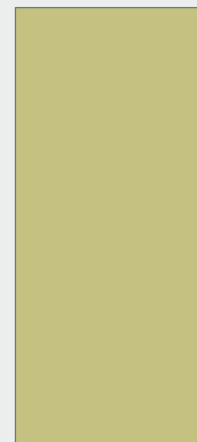


Światowy Dzień Zdrowia

w SP nr 74 w Szczecinie



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

7 kwietnia 2021 - **Światowy Dzień Zdrowia.**

Celem tego święta jest zwrócenie szczególnej uwagi na najbardziej istotne problemy zdrowotne społeczeństw na świecie.

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

Światowy Dzień Zdrowia upamiętnia rocznicę powstania Światowej Organizacji Zdrowia w 1948 roku. Wydarzenie rozpoczyna Miesiąc Zdrowia oraz rok działań pod przewodnim **tematem**. Celem obchodów święta jest poruszenie najważniejszych problemów zdrowotnych dotyczących społeczeństwa na świecie.

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

W 2021 roku hasło

Światowego Dnia Zdrowia -

**„Budujemy bardziej
sprawiedliwy i zdrowszy
świat”**

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

hello
world

**zdrowie to PRAWO
a nie przywilej**

**nadszedł czas, żeby zbudować
sprawiedliwszy i lepszy świat
dla wszystkich na całym świecie**



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

-Nasz świat nie jest równy. Jak pokazała pandemia COVID-19, niektórzy ludzie są w stanie żyć zdrowiej i mają lepszy dostęp do usług zdrowotnych niż inni - tylko dlatego, że urodzili się, żyją, pracują i starzeją w różnych częściach świata.

-Jest to niesprawiedliwe i można temu zapobiec. Dlatego Światowa Organizacja Zdrowia wzywa liderów do zapewnienia wszystkim ludziom dostępu do wysokiej jakości usług zdrowotnych, kiedy i gdzie ich potrzebują.

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

Prace uczniów naszej
szkoły związane
z edukacją zdrowotną

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

PLAKAT Przygotował: Kacper Sobkowiak, 7h

Światowy dzień zdrowia 07.04.2021

7 kwietnia 2021 obchodzimy Światowy Dzień Zdrowia. Celem tego święta jest zwrócenie szczególnej uwagi na najbardziej istotne problemy zdrowotne społeczeństw na świecie.



Światowy Dzień Zdrowia upamiętnia rocznicę powstania Światowej Organizacji Zdrowia w 1948 roku. Wydarzenie rozpoczyna Miesiąc Zdrowia oraz rok działań pod przewodnim tematem. Celem obchodów święta jest poruszenie najważniejszych problemów zdrowotnych dotyczących społeczeństwa na świecie. WHO organizuje międzynarodowe, regionalne i lokalne wydarzenia związanym z konkretnym tematem

Światowy dzień zdrowia

Plakat przygotował: Łukasz Rudowski, 7c

Choroby układu KRWIONOŚNEGO

PROFILAKTYKA:

Nadciśnienie tętnicze: dieta, zaprzestanie palenia i stresowania się, ograniczenie alkoholu, ruch, kontrola różnych spraw

Miażdżycyca: rzucenie palenia, dieta, aktywność fizyczna, utrzymywać ciśnienie tętnicze

Białaczka: badanie morfologiczne krwi obwodowej z rozmazem

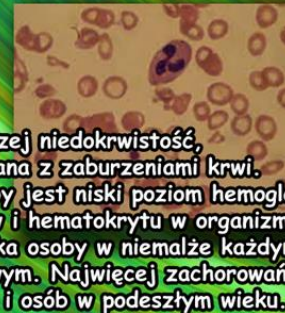
Anemia: dieta i suplementacja

MIAŻDŻYCZA - przewlekła choroba rozwijająca się w tętnicach średniej wielkości (tętnice szyjne, wieńcowe itp.) i aorcie. W ramach rozwoju choroby w naczyniach krwionośnych zaczyna odkładać się tzw. blaszka miażdżycowa składająca się z lipidów, głównie cholesterolu, włókien kolagenowych i tkanki

BIŁACZKA - (leukemia) jest chorobą nowotworową narządów krwiotwórczych, która charakteryzuje się nadmiernym i nieprawidłowym rozrostem układu białokrwinkowego i pojawieniem się we krwi obwodowej dużej ilości niedojrzałych krwinek białych. Nazwa historyczna wywodzi się od białawego koloru próbki krwi pacjenta chorego na ostrą białaczkę.

