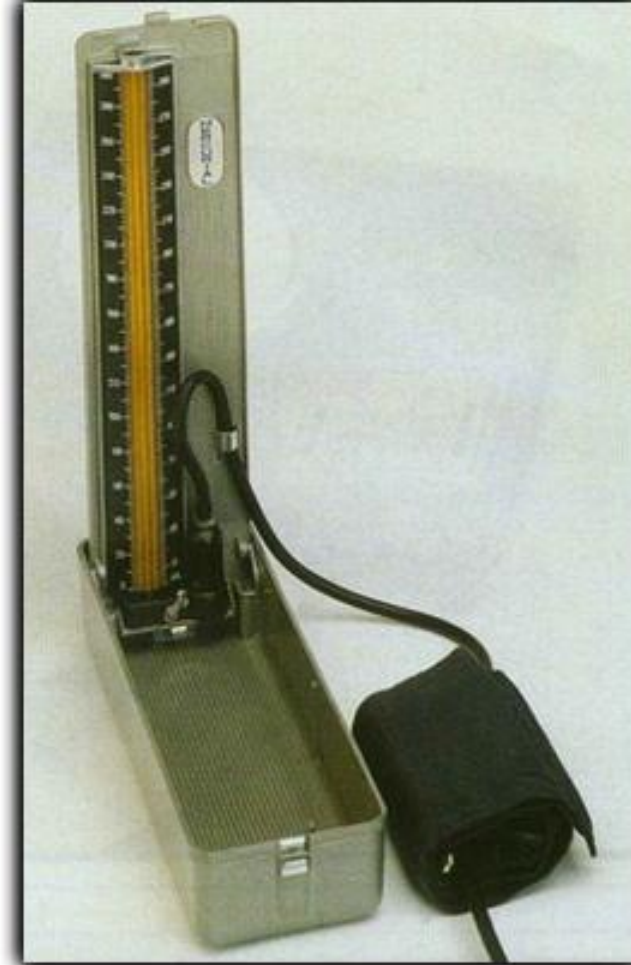


Тема: Гигиена сердечно-сосудистой системы

Цели:

- **Раскрыть материал о резервах работы сердца, необходимости постоянного обеспечения сердца кислородом и питательными веществами**
- **Изучить влияние алкоголя, табака, гиподинамии на кровеносную систему человека**
- **Выяснить меры первой помощи при заболеваниях сердца и сосудов**



Различные модели тонометров

Братякова С.Б,



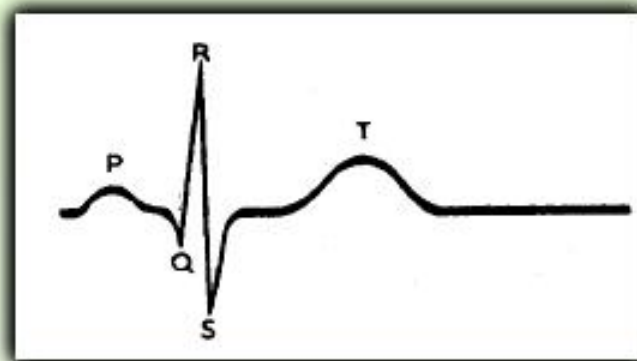
Гипертонический криз – это резкое и значительное повышение артериального давления.



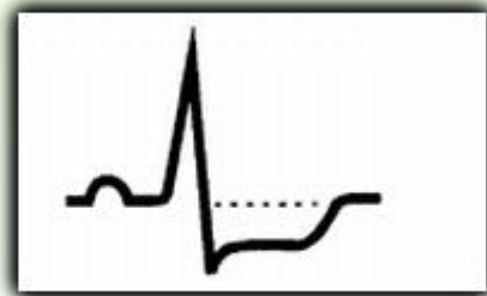
*

Браунов О.

3



ЭКГ здорового человека



**ишемия
(депрессия ST- сегмента)**



**острый инфаркт миокарда
(подъем ST- сегмента)**

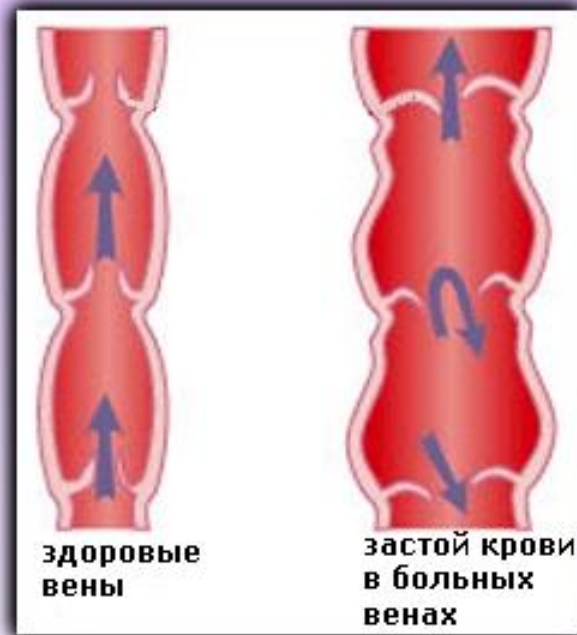
Братякова С.Б,



**При наличии болей в сердце
обязательно обратиться к врачу.**



Варикозное расширение вен



Варикоз — заболевание, которое проявляется резким увеличением диаметра подкожных вен, истончением их стенки и образованием узлов

Варикозное расширение вен



Варикозное расширение вен часто наблюдается у парикмахеров, учителей и тех, кто вынужден подолгу стоять в течение дня

*

Братякова С.Б,

7



Многие юноши и девушки активному отдыху предпочитают компьютер или телевизор



ГИПОДИНАМИЯ



Братякова С.Б,



**Ведет к сужению
кровеносных
сосудов**



**Провоцирует
головные боли**



**Кровь переносит
меньше кислорода**

Курение



**Повышает вероятность
инсульта в 2,21 раза**

**Повышает
кровяное
давление**

**Нарушает
кровоснабжение
мышц ног**

*

Братикова С.В.



Алкоголь — до беды один шаг



**Привыкание наступает
очень быстро!**

*

Братякова С.Б.,

10

Домашнее задание :
§ 24