

# Кожа - надежная защита организма.

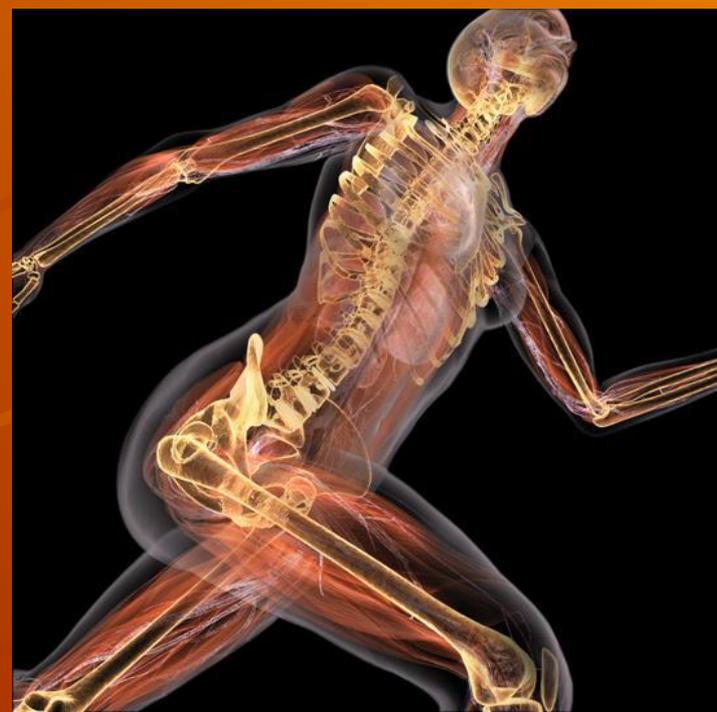


Выполнила: Амалия Безбалинова, ученица 3 «Б» класса лицея № 2 г. Сургута

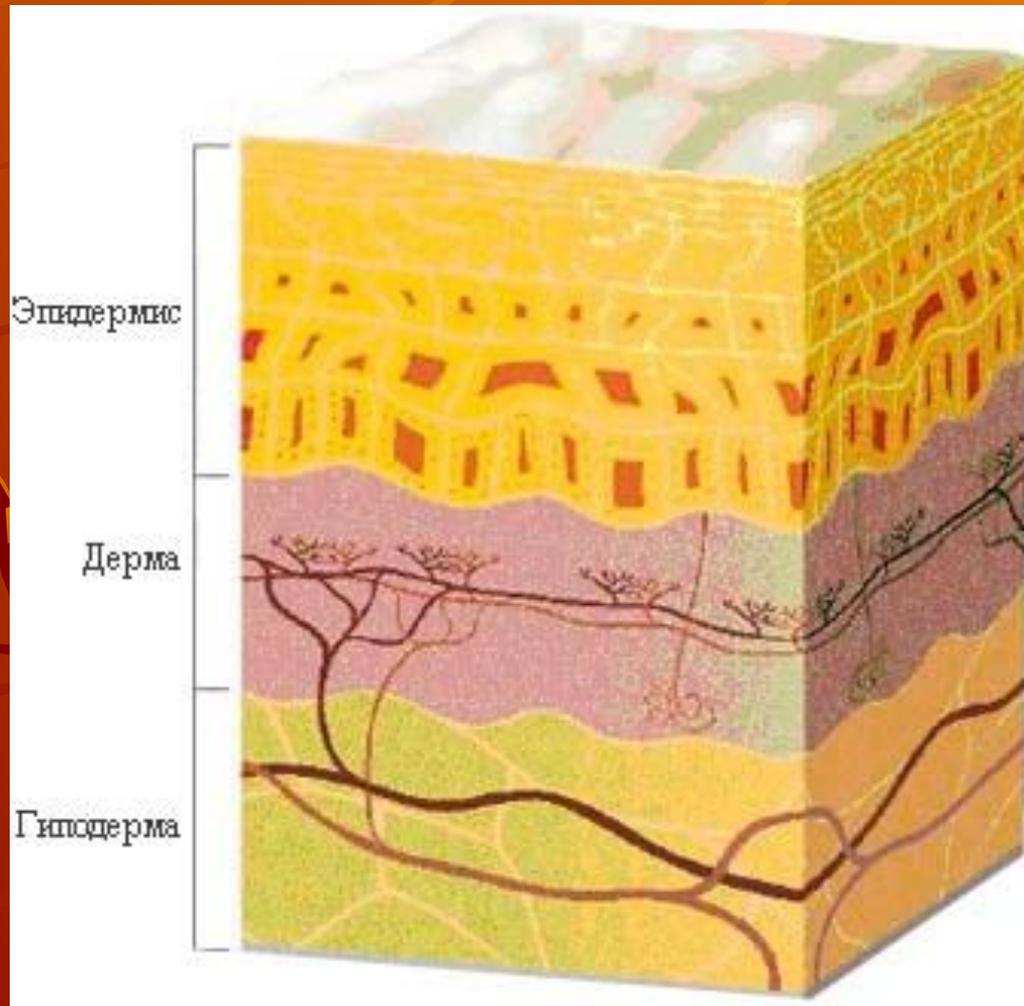
**Кожа** — наружный покров организма, защищающий тело от широкого спектра внешних воздействий, участвующий в дыхании, терморегуляции, обменных и многих других процессах.