NADCIŚNIENIE TĘTNICZE jest bardzo częstą chorobą cywilizacyjną, czyli taką, która występuje w krajach i społeczeństwach wysoko rozwiniętych. Choroba jest o tyle podstępna, że przez dłuższy czas może nie dawać żadnych niepokojących objawów, przez co rozwija się „po cichu” i pozostaje nieleczona.

ANEMIA - inaczej niedokrwistość, to choroba związana z zaburzeniami krwi. Istotą tej choroby jest niski poziom hemoglobiny, erytrocytów i hematokrytu w organizmie. Przypadłość dotyka osoby w niemalże każdym przedziale wiekowym. Najwięcej zachorowań jest wśród dzieci i osób w podeszłym wieku.



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

Plakat przygotowała: Marta Kołodziej, 7a

Małe ugryzienie - duże zagrożenie



BORELIOZA

+ Jakie miejsca narażone są na pokłucie przez kleszcza ?

Kleszcze lubią miękkie, cieńsze i dobrze ukrwione obszary skóry. Chociaż kleszcza można znaleźć w dowolnym miejscu na ciele

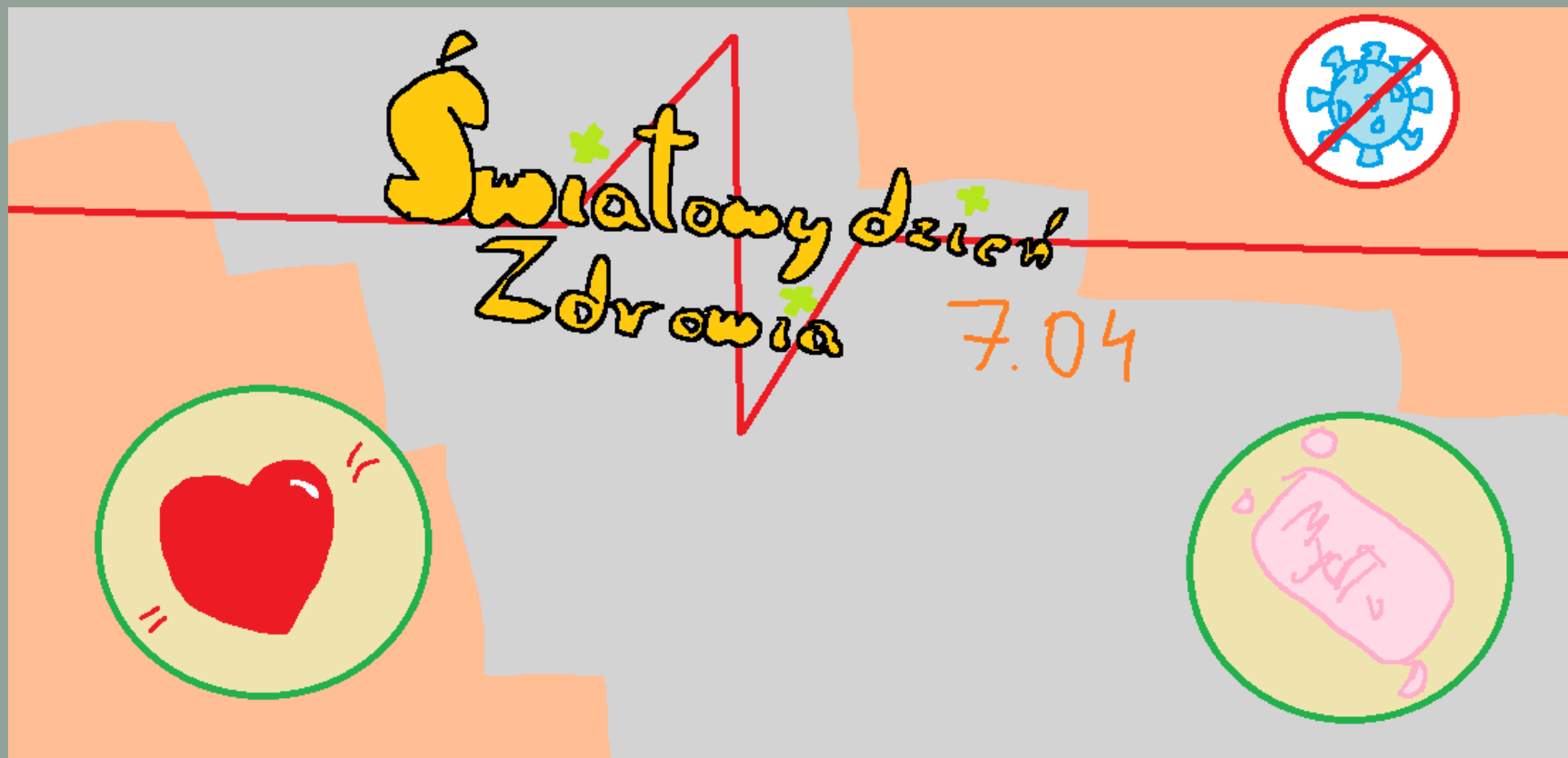
+ Najlepszą ochroną przed boreliozą jest unikanie pokłucia przez kleszcza tam, gdzie to możliwe. Dobrze jest także, gdy kleszcze są znajdowane i usuwane natychmiast. W związku z tym, iż ukłucie przez kleszcza nie powoduje bólu, po pobycie wśród natury należy dokładnie obejrzeć całe ciało.

