

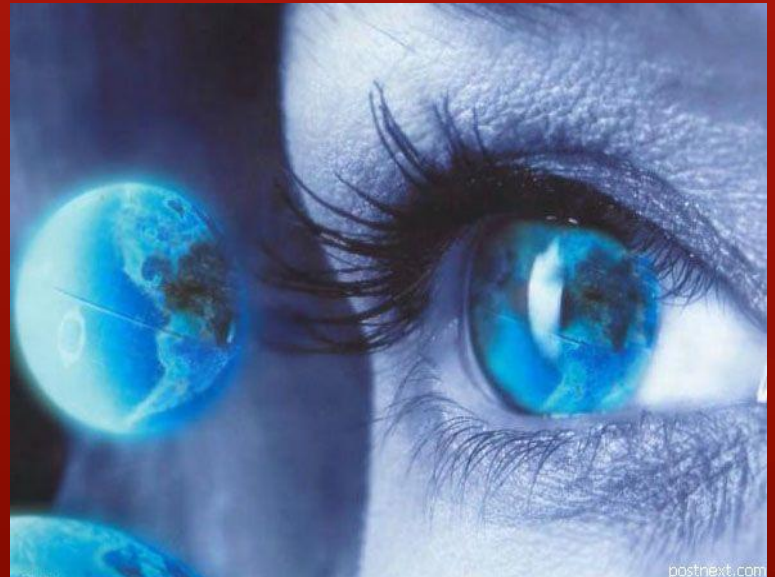
# КАК СБЕРЕЧЬ ОРГАНЫ ЧУВСТВ

# Органы чувств — органы, которыми мы чувствуем окружающий мир



# Зрение

- ? 1. Не трогать глаза грязными руками.
- ? 2. не сидеть непрерывно у компьютера.
- ? 3. Давать отдых глазам каждые 40 минут.
- ? 4. не читать в полумраке, а также лёжа.
- ? 5. Обеспечте себя достаточным освещением.
- ? 6. Не читайте в транспорте.
- ? 7. Оберегайте глаза от травм.



# Слух

- ? 1. Не слушать часто музыку в наушниках.
- ? 2. Регулярно мыть уши тёплой водой.
- ? 3. При чистке ушей не пользоваться острыми предметами.
- ? 4. Берегите уши от простуды.



# Вкус

- ? 1. Берегитесь простуды.
- ? 2. Следить за здоровьем зубов.
- ? 3. Не курите.
- ? 4. Не ешьте слишком холодную и горячую пищу.
- ? 5. После приёма пищи прополаскивать рот.
- ? 6. Не брать в рот острые предметы, чтобы не поранить язык.



# Обоняние

- ? 1. Содержать нос в чистоте.
- ? 2. Беречь организм от простуды.
- ? 3. Не засовывать в нос мелкие предметы.
- ? 4. Закаляться.



# Осязание

- ? 1. Тщательно следите за кожей (соблюдайте гигиену).
- ? 2. Одевайтесь по погоде (чтобы избежать перегревания или обморожения).
- ? 3. Не трогайте горячие предметы.
- ? 4. С химически опасными веществами работайте в перчатках.

