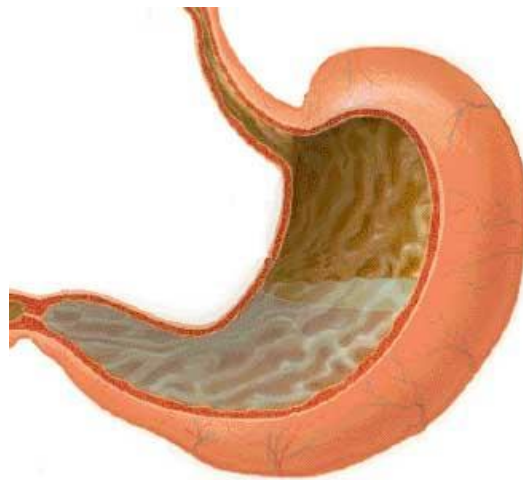


Боева Е.В. учитель начальных классов Тверской
гимназии №10

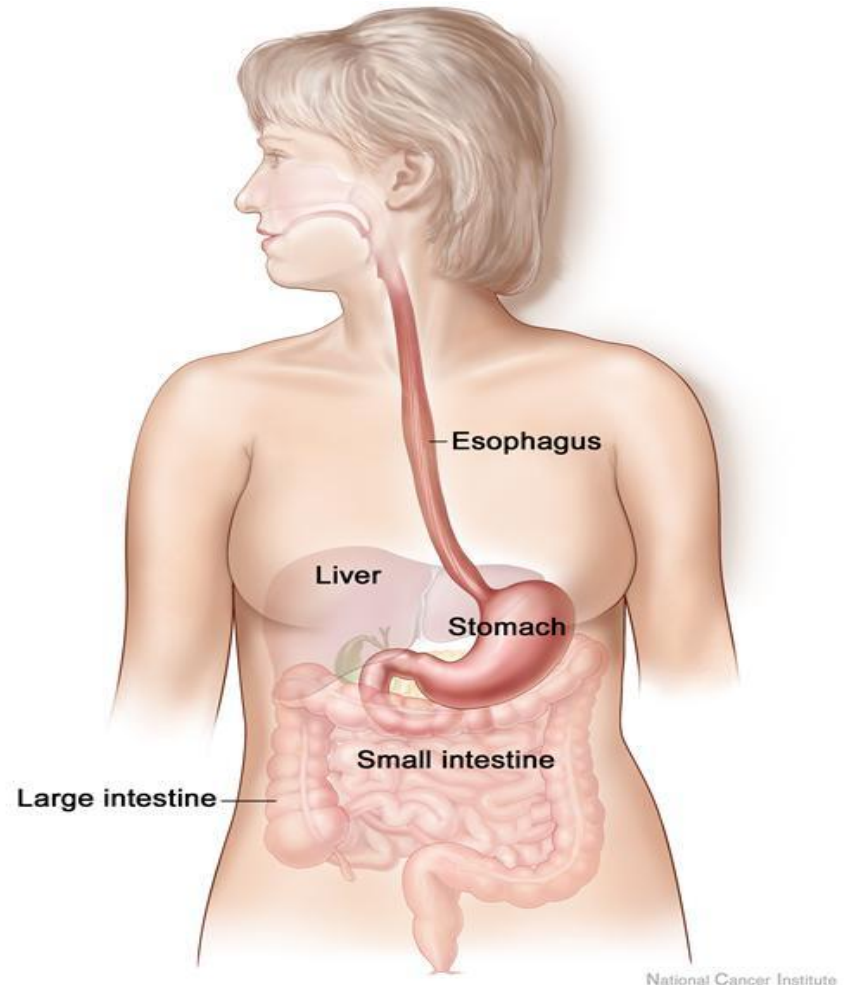
Презентация для классного часа
по обеспечению
жизнедеятельности детей по
Здоровьесберегающей программе.

Профилактика заболеваний пищеварительной системы



Строение пищеварительной системы

- Ротовая полость
- Пищевод
- Желудок
- Тонкий кишечник
- Толстый кишечник
- Печень и желчный пузырь
- Поджелудочная железа