Rana po ugryzieniu kleszcza, tak zwany Rumień wędrujący -> jest jednym z objawów boreliozy



Światowy Dzień Zdrowia

Plakat przygotowała: Roksana Winnicka, 7a







ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

PLAKAT PRZYGOTOWAŁ: DOMINIK KOWALSKI, 7f


biologia Dominik.docx - LibreOffice Writer

Plik Edycja Widok Wstaw Format Style Tabela Formularz Narzędzia Okno Pomoc

CHOROBY UKŁADU ODDECHOWEGO

GRUŹLICA	NOWOTWÓR PŁUC	ASTMA	ANGINA
			
Gruźlicę wywołują bakterie, jest zaraźliwą chorobą, przenosi drogą kropelkową, objawy: napady kaszlu, temperatura, ból w klatce	Najczęściej występujący nowotwór, 90% osób chorujących na ten nowotwór paliło papierosy, umieralność na tego raka jest wysoka	Przewlekła choroba, objawy: duszności, kaszel, świszczący oddech	Jest chorobą bakteryjną, przenosi się drogą kropelkową objawy podobne jak w przeziębieniu, ból gardła, ropne się naloty, na migdałkach, wysoka temperatura

Profilaktyka (sport, zdrowe jedzenie, badania profilaktyczne, świeże powietrze, szczepienia, unikanie dymu papierosowego, osób chorych)



Strona 1 z 1 | 73 słowa, 1 240 znaków | Domyślny styl strony | 17,36 / 0,49 | 5,65 x 3,10 | 120%

Wpisz tu wyszukiwane słowa

13:33 14.03.2021

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

kolaż przygotowany przez Marię Cymbor z klasy 7e



PROFILAKTYKA CUKRZYCY

REGULARNE KONTROLOWANIE POZIOMU CUKRU WE KRWI



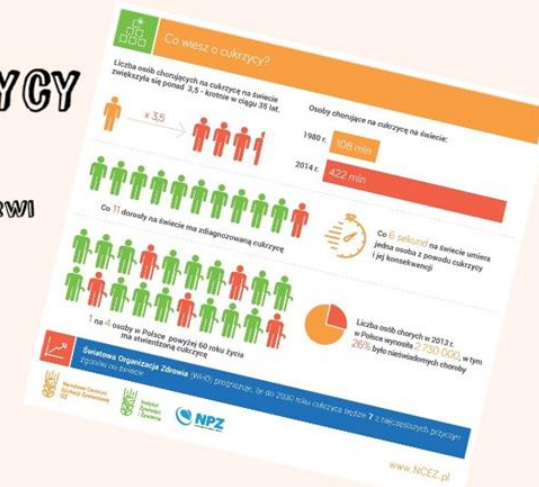
REDUKCJA MASY CIAŁA



ZDROWA DIETA



CZYTANIE ETYKIET W POSZUKIWANIU UKRYTEGO CUKRU



PICCOLLAGE

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

koláže przygotowane przez Ewelinę Rosińską z klasy 7h oraz Gabrielę Cichocką z klasy 7d

GRUŹLICA PŁUC

Gruźlica płuc jest groźną chorobą zakaźną układu oddechowego, wywołaną przez bakterie zwane prątkami gruźlicy.



