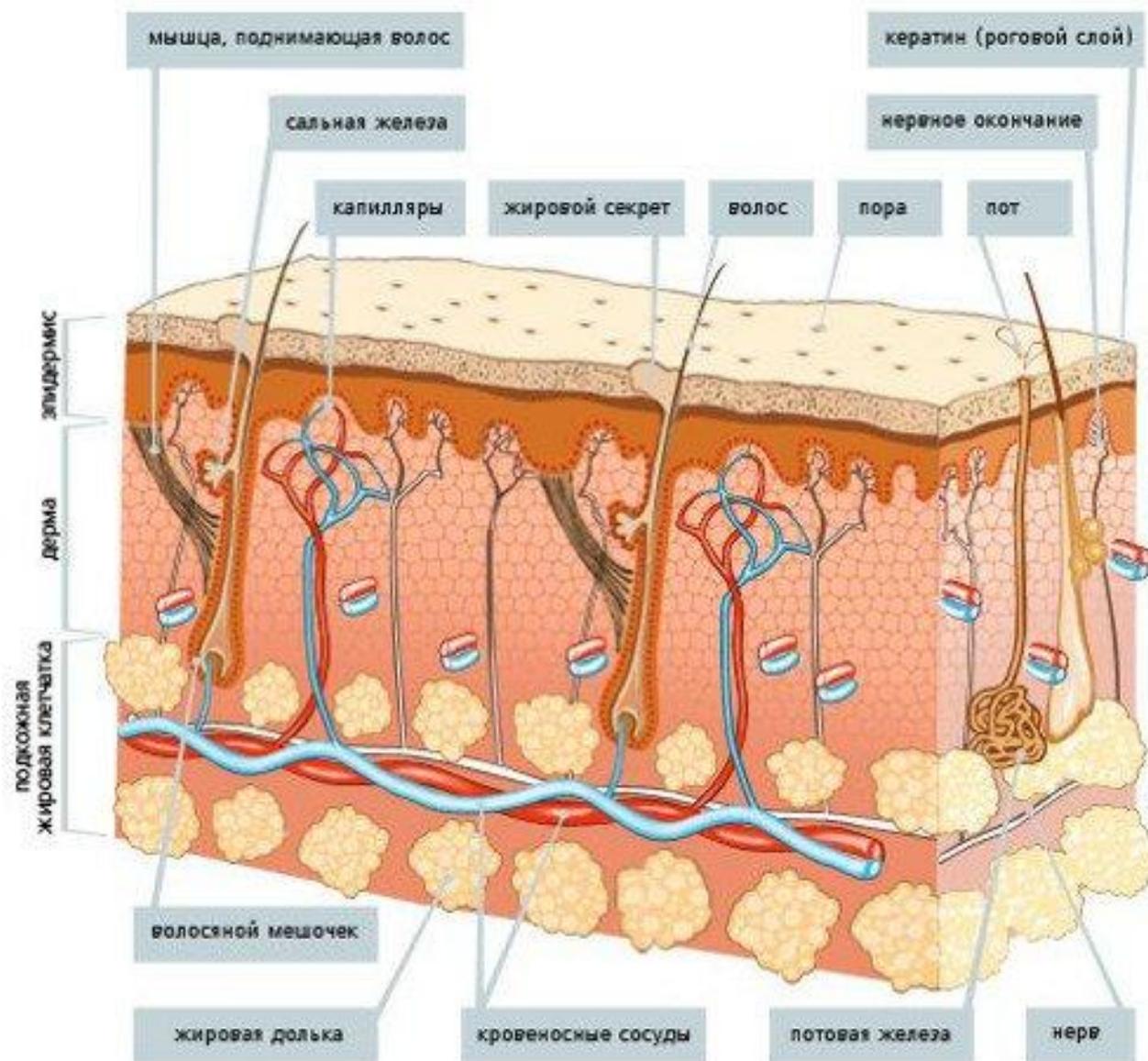


# Презентация на тему: «Надежная защита организма»

**Работу выполнил:  
ученик 3 «В» класса  
Недопекин Кирилл**



# Как же ухаживать за кожей?

- Мойтесь каждый день теплой водой с использованием специальных средств (мыло, гель и т.п.)
- Меняйте белье, чулки, носки, колготки, гольфы;
- Не выдавливайте прыщи, это может привести к воспалению;
- Старайтесь употреблять в достаточном количестве свежие фрукты и овощи, молоко, это обеспечит организм достаточным количеством минеральных веществ и витаминов, что будет способствовать гладкой и чистой коже;
- В холодное время года необходимо защищать кожу от обморожений;
- Не носите одежду, которая вызывает у вас раздражение кожи.

# Повреждения организма

- **Повреждение** — это нарушение структуры и функции организма в результате действия одного или нескольких внешних повреждающих факторов. Повреждающий фактор — материальное тело (предмет), вещество или явление, обладающее способностью причинять повреждения.

# Рана



# Ушиб



# Ожог

- **Ожог** – это повреждение ткани тела человека из-за внешнего воздействия. К внешним воздействиям можно отнести несколько факторов.



# Обморожение

- **Обморожение** – это поражение частей тела произошедшее в результате воздействия низких температур.



Если получена рана, ушиб,  
ожог, обморожение, нужно  
обратиться к врачу