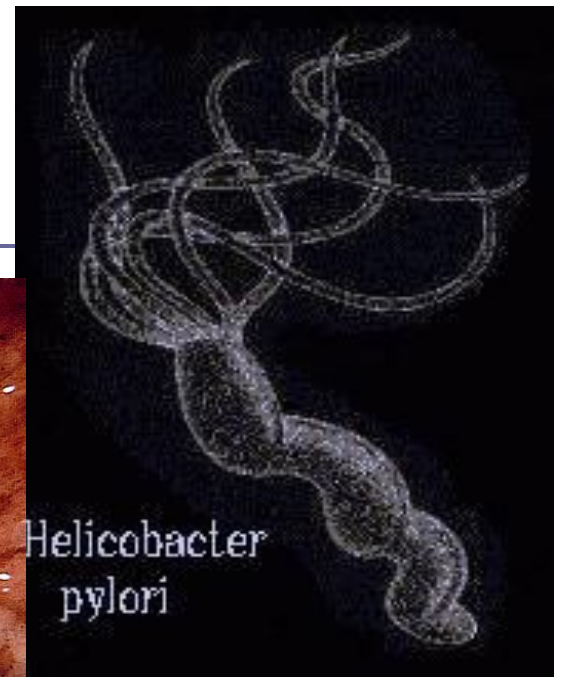
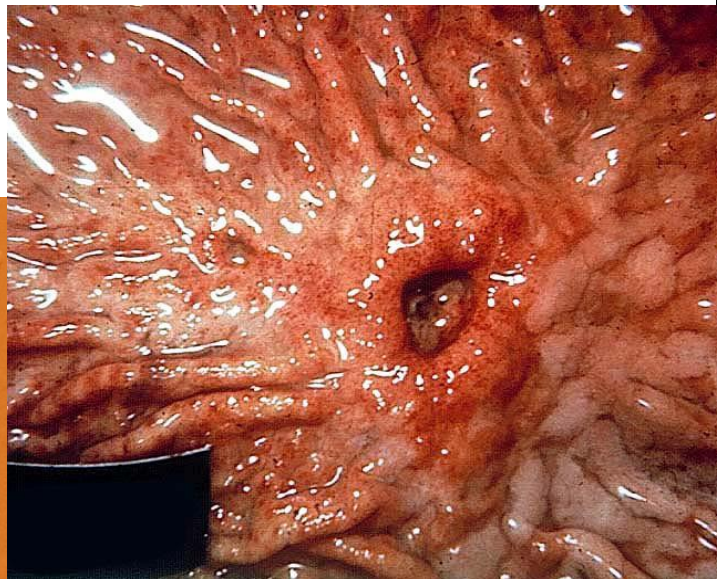
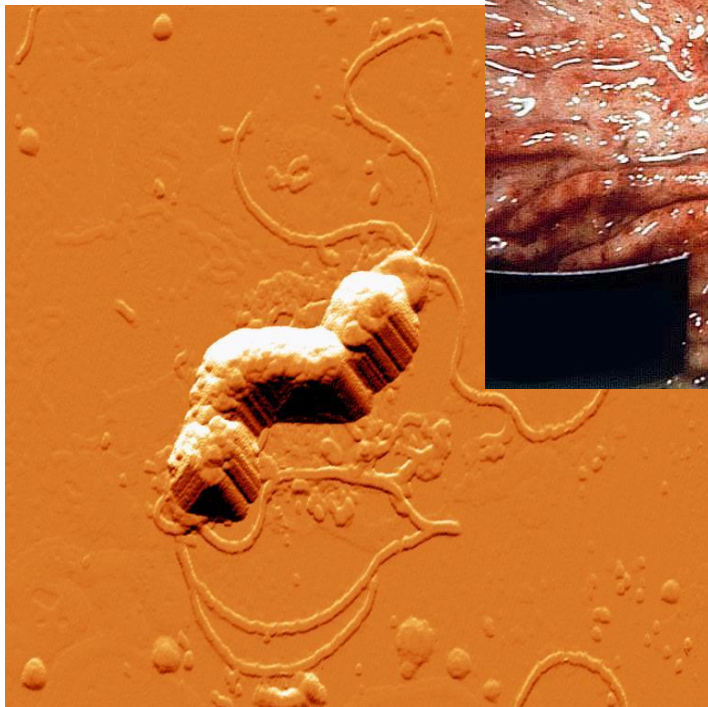


Причины заболевания желудка

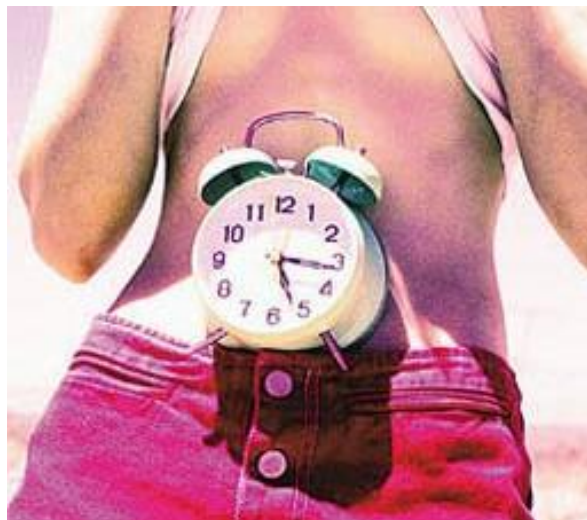
- плохое питание и нарушение ритма питания
- стрессы, депрессия
- экологические факторы
- лекарственные препараты
- вредные привычки - курение, алкоголь
- бактерии и вирусы, в том числе НР
- пищевая аллергия
- плохое состояние зубочелюстной системы



Хеликобактер пилори



Клиническая картина



Диагностика

- осмотр доктора
- гастроскопия
- рентгенография желудка
- рН метрия
- тесты на НР



Лечение болезни

- Устранение причины, вызвавшей заболевание.
- Диетотерапия.
- Медикаментозное лечение (4 вида таблеток одновременно)
- Физические методы лечения: грелки, грязелечение, электрофорез, диатермия, электро- и гидротерапия и т. д.
- Санаторно-курортное лечение
- Оперативное лечение – удаление желудка



Профилактика заболеваний желудка

- Диетотерапия
- Отказ от курения и приема алкоголя
- Отказ от употребления жевательной резинки
- Соблюдение гигиенических мероприятий
- Избегать стрессов, эмоциональных и физических перенапряжений



Диетотерапия

Можно

- ▣ питьевая вода,
- ▣ минеральные воды, не содержащие углекислоты (без пузырьков),
- ▣ некрепкий чай,
- ▣ творог, йогурты
- ▣ свежий белый хлеб,
- ▣ хорошо вываренное мясо и свежая рыба,
- ▣ овощи, приготовленные в виде пюре (картофель, цветная капуста, брюква, морковь),
- ▣ не очень крепкие овощные супы
- ▣ каши.

Нельзя

- ▣ все алкогольные
- ▣ газированные напитки
- ▣ кофе,
- ▣ соль и консервы
- ▣ крепкие, наваристые мясные бульоны,
- ▣ различные специи,
- ▣ все жареное (чипсы), копченое, маринованное.

Спасибо за внимание

