

GOS, ponedeljek, 23. 11. 2020

➡ Preberi spodnje besedilo. V zvezek napiši naslov in prepisi vse odebeljene besede. Nato še nekaj nariši v zvezi s to temo.

BOLEZEN

Naše telo je narejeno iz milijard živih celic, ki imajo različne naloge. Ko **virus** prodre v naše telo, si poišče celico, v katero lahko vstopi. Znaki **bolezni** se včasih pokažejo šele čez dva ali tri tedne. Telo skuša virus uničiti s toploto, zato nastopi vročina. Ko smo majhni, je naše telo še zelo nevedno, zato bakterije in virusi brez večjih težav vstopijo vanj. Kasneje se jih nauči prepoznavati. Če enak virus poskuša znova prodreti v naše telo, **ga obrambne celice (imunski sistem)** prepoznajo, ulovijo in uničijo. Zato zbolimo za ošpicami in noricami le enkrat. Za gripo pa lahko zbolimo večkrat, ker jo povzročajo različni virusi.



Tudi za COVID19 lahko zbolimo večkrat.

Skrbno si umivajmo roke z milom, pazimo na razdaljo in higieno kašlja.



Pred nekaterimi nalezljivimi boleznimi nas varuje **cepljenje**.



Z injekcijo cepiva dobiš v kri posebne "borce" proti bolezenskim mikrobom, imenujemo jih **protitelesa**. Ta ostanejo dejavna mnogo let, nekatera tudi vse življenje. Rečemo, da **telo postane odporno**. Če ne bi bili cepljeni, bi veliko ljudi zbolelo za hudimi boleznimi, kot so davica, črne koze, tuberkuloza, oslovski kašelj, otroška paraliza...

Za otroke skrbijo zdravniki, ki se jim reče **pediatri**. Ti otrok ne pregledujejo samo takrat, ko so bolni, ampak tudi na rednih pregledih, ki jim rečemo **sistematski pregledi**. Tako ugotavljajo, kako otroci rastejo in se razvijajo. S posebnimi instrumenti pregleda tvoje grlo, nos, ušesa, oči, poslušajo bitje srca in dihanje, izmeri tvojo telesno višino in težo. Na ta način preprečimo razvoj kakšne resne bolezni. Če je potrebno, ti predpiše zdravilo. Številne bolezni zdravimo z **antibiotiki**. To so kemične snovi, ki preprečijo bakterijam, da bi se razmnoževale. Dobro je, da sočasno uživaš tudi **probiotike**.



Največ lahko sami naredimo za svoje zdravje. Krepkejše kot je naše telo, težje zbolimo. Zato se moramo veliko gibati na svežem zraku in redno uživati sadje in zelenjavo.

➡ Lahko pa si ta list prilepiš v zvezek in nekaj narišeš.

