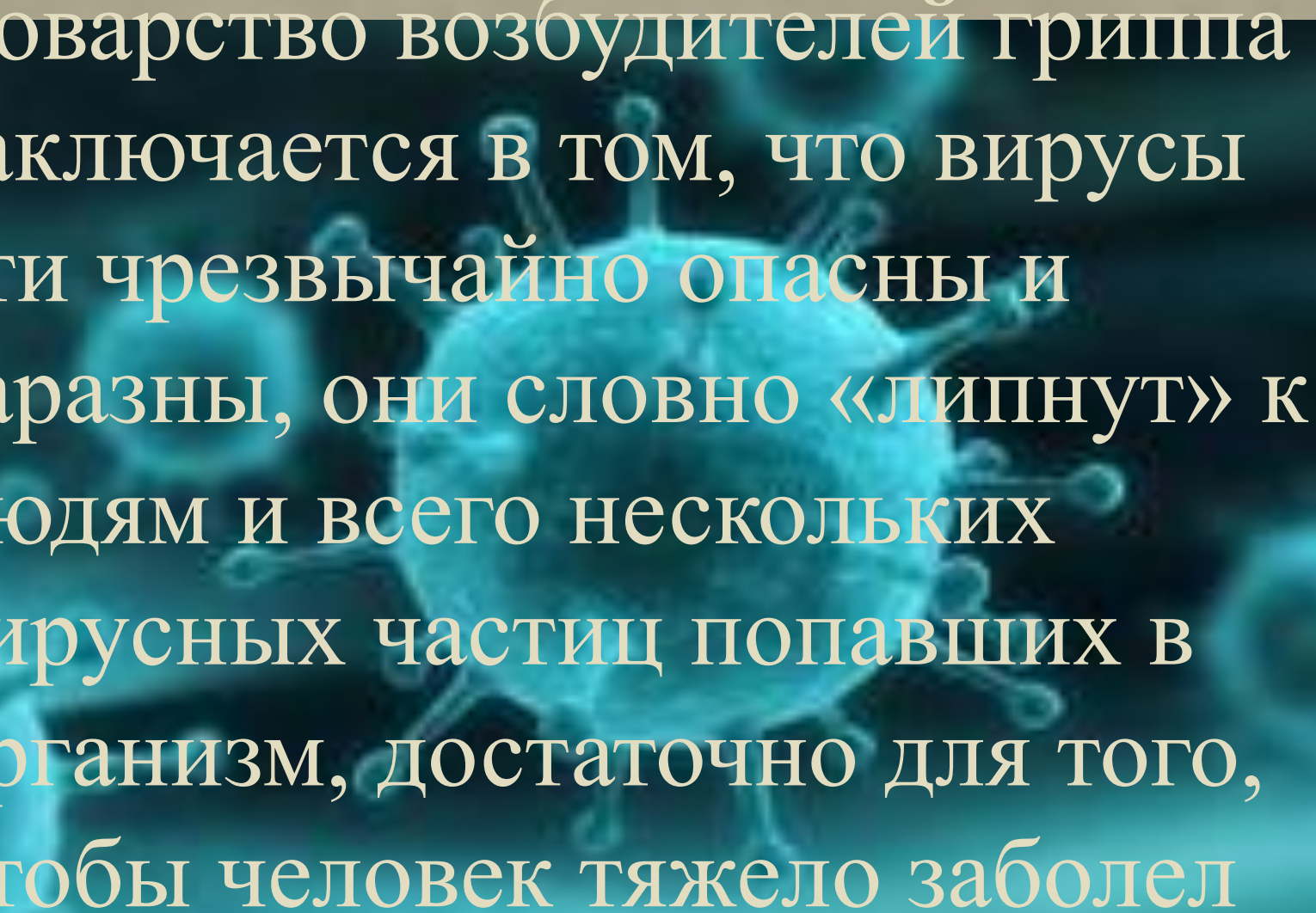


МАСКА – СРЕДСТВО ЗАЩИТЫ ОТ ГРИППА И ОРВИ



*ГРИПП - ОСТРОЕ ИНФЕКЦИОННОЕ
ЗАБОЛЕВАНИЕ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ,
КОТОРОЕ ПЕРЕДАЕТСЯ ВОЗДУШНО-
КАПЕЛЬНЫМ ПУТЕМ*





Коварство возбудителей гриппа заключается в том, что вирусы эти чрезвычайно опасны и заразны, они словно «липнут» к людям и всего нескольких вирусных частиц попавших в организм, достаточно для того, чтобы человек тяжело заболел

Как защитить себя?



Если в период эпидемии гриппа и
острых респираторных вирусных
инфекций носить

защитную маску,
то можно защитить
организм человека
от вирусных
заболеваний



Защита против гриппа и
острых респираторных вирусных
инфекций: _____
защитная маска.



ЦЕЛЬ БЕСЕДЫ

- Выявление роли вспомогательных средств, которые применяются для предотвращения распространения вирусной инфекции



ЗАДАЧИ

- Изучить литературу по теме исследования.
- Оценить эффективность профилактических средств против гриппа и ОРВИ среди обучающихся начальной школы.
- Создать информационный буклет для обучающихся и их родителей.
- Разработать и провести викторину по теме «В здоровом теле - здоровый дух».