PROFILAKTYKA OPIERA SIĘ NA:

- STOSOWANIU U DZIECI I MŁODZIEŻY ODWIAZKOWYCH SZCZEPION OCHRONNYCH PRZECIWKO GRUŹLICY (SZCZEPIONKA BCG)
- REGULARNE PRZEPROWADZANIE BADAŃ RADIOLOGICZNYCH (RTG), CZYLI PRZEŚWIETLEŃ KLATKI PIERSIOWEJ, PODWAŁAJĄCYCH NA WCZEŚNE WYKRYCIE ZMIAN W PŁUCACH
- LECZENIE I - W ZALEŻNOŚCI OD POTRZEZ - IZOLOWANIE CHOROBY

Badajmy się i stańmy w walce z chorobą!

Profilaktyka choroby układu krążenia



Ruch to zdrowie!
-dużo się ruszaj



Zdrowa dieta to podstawa!
-zdrowo się odżywiaj



-kontroluj swoją wagę, staraj się ją utrzymać

Zmniejsz ryzyko zawału serca o 15%!

-kontroluj i utrzymuj ciśnienie tętnicze krwi

Palenie zabija!
-nie pal

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

kolaż przygotowany przez Hanę Witek z klasy 7d

Profilaktyka chorób układu oddechowego

Jakie są czynniki chorób układu oddechowego?

Główne czynniki wpływające na pogorszenie stanu naszego układu oddechowego:

- zanieczyszczenia pyłowe
- szkodliwe gazy w powietrzu (np. Tlenek węgla)
- dym tytoniowy
- czynniki wywołujące reakcje uczuleniowe



układ oddechowy

Których więc możemy dbać o nasz układ oddechowy któremu przecież tyle zawdzięczamy??

- szczepienia ochronne
- profilaktyczne prześwietlenia klatki piersiowej
- niepalenie papierosów
- niebagatelizowanie przeziębień
- i to co moim zdaniem jest najważniejsze czyli- **AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA**



NON SMOKER

SMOKER

człowiek który nie pali

człowiek który pali

Nie dbanie o nasz układ oddechowy może być przyczyną takich chorób jak:

- zapalenie gardła
- rak płuca
- pylica płuc

I wiele, wiele więcej.

Każda z tych chorób jest nieprzyjemna a przejście przez nią jest bardzo bolesne oraz nie rzadko dość kosztowne. Niektóre choroby mogą nawet doprowadzić do śmierci (!!!)



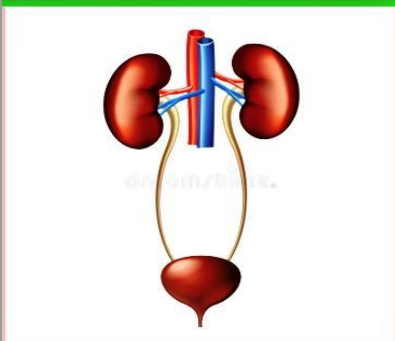
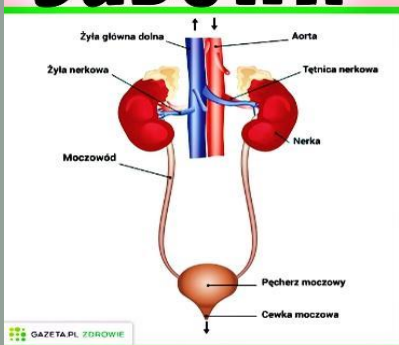
Budowa układu oddechowego

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

kolaż przygotowany przez Małgorzatę Borkowską z klasy 7d

UKŁAD WYDALNICZY

BUDOWA



CHOROBY:

- NEFROZA
- MOCZNICA
- KAMICA NERKOWA
- MOCZÓWKA PROSTA

PROFILAKTYKA

- Aby zapobiec zakażeniom bakteryjnym należy często myć dłoń i codziennie zmieniać bieliznę.
- Należy regularnie opróżniać pęcherz, przetrzymywanie moczu jest szkodliwe ze względu na rozwój bakterii.
- Zbyt ciasna bielizna powoduje otarcia naskórka i infekcje.
- Ciepły ubiór, stosowny do pogody, nie siadanie na zimnych powierzchniach chronią przed wychłodzeniem narządów.
- Odpowiednia dieta ma wpływ na pracę nerek i utrzymanie równowagi w organizmie.
- Substancje w diecie, które szkodzą:
 - nadmiar soli,
 - zbyt mała ilość spożywanych płynów (2l wody dziennie),
 - dieta bogata w szczawiany (szpinak, rabarbar, szparagi) prowadzi do powstawania kamieni nerkowych.

