

# Грызть ногти - не модно



Выполнила:  
Мухарлямова Лиана Мунировна

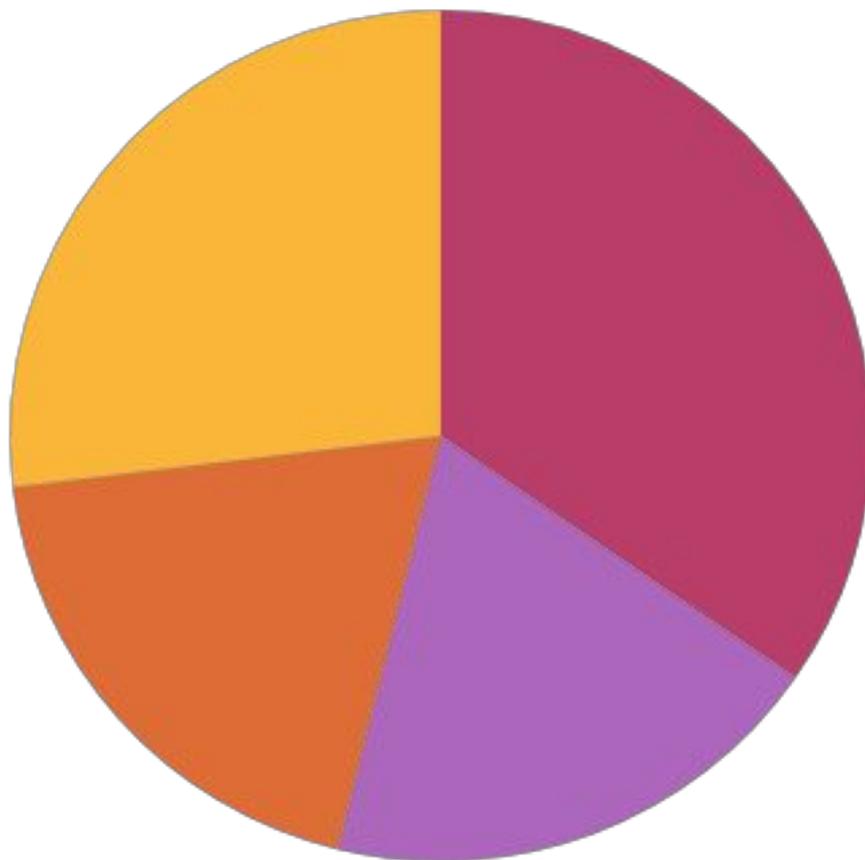
# ОНИХОФАГИЯ

Привычка грызть ногти в настоящее время встречается у подавляющего большинства людей. В медицине привычка грызть ногти называется онихофагией. Необходимо сказать, что причины появления онихофагии следует искать в эмоциональном состоянии человека: частые стрессовые ситуации на работе, в школе, в колледже либо недовольство самим собой. Как бы это странно ни звучало, низкая самооценка и онихофагия между собой тесно связаны.



# АНКЕТИРОВАНИЕ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

***Грызешь ли ты ногти?***



- да, каждый день
- да, иногда
- раньше грыз (грызла), теперь нет
- нет, никогда

В детстве ребенок начинает грызть ногти и заусенцы из-за возникающих сложностей. Это могут быть проблемы с родителями или сверстниками, проблемы с учебой. Если ребенка не отучить от этой привычки, то, будучи взрослым, он не будет с ней бороться.



**Я кому сказал! Не грызи ногти!**

Черт... Спалил...



# ОБЫКНОВЕННЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОС: «ПОЧЕМУ ГРЫЗЕШЬ НОГТИ? И Т.П.»

- ⦿ Почему нельзя грызть?
- ⦿ Может у меня зубы чешутся
- ⦿ Нет, не противно.
- ⦿ Это мои ногти.
- ⦿ Заусенцы мешают.
- ⦿ Сама не знаю, просто волнуюсь нервничаю.



