

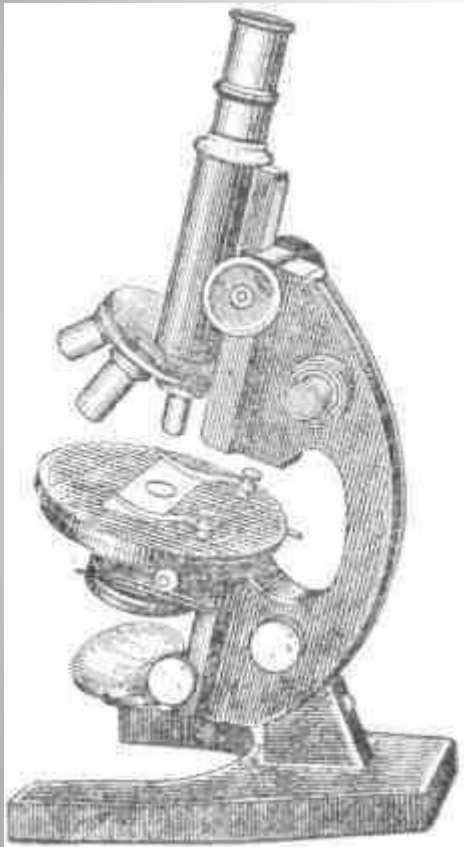
# Как защитить себя от микробов?

Авторы:  
Кравченко Милена  
Козлова Анастасия  
МОУ СОШ № 32  
Г.Уссурийск

# Что такое микробы?

- В течение тысяч лет своего существования человек не имел представления о том, что вызывает его заболевания. Первобытные люди имели свое «объяснение» этому — они считали, что болезнь вызывают злые духи, живущие внутри своей жертвы.

- в 1865 году наука доказала, что причиной заболеваний являются микробы. Луи Пастер первым выдвинул теорию о том, что причиной заболеваний являются микробы. И сегодня мы знаем, что микробы являются самыми опасными врагами человека. Они представляют собой мельчайшие одноклеточные микроорганизмы, видимые только под микроскопом. **Некоторые из них настолько малы, что практически невидимы!**



Современный  
микроскоп



Микроскоп 1751  
года

# *Микробы - враги*

- ПОЗНАВ мир микробов, ученые нашли среди них не только невидимых друзей, но и опасных врагов, виновников тяжелых заболеваний.
- Болезни, вызываемые микробами, издавна преследуют человека.
- Группа микроорганизмов—вирусы, открытые в 1892 году нашим соотечественником Д. И. Ивановским. Эти существа еще мельче бактерий и потому видимы только под электронным микроскопом, дающим значительно большее увеличение, чем обычная световая.

# Как уберечь себя от микробов?

- Правила личной гигиены

# Личная гигиена включает:

- Гигиена кожи
- Гигиена воды
- Гигиена одежды
- Гигиена жилища
- Гигиена питания
- Гигиена полости рта

Перед едой каждый раз мойте  
теплой водой с мылом руки



Не реже 1 раз в неделю мойтесь в бане  
Каждый ребенок должен иметь свои полотенца для лица, рук и ног. Через общее полотенце может передаваться инфекция.



# Не забудьте и о зубах



Чистить зубы нужно обязательно  
утром и вечером

# Гигиена воды

- Пейте только кипяченую воду
- Не пейте воду из под крана, из водоёмов

# Берегись инфекции!

- При заболевании или присутствуя в массовых местах во время эпидемий-носи марлевую повязку
- При заболевании сразу обращайся к врачу

# Гигиена питания

- Употребляй в пищу только свежие продукты
- Храни продукты в холодильнике
- Не употребляй продукты, если истек срок их хранения

Соблюдай эти простые  
правила

***БУДЬ ЗДОРОВ!***