



VIRUSAI

Tema skirta pradinio ugdymo 2 klasių mokiniams.



Jūs sužinosite:



Kas yra virusai?



Kaip galima užsikrėsti?



Ar galima sustabdyti virusų plitimą?

Virusai. Kas tai ?

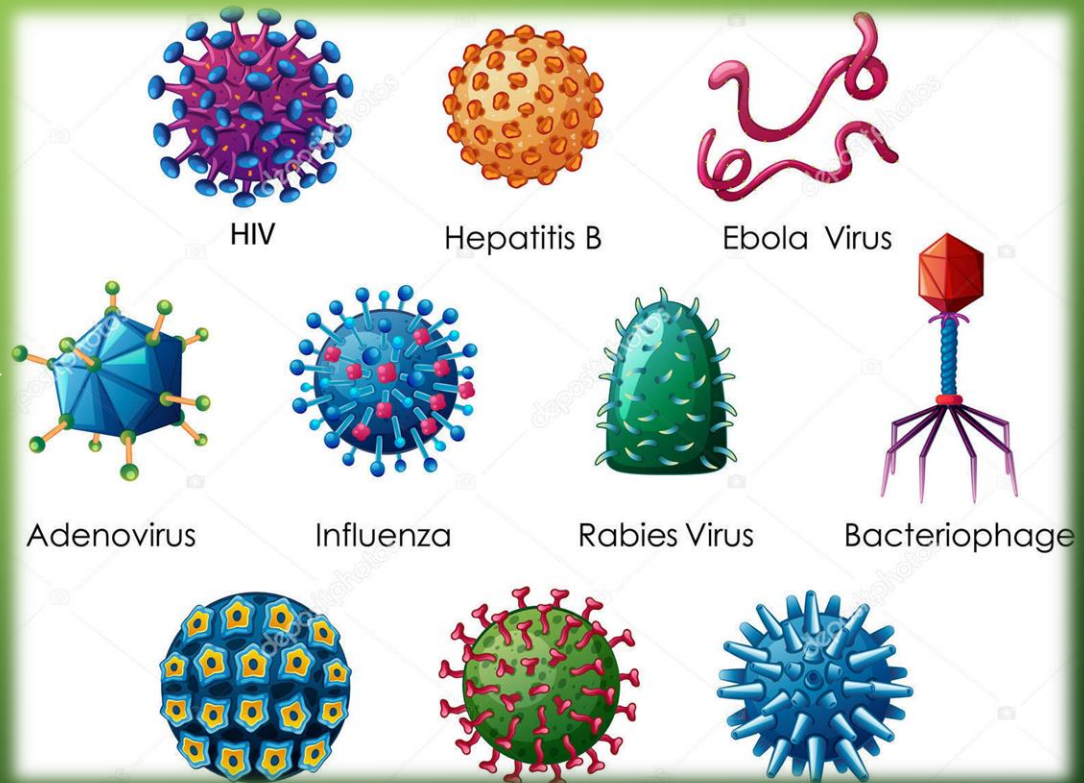
Virusai yra labai maža dalelė, kurios net su įprastu mikroskopu negalima pamatyti.

Virusai yra randami visur, kur tik yra gyvybė.



Kaip atrodo virusai?

Virusai būna
labai įvairių
formų ir
dydžių.



Kaip galima užsikrėsti?

Užsikrečiama
nuo kito
žmogaus, tačiau
tai priklauso
nuo viruso
rūšies.



Kaip jie patenka?

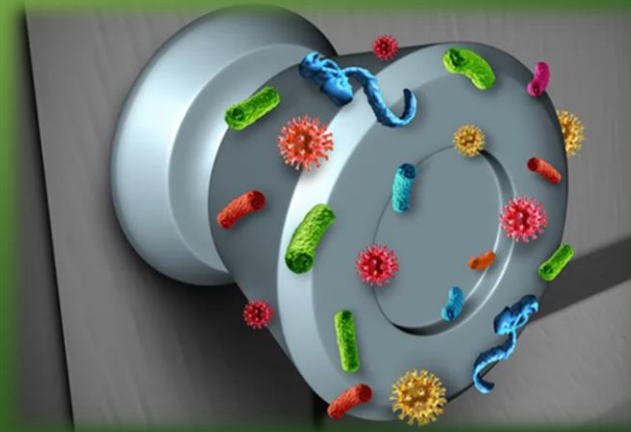
Užsikrečiama sergančiajam
kosint arba čiaudint.