***Самое удивительное  
является то, что, смотря на  
свои изуродованные ногти,  
человек начинает корить  
себя, тем самым еще ниже  
занижая самооценку.***



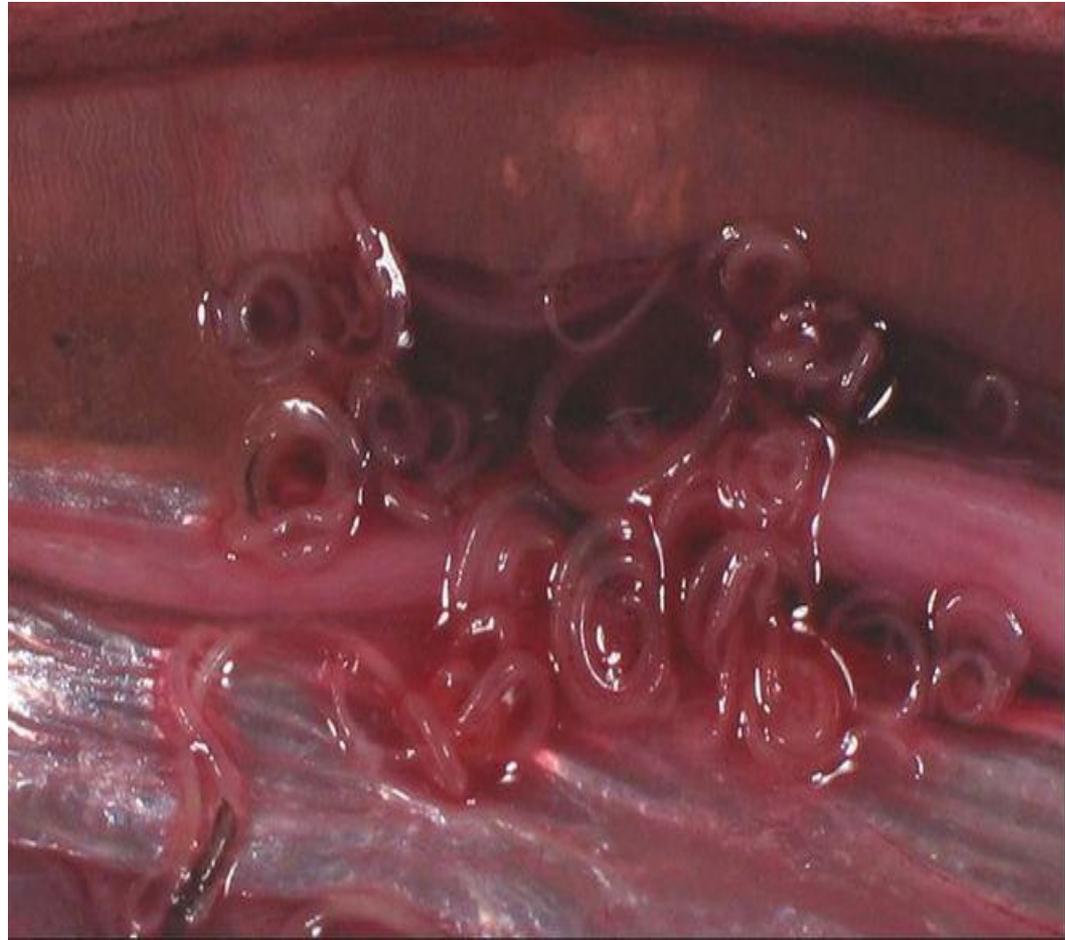
# ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ НЕ СЛЕДУЕТ ГРЫЗТЬ НОГТИ.

- **Первая причина, почему нельзя грызть ногти и заусенцы - это попадание инфекции. В образовавшиеся ранки могут попасть микроорганизмы, которые впоследствии приведут к воспалению и нагноению участков кожи**