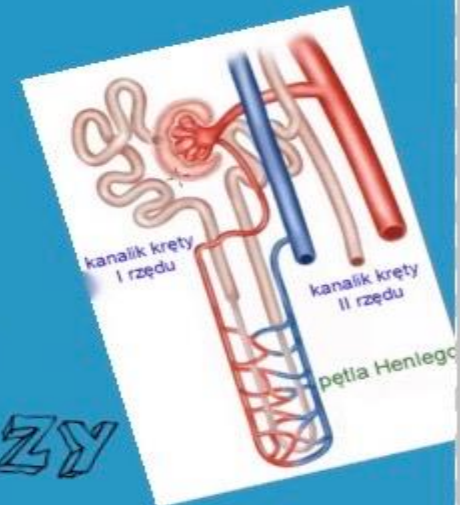
ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

kolaż przygotowany przez Oliwię Gibałą z klasy 7d

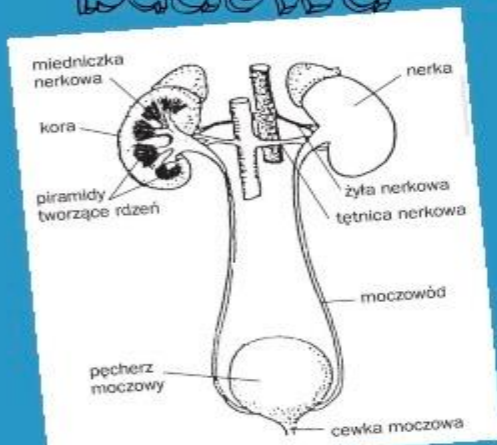
Profilaktyka i Higiena

- Aby zapobiec zakażeniom bakteryjnym należy często myć dłoń i codziennie zmieniać bieliznę.
- Należy regularnie opróżniać pęcherz, przetrzymywanie moczu jest szkodliwe ze względu na rozwój bakterii.
- Zbyt ciasna bielizna powoduje otarcia naskórka i infekcje.
- Ciepły ubiór, stosowny do pogody, nie śladanie na zimnych powierzchniach chronią przed wychłodzeniem narządów.
- Odpowiednia dieta ma wpływ na pracę nerek i utrzymanie równowagi w organizmie.
- Substancje w diecie, które szkodzą:
 - nadmiar soli,
 - zbyt mała ilość spożywanych płynów (2l wody dziennie),
 - dieta bogata w szczawiany (szpinak, rabarbar, szparagi) prowadzi do powstawania kamieni nerkowych.

choroby



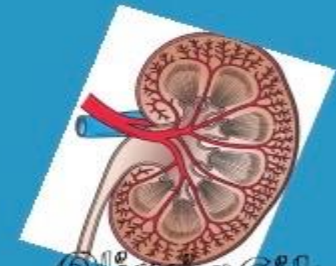
budowa



UKŁAD WYDALNICZY

wydalanie

- Wydalanie to proces usuwania z organizmu zbędnych i szkodliwych produktów przemiany materii.
- Służy do tego układ wydalniczy.
- Narządy wspomagające proces wydalania to skóra i układ oddechowy.



OliwiaGibala

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

kolaż przygotowany przez Oliwiera Łagodzkiego z klasy 7d



zdrowe płuca

Przewlekłe choroby układu oddechowego

- Astma oskrzelowa (najczęstsza)
- Mukowiscidoza
- Dysplazja oskrzelowo-płucna
- Dyskinezja rzęsek
- Choroby śródmiąższowe
- Wady układu oddechowego