Площадь кожи у  
взрослого человека  
достигает  $1,5-2,3 \text{ м}^2$



Кожа состоит из эпидермиса, дермы и подкожно-жировой клетчатки (гиподермы).



Пигмент меланин - отвечает за цвет кожи человека.



Чем больше пигмента в коже, тем кожа темнее.



При близком рассмотрении кожи можно наблюдать  
маленькие отверстия - **поры** и волоски.



**Волосы** на коже защищают ее от одежды. Если бы их не было; одежда стирала бы жир, выделяемый кожей, и кожа бы пересыхала.



Через поры организм насыщается кислородом.



Кожа не пропускает воду.



Кожа защищает нас от жары и от холода.



Кожа надежно предохраняет внутренние ткани от повреждений.



Когда на теле человека скапливается много жира и пота, то к ним прилипает пыль и кожа становится грязной.



Потовые железы имеют очень важную функцию, они позволяют регулировать температуру тела. Общее количество их составляет от двух до пяти миллионов.



На коже размножаются микробы. Поэтому ваша кожа должна быть чистой.



Кожа состоит из миллиона нервных окончаний - рецепторов.



Рецепторы улавливают боль, ветер, повышение температуры.



Кожа- прочная эластичная оболочка, покрывающая тело.



Если согнуть пальцы рук, ноги в коленях, руки в локтях, то можно увидеть складки.



А зачем они нужны?



Без складок на коже наши пальцы, руки и ноги не могли бы легко сгибаться.



Наша кожа не настолько крепкая как нам кажется.



Мы можем порезаться, удариться, обжечься, обморозиться.  
Через ранки в организм могут попасть микробы.



Необходимо уметь оказывать первую медицинскую помощь при повреждениях кожи.



Волосы и ногти – тоже из кожи.  
Это отвердевший роговой слой.



Интересные факты:

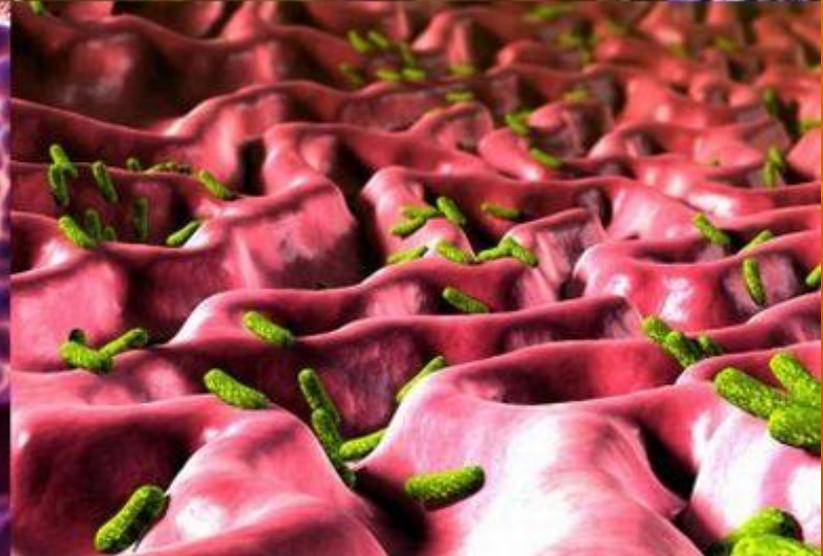
Сосудистая система кожи вмещает треть всей крови,  
циркулирующей в организме – 1.6 литра.



Самая тонкая кожа находится на веках, а вот самая толстая располагается на ступнях, здесь она может достигать толщины примерно в 0,4-0,5 мм.



На одном квадратном сантиметре кожи находится 30 миллионов разных бактерий.



Поэтому за кожей нужно ухаживать!



# Уход за кожей.

Умываться с мылом.

Мыть руки с мылом перед едой, после прогулки, после посещения туалета.

Ежедневно мыть лицо, руки, ноги, шею, подмышечные впадины.

Мыть тело 1 - 2 раза в неделю.

Подстригать ногти по мере необходимости.

Следить за волосами.

Уметь оказывать первую медицинскую помощь при

повреждениях кожи.



**Подведем итог. Наша кожа :**

Водонепроницаема;

Это орган дыхания;

Орган выделения;

Орган осязания;

Защита от солнечной радиации;

Регулятор температуры тела;

Защита от механических воздействий....



**Спасибо за внимание!**