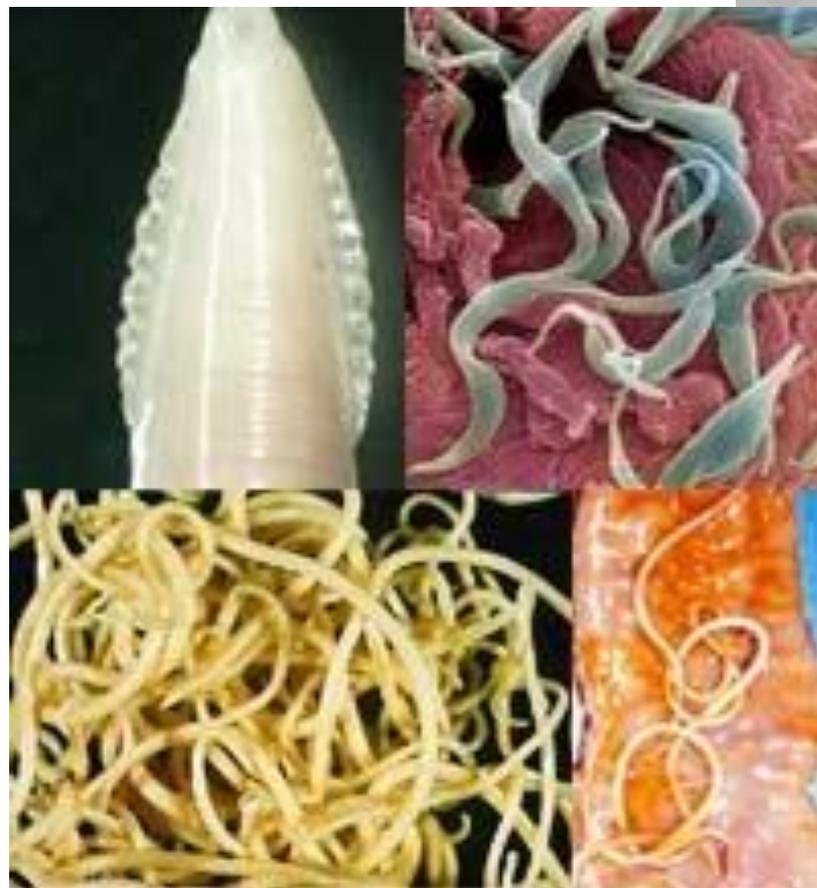




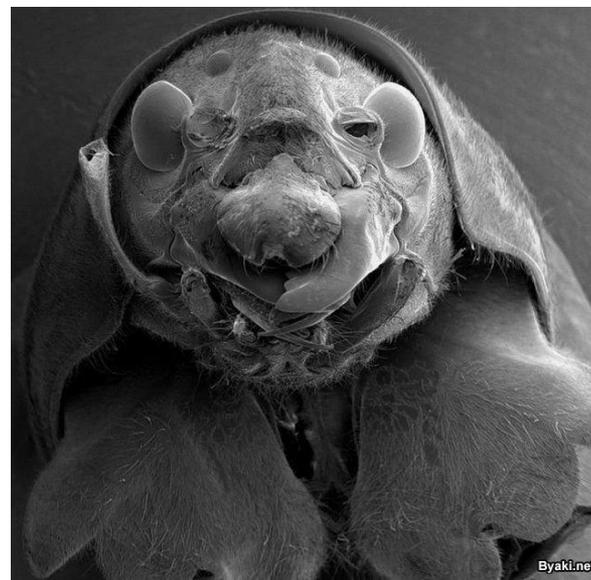
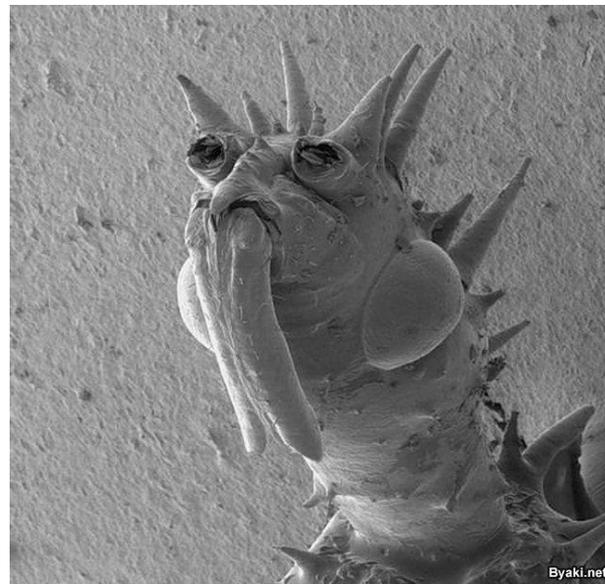
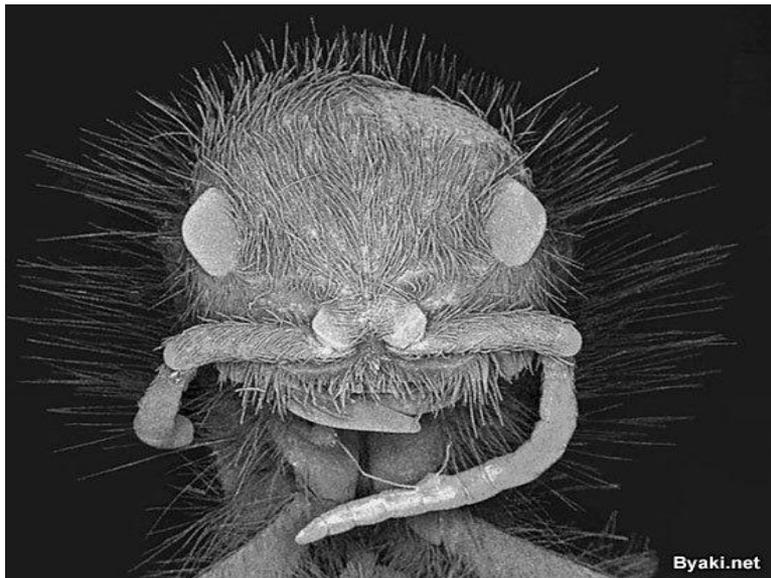
- **Вторая причина** - это огромное количество микробов, яйца глистов, которые скрываются под самым ногтем. Они могут вызвать опасные заболевания.