Ligos sukėlėjai patenka į
orą kartu su seilių
dalelėmis.

Šios dalelės pasklinda ore
ir mes jas įkvėpiame.



Virusai gali patekti
sveikinantis ar liečiant įvairius
daiktus, paviršius - jei prieš tai
lietė, čiaudėjo ar kosėjo
užsikrėtęs žmogus.



Į mūsų
organizmą
virusai patenka
kai užterštomis
rankomis
liečiame akis,
nosį, burną.



KAS VYKSTA PATEKUS VIRUSUI?

Patekę į žmogaus organizmą virusai sukelia ligas.



Tuomet mūsų imuninė sistema užpuola virusą ir prasideda reakcija (pvz.: karščiavimas, ima skaudėti galvą ar prasideda sloga, kosulys).



Visa tai sukelia mūsų imuninė sistema – ir tai yra gerai!



Šie nemalonūs pojūčļiai rodo, ka
tavo kūnas kovoja su virusu!



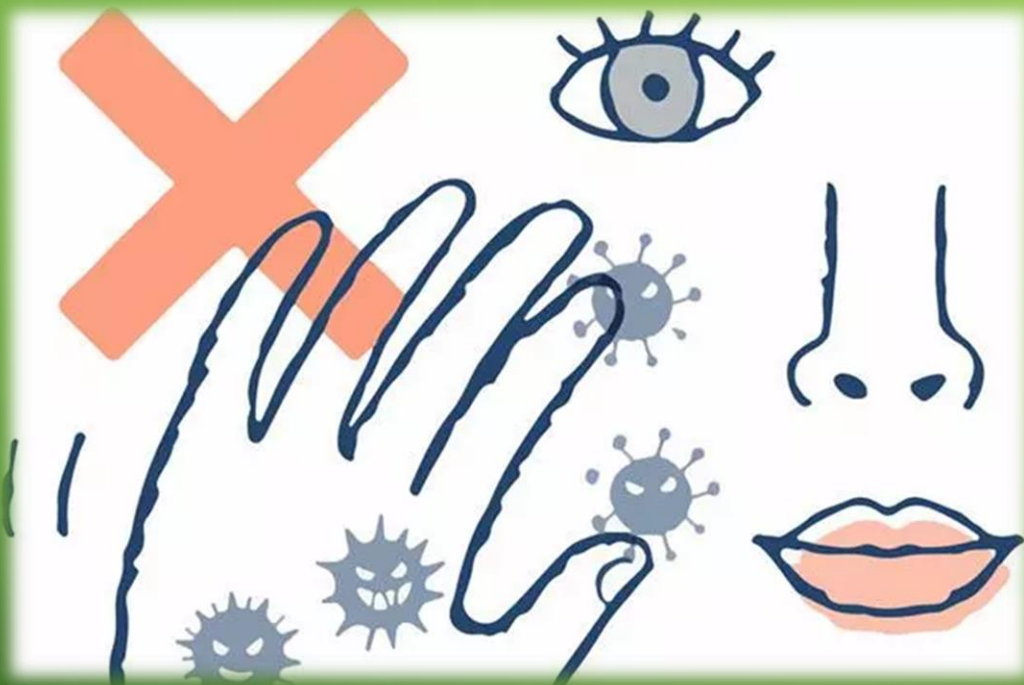
Kaip išvengti virusų ir neužsikrėsti?



Saugokis
sergančiųjų.

Laikykis asmens
higienos.
Atsakingai
plauk rankas.





Neplautomis
rankomis neliesk
veido, nosies,
akių ir burnos.

Laikykitis
dienotvarkės.
Pasistenk viską
atlikti tuo pačiu
laiku.





Nepamirški
mankštintis,
sportuoti.

Valgyk
reguliariai ir
sveikai.



Gerks vandenį,
arbatas.
Atsisakyk saldžių
gėrimų.

NESIRK! SAUGOK SAVE IR KITUS



