

An illustration of a woman in a white apron washing her hands at a wooden sink. The sink is on a white cabinet with a blue cup on top. In the background, there is a window with a white curtain and a framed picture of a rabbit on the wall. The text 'ГИГИЕНА ЧЕЛОВЕКА' is overlaid in large purple letters.

# ГИГИЕНА ЧЕЛОВЕКА

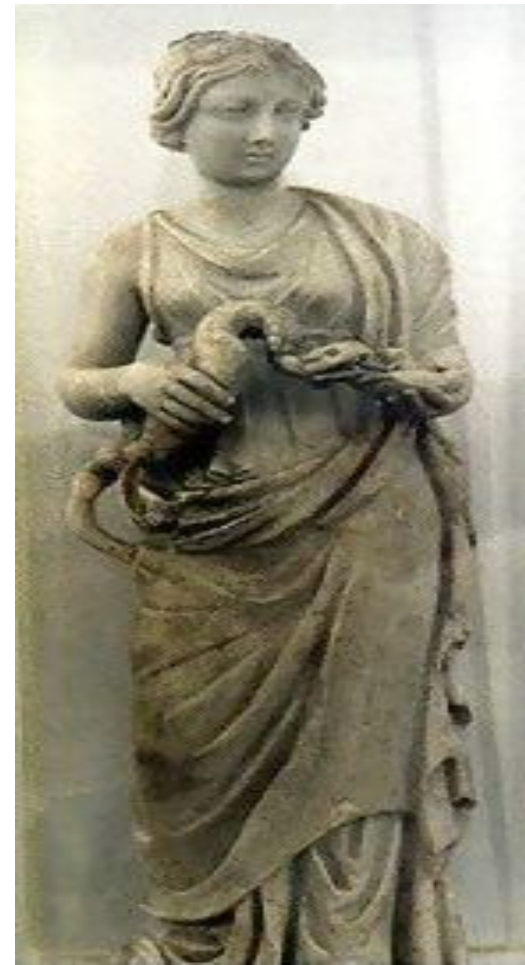
Шайтанова Ольга  
Павловна  
Учитель

МБОУ «Ярнемская СОШ»

**древнегреческой мифологии. Он научился врачебной науке у мудрого кентавра Херона и даже умел готовить лекарства из змеиного яда. Искусство Асклепия было столь велико, что он пришел к дерзкой мысли воскрешать мертвых, за что Зевс сразил его молнией.**



**Гигиеня - дочь Асклепия. Она помогала отцу лечить людей. От ее имени и было образовано слово «гигиена».**





**Для того чтобы обезопасить себя от заражения кишечными паразитами и болезнетворными микроорганизмами, надо соблюдать простейшие правила гигиены. Ногти необходимо коротко стричь, чтобы под ними не смогли поселиться бактерии. И, конечно, два раза в день чистить зубы.**

**Вместе с продуктами в кишечник  
иногда попадают и яйца глистов.**

**Их крошечные, невидимые  
невооруженным глазом яйца могут  
попасть в рот вместе с землей на  
овошах. Поэтому перед  
употреблением овощи надо  
обязательно мыть.**



**Надо обязательно мыться хотя бы раз в неделю, но гораздо лучше делать это каждый день, особенно летом. Только представь, сколько на тебе оседает грязи и пыли, когда ты гуляешь, бегаешь, катаешься на велосипеде или на роликах! И уж совсем неприятно и тебе и окружающим, когда от тебя пахнет потом.**



**Умываться  
нужно дважды в  
день — утром,  
чтобы  
проснуться и  
освежиться, и  
вечером, чтобы  
смыть с лица  
всю грязь,  
осевшую на коже  
лица за день. Если  
регулярно  
умываться,  
протирает лицо  
тоником, то риск  
появления  
прыщей и угрей  
снижается в  
несколько раз**



**Если в открытую рану проникла грязь или земля, стоит обратиться к врачу. С помощью укола он введет вещества, препятствующие размножению опасных бактерий, развитие которых со временем может привести к судорогам и даже к остановке**



**Запомни:  
играть и брать  
на руки можно  
только  
знакомых  
животных.  
Шерсть  
бездомных  
собак и кошек  
может быть  
источником  
различных  
инфекций.**







Ребята!  
Соблюдайте  
ПРАВИЛА  
ЛИЧНОЙ  
ГИГИЕНЫ!!!

