

Сары түс – жеңілдік пен қуанышты, сабырсыздықты, нұр сәулені білдіреді. Қуаныштың, күн шапағатының нышаны. Сары түс адамды болашаққа бағыттайды, жаңалыққа талпындырады, дамушылыққа күштар етеді. Сары түске құмар адамға *тұрақсыздық* тән.

Жасыл түс – еркіндікке деген жігерлікті, табандылықты, мақсаткерлікті, өзімшілдікті, «Мен» деп өзіне жоғары баға берушілікті білдіреді. Бұл түсті таңдағандар – өзінің құндылығына деген сенімді жоғарылатқысы келетіндер, айналасындағы адамдардан мақтаулар, жақсы пікірлер күтетін адамдар. Сондай-ақ, бұл түс тәкаппарлықтың нышаны.

Күлгін түс - адамның тілегені мен қиялындағысы *ақиқатқа* айналады деген үміттің нышаны. Асыл арман мен көркем қиялдың түсі. Бұл түсті таңдағандар тек өзгелерді таң қалдырғысы немесе сүйсіндіргісі келмейді, өзін де таң қалдырғанды қалайды.

Денсаулық - адам өміріндегі басты құндылық. Егер адам ақылға салып, табиғаттың өзіне сыйлаған мүмкіндіктерін орынды пайдаланып, гигиеналық тәртіпті бұзбай жүрсе, денсаулығына зиян келтірмей, ұзақ өмір сүрген болар еді. Дегенмен, бүгінгі таңдағы алаңдататын ең басты мәселе қоршаған ортаның ластануы, осыған қоса дұрыс күтімнің, жеке бас тазалығының болмауы. Осының салдарынан көп тарайтын аурудың бірі - сары ауру.



Гепатиттің алдын алу

Вирустық гепатиттер- бұл бақытсыз отбасы іспетті, құрамында кем дегенде бес мүше, вирустық гепатит (А, В, Е, С, D) бар. Олардың әр біреуінде симптоматика мен салдар, бір-бірінен өзгеше. Олар бес түрлі аурудың алғышарты болып табылады.



Дәрігерден кеңес



Қазіргі таңда гепатиттің алдын-алу шаралары қандай?

Топпен жұмыс жасау

(Әр топтан бір дәрігер сайланып, қосымша ресурс парақтарын пайдалана отырып постер дайындайды, топтық жұмысты қорғайды).

A hand holding a syringe with a needle, with a glass vial in the background. The syringe is filled with a clear liquid. The background is a blurred blue and green.

Е

ВИРУСТЫҚ ГЕПАТИТИ

Е вирустық гепатит жұғу тәсілі бойынша А вирустық гепатитке жақын. Ал, Е вирустық гепатит, бөлек бір ауру екенін, 80-жылдары- М.С.Балаян дәлелдеді.


Статистикалық мәлімет бойынша Е вирустық гепатитке шалдыққандардың көбі ер адамдар. Е вирустық гепатит жүкті әйелдер үшін өте қауіпті.



Е

ВИРУСТЫҚ ГЕПАТИТТІҢ АЛДЫН АЛУ

Орта Азия мен Қазақстанда Е вирустық гепатитті алдын алу үшін, тек қайнаған суды ішу қажет. Өйткені ыстық судағы Е вирустық гепатитінің жұқпалары өліп, жойылады. Е вирустық гепатитінің жұқпалары үшін Оңтүстік-шығыс Азия (Үндістан, Бирма, Қытай), Африка, Орталық Америка ең қолайлы мекен.



Д

ВИРУСТЫҚ ГЕПАТИТ

Д вирустық гепатит «кейде» **В** вирустық гепатитпен «қосарлап жүреді». Бұл екі вирус бір-бірін қостап тұрады. **В** вирустық гепатитпен күресіп, **Д** вирустық гепатитпен мәңгілікке қоштасуға болады. Қос вирусты алдын алу әдісі ұқсас.

Д

ВИРУСТЫҚ ГЕПАТИТТИ АЛДЫН АЛУ

Д вирустық гепатитті алдын алу әдістері **В** вирустық гепатитпен бірдей.





Ұлы ойшыл Сократқа кезінде мынадай сұрақ қойылыпты: «Адамға өмірде не қымбаттырақ байлық па, әлде атақ па?» депті. Сонда Сократ «Байлық та, атақ та, даңқ та адамды шын бақытты ете алмайды. Дені сау кедей, ауру патшадан бақыттырақ» деп жауап беріпті. Яғни адам бақытты болу үшін оған денсаулық керек, ал денсаулықтың кепілі салауаттылық. «Тіршіліктің негізі – салауатты болашақ» деп бүгінгі тәрбие сағатымызды аяқтаймыз.

The background features a large, faint circular frame in the center. Surrounding this frame are various green leaves and a butterfly with yellow and black wings. In the top-left corner, there is a cluster of green leaves with a small red ladybug. The overall style is soft and naturalistic.

«Өрмекші торы» жаттығуы.