



موضوع:

تاریخ:

نام و نام خانوادگی:

هدف:

۱- بیماری چیست؟ به هر مشکلی که کار و نظم طبیعی اندامهای بدن را به هم بزند، بیماری می گوئیم.

۲- بیماری ها به چند دسته تقسیم می شوند؟

واگیردار و مسری: بیماری که از فردی به فرد دیگر منتقل میشود و عاملش میکروبهای بیماری زاست مثل آنفولانز

انواع بیماری

غیرواگیردار و غیر مسری: بیماری که به کسی منتقل نمیشود، عامل غیر میکروبی دارد و علت آن اختلال در کار دستگاههای بدن می باشد.

۳- میکروب چیست؟ موجودات ریزی که با میکروسکوپ دیده می شوند، به همین علت به آنها میکروب می گویند. میکروبا شامل باکتریها، قارچها و ویروسها هستند. بعضی از میکروبا بیماری زا می باشند.

۴- جانوران ناقل بیماری چه جانورانی هستند؟ بعضی میکروبا در بدن جانوران زندگی می کنند، به همین علت به این جانوران ناقل بیماری می گویند. مثلا نوعی پشه ناقل بیماری مالاریا و سگ ناقل بیماری هاری است.

۵- سدهای دفاعی بدن را توضیح دهید. میکروبها برای اینکه ما را بیمار کنند، باید از دو سد دفاعی بدن عبور کنند.

سد اول شامل پوست و مخاط بینی و راههای تنفسی می باشد. پوست بدن از ورود میکروبها جلوگیری می کند؛ مگر زخم یا خراشی در پوست ایجاد شود، میکروبا می توانند وارد بدن شوند. وقتی نفس می کشیم، میکروبها وارد بینی می شوند؛ اما مخاط بینی و راههای تنفسی تا حدی از ورود آنها جلوگیری می کنند.

سد دوم شامل گلبولهای سفید است. اگر میکروبها از سد اول عبور کنند با سد دوم دفاعی بدن یعنی گویچه سفید روبه رو می شوند. بعضی گویچه های سفید به میکروبها حمله می کنند و آنها را می خورند. به این گلبولهای سفید بیگانه خوار می گویند. بعضی از گلبولهای سفید موادی به نام پادتن ترشح می کنند. پادتن، میکروبها را غیر فعال می کند. گویچه های سفید بیگانه خوار این میکروبهای غیر فعال را راحت تر می خورند.

۶- اگر میکروبها از سد دفاعی بدن عبور کنند، چه اتفاقی می افتد؟ میکروبهایی که موفق شده اند از سدهای دفاعی بدن عبور کنند در جاهای متفاوت بدن ساکن می شوند؛ مثلا میکروب سل در ششها قرار می گیرد و سبب تخریب ششها می شود. بعضی میکروبها با ترشح سم به بدن آسیب می رسانند؛ مثلا میکروب گلودرد چرکی که در گلو قرار می گیرد، سمی ترشح می کند که با جریان خون به قلب می رود و به آن آسیب می رساند.

۷- چرا بعضی از افراد زودتر مریض می شوند؟ زیرا مقاومت بدن آنها کم است، هر چه مقاومت بیشتر باشد، میکروبا سریعتر از بین می روند.

۸- چگونه می توانیم مقاومت بدن را افزایش دهیم؟ ورزش کردن - خوردن غذاهای کافی و متنوع - واکسن زدن

۹- واکسن چگونه از بدن ما در مقابل میکروبها محافظت می کند؟ وقتی واکسن وارد بدن می شود، گلبولهای سفید علیه آن پادتن می سازند. هر بیماری واکسن مربوط به خود را دارد. بعضی از واکسنها بدن را برای تمام عمر نسبت به آن بیماری مقاوم می کنند، اما برای بعضی از بیماریها باید چند نوبت واکسن دریافت کنیم.

۱۰- عوامل موثر در ابتلا به بیماریهای غیر واگیردار چیست؟ نوع تغذیه در ایجاد بعضی از بیماریهای غیرواگیر نقش دارد؛ مثلا در صورتی که به اندازه ی لازم غذاهایک لسیمدار مصرف نکنید، ممکن است استخوانهایتان نرم بمانند و با کمترین ضربه شکسته شوند. افرادی که غذاهای پر نمک و سرخ شده باروغن فراوان می خورند در معرض خطر بیماری فشارخون قرار دارند.

۱۱- سرما خوردگی با آنفولانزا چه تفاوتی دارد؟ سرماخوردگی با آنفولانزا فرق میکند. ویروس سرماخوردگی در یاخته های بینی قرار میگیرد، درحالی که ویروس آنفولانزا در یاخته های ششها ساکن میشود. آنفولانزا معمولا همراه با تب، درد و سرفه است. برخی از علامتهای بیماری کووید ۱۹ شبیه آنفولانزا است. در بیماران کووید ۱۹ گاهی تنگی نفس شدیدی ایجاد میشود که معمولا در آنفولانزا دیده نمی شود.





موضوع:

تاریخ

نام و نام خانوادگی

هدف:

۱۲- رفتار سالم چیست؟ به رفتاری که باعث تداوم سلامت در بدن شود، رفتار سالم می گویند. مثلاً با کارهای ساده‌ای مانند مسواک زدن، نشکستن چیزهای سخت با دندان، خوردن غذاهای کلسیم‌دار و پروتئین‌دار می‌توانیم دندان‌های سالمی داشته باشیم. همچنین درست نشستن، درست راه رفتن و انجام دادن نرمش‌های مناسب از آسیب رسیدن به ستون مهره‌ها جلوگیری می‌کند. ورزش کردن سبب تقویت ماهیچه‌ها و قلب و احساس نشاط در بدن میشود. کمک کردن به دیگران، مهربانی، خوشرویی و رفتار درست و محترمانه با اطرافیان به سلامت روح و روان ما کمک می‌کند.

۱۳- چند مورد از باکتریهای مفید را مثال بزنید. باکتریها گروهی از میکروبها هستند. انواعی از باکتریها درون و روی بدن ما زندگی میکنند. مثلاً در روده ی ما باکتریهایی هست که ویتامین تولید میکنند. بعضی باکتریها که در پوست ما زندگی میکنند، باکتریهای زیان آور را از بین می‌برند.

در بعضی جاها فاضلاب را با باکتری های خاصی تصفیه و بی ضرر میکنند و از آن برای آبیاری درختان و فضاهاى سبز استفاده میکنند.