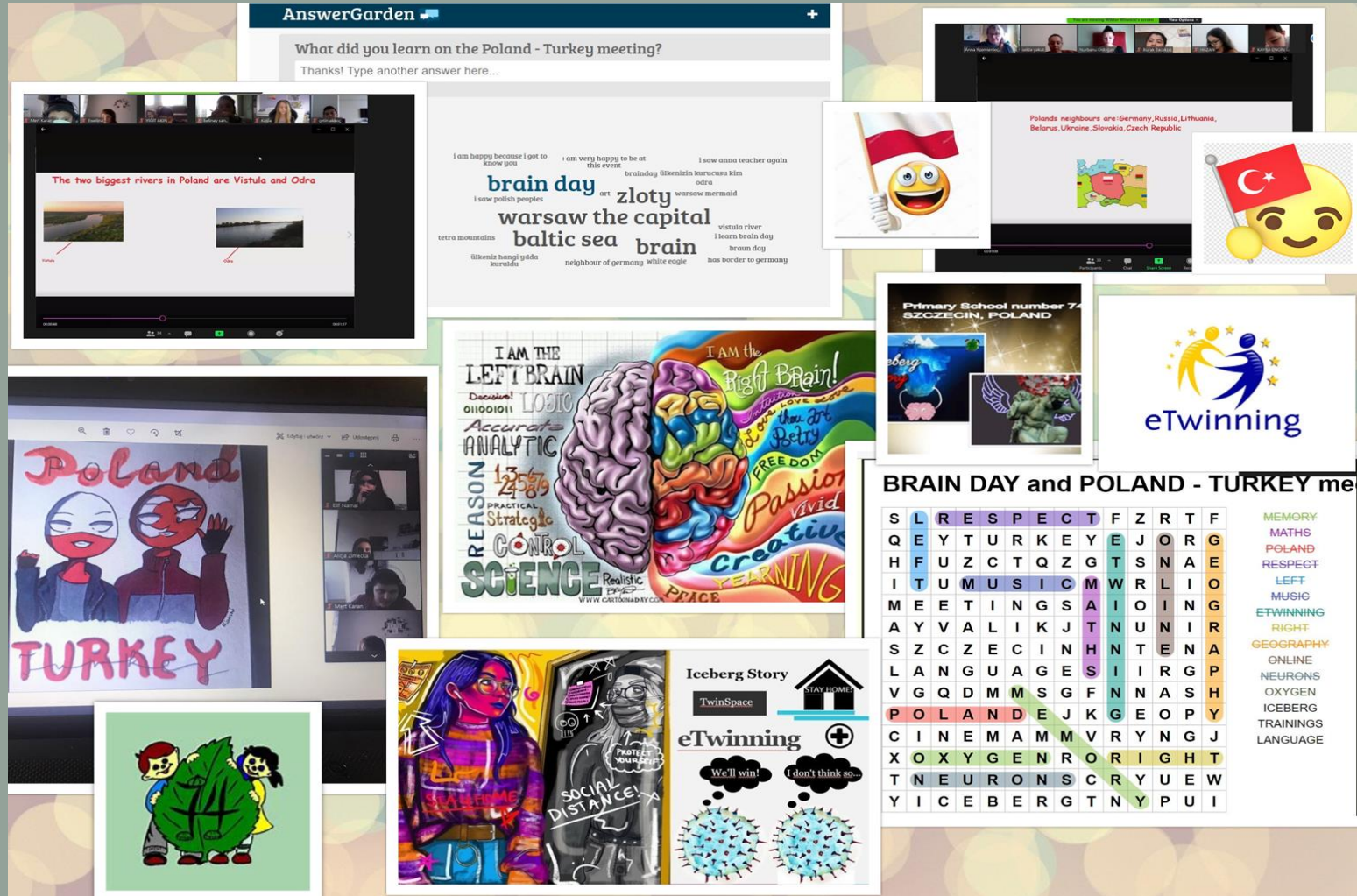
Aby uniknąć wystąpienia chorób układu oddechowego, należy dbać o dobry stan zdrowia całego organizmu. Ważna jest więc właściwe odżywianie się i dobra kondycja fizyczna. Systematyczne uprawianie sportu zwiększa pojemność i wydajność płuc oraz zapobiega nadwadze, która mogłaby powodować obciążenie płuc i układu krążenia.



zniszczone płuca

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

kolaż ze spotkania online klasy 7h z rówieśnikami w Turcji w ramach międzynarodowego projektu eTwinning ICEBERG STORY w trakcie Światowego Dnia Mózgu



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

UWAGA UCZNIOWIE

Zachęcamy do wzięcia udziału w konkursie

„Lirycznie zaszczepieni” organizowanym przez WSSE

W konkursie należy napisać autorski **utwór poetycki**, o pozytywnym przekazie, poruszający tematykę profilaktyki koronawirusa SARS-COV-2 oraz szczepień przeciw COVID-19.

Utwór powinien być napisany w języku polskim, w formie wydruku z komputera.

Zgłoszenia do 14 marca do nauczycieli biologii lub języka polskiego.

netografia

<https://www.gov.pl/web/psse-opole/swiatowy-dzien-zdrowia-2021>

Opracowanie:

Sylwia Gwardys-Szczęsna i Anna Rzemieniecka

Dziękujemy