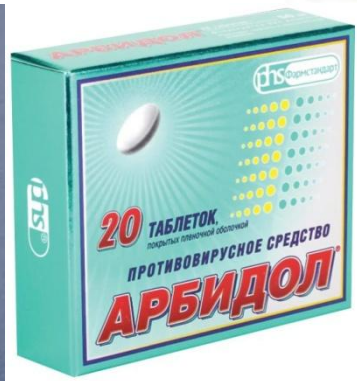
ПОМОГУТ В БОРЬБЕ С ВИРУСАМИ И МИКРОБАМИ.



Поливитамины – прекрасное профилактическое средство. Прием
вовнутрь
одного грамма Аскорбиновой кислоты 1-2 раза в день отлично
повысит иммунитет у детей.



Для профилактики простудных заболеваний у детей и их лечения следует использовать рекомендованные современной медициной такие гомеопатические средства, как анаферон, афлубин, виферон и пр. Они созданы на основе интерферона и обладают противовирусным эффектом.



Здоровый ребенок – счастье родителей!



"Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье - это важнейший труд родителя.

От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы."

(В. Сухомлинский)

**Спасибо
за внимание!**