# ПАРАЗИТЫ, КОТОРЫЕ МОГУТ ПОПАСТЬ К ВАМ В ОРГАНИЗМ.



# МИКРОБЫ, КОТОРЫЕ ЖИВУТ У ВАС ПОД НОГТЯМИ.



# КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЭТОЙ ВРЕДНОЙ ПРИВЫЧКИ?

- Не забывайте постригать свои ноготки, чтобы их кончики вас не «соблазняли». Во время скуки или когда вам просто нечего делать, найдите себе какое-нибудь занятие.

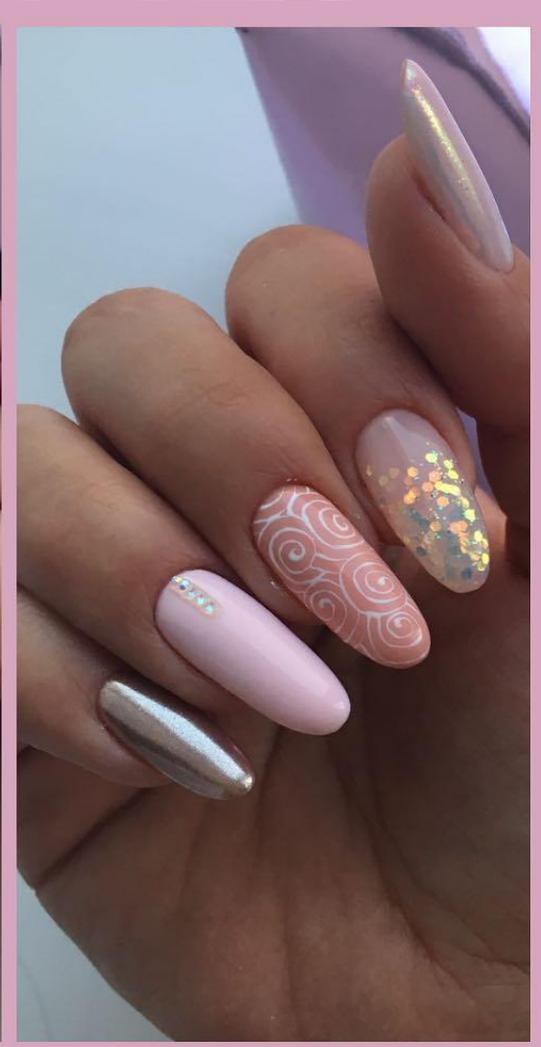


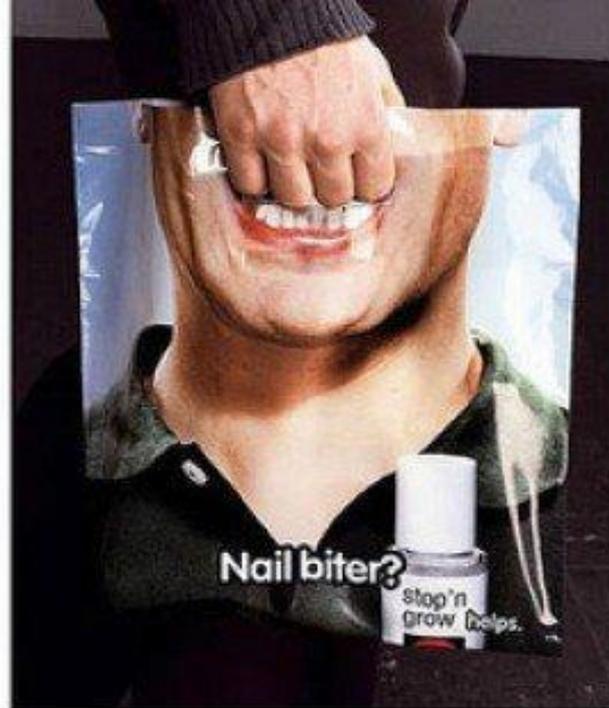
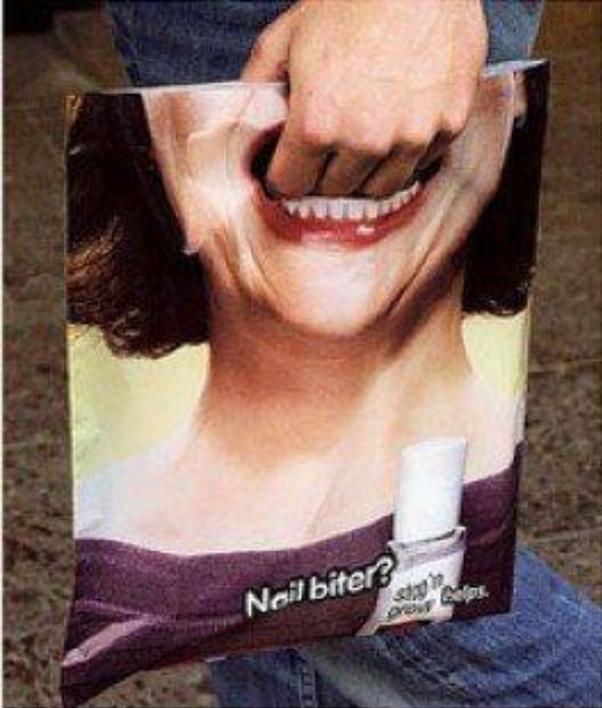
- Приобретите в аптеке специальный лак, который наносится на ногти.
- Если Вы начинаете нервничать и от этого грызете ногти, подумайте о чем-нибудь приятном.



*Если привычкой страдают девушки и женщины, то они могут направиться к мастеру по наращиванию ногтей. Акрил, с помощью которого и происходит наращивание. Если такой совет не подходит, то следует сделать роскошный дизайн ногтей. Вполне вероятно, что грызть такую красоту будет жалко.*







Реклама средства, помогающего справиться с привычкой грызть ногти.

*Бывает и так, что привычка грызть ногти является симптомом так называемого компульсивно-обсессивного синдрома. У таких людей возникают придуманные церемонии: накручивать волосы на палец, постоянно поправлять воротник либо грызть ногти.*



# ВЫВОД.

Обкусывание ногтей - это не только не красиво, но и безумно опасно. Избавиться от этой вредной привычки не просто, но ВОЗМОЖНО



ПРОСМОТР   
И С НАСТУПАЮЩИМ~