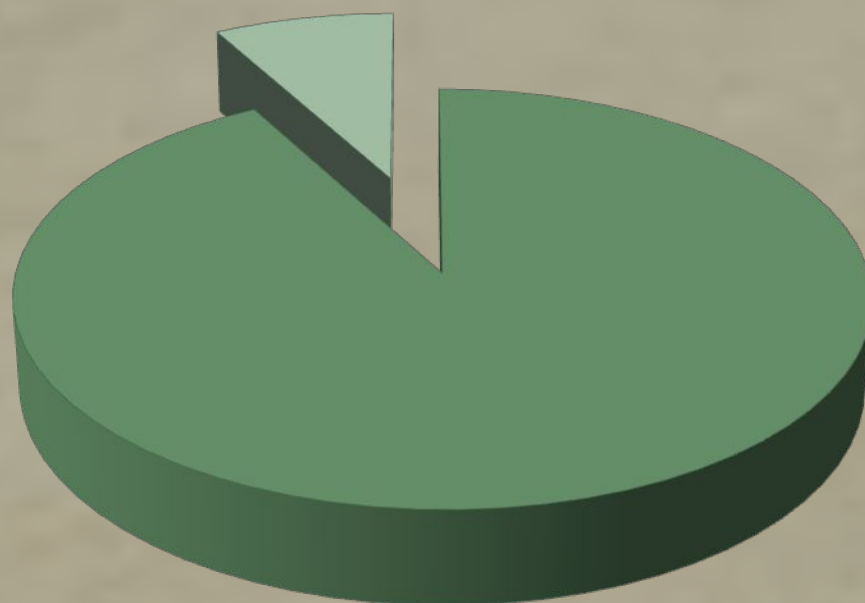
Защитные маски должны быть удобными, мягкими, не вызывающими раздражения кожи лица

- *Применение защитных масок очень широкое. В первую очередь они используются в медицинских учреждениях работниками и пациентами. Маска не допускает попадания вирусов, бактерий и частичек пыли в дыхательные пути человека.*



РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ

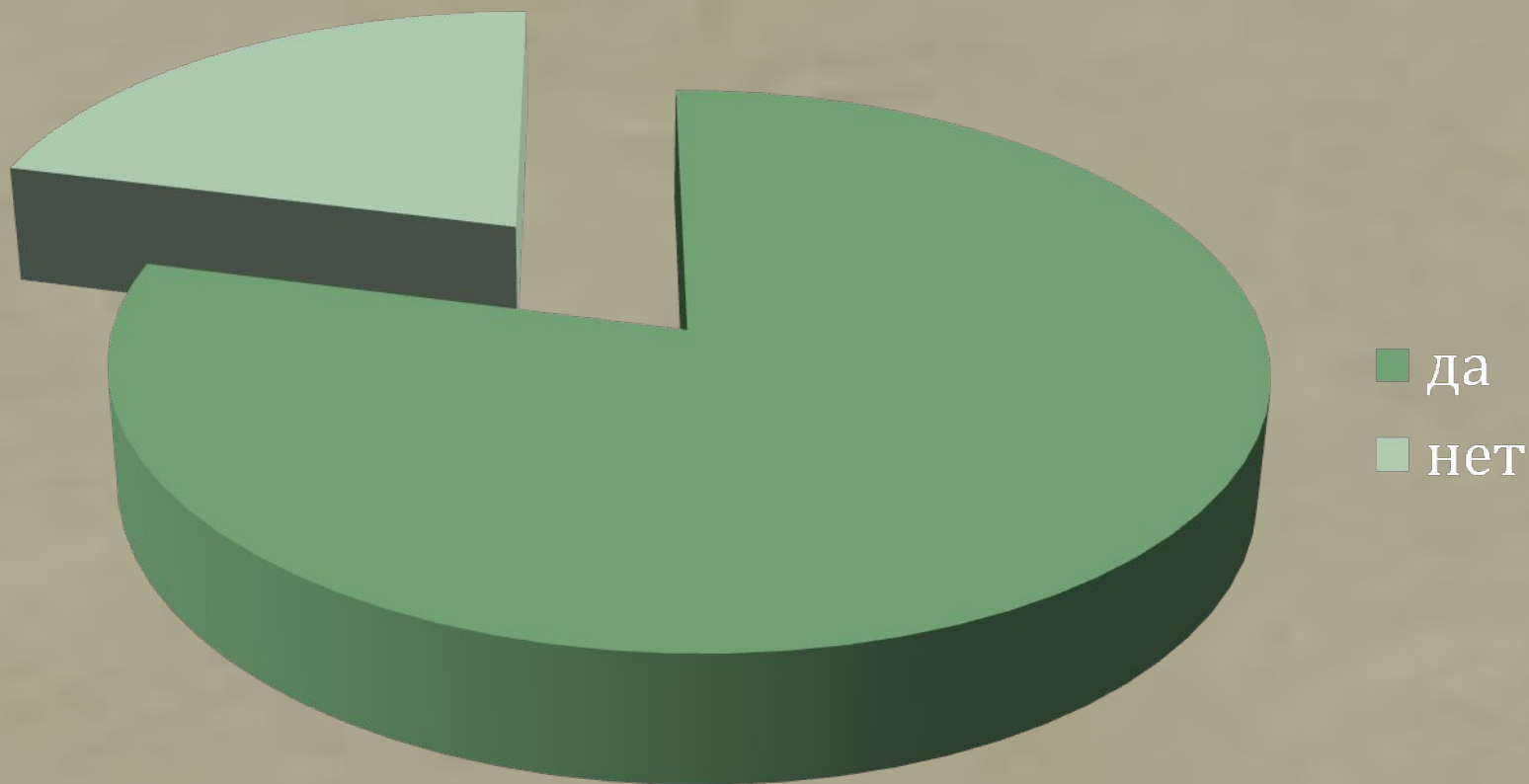
Что такое грипп?



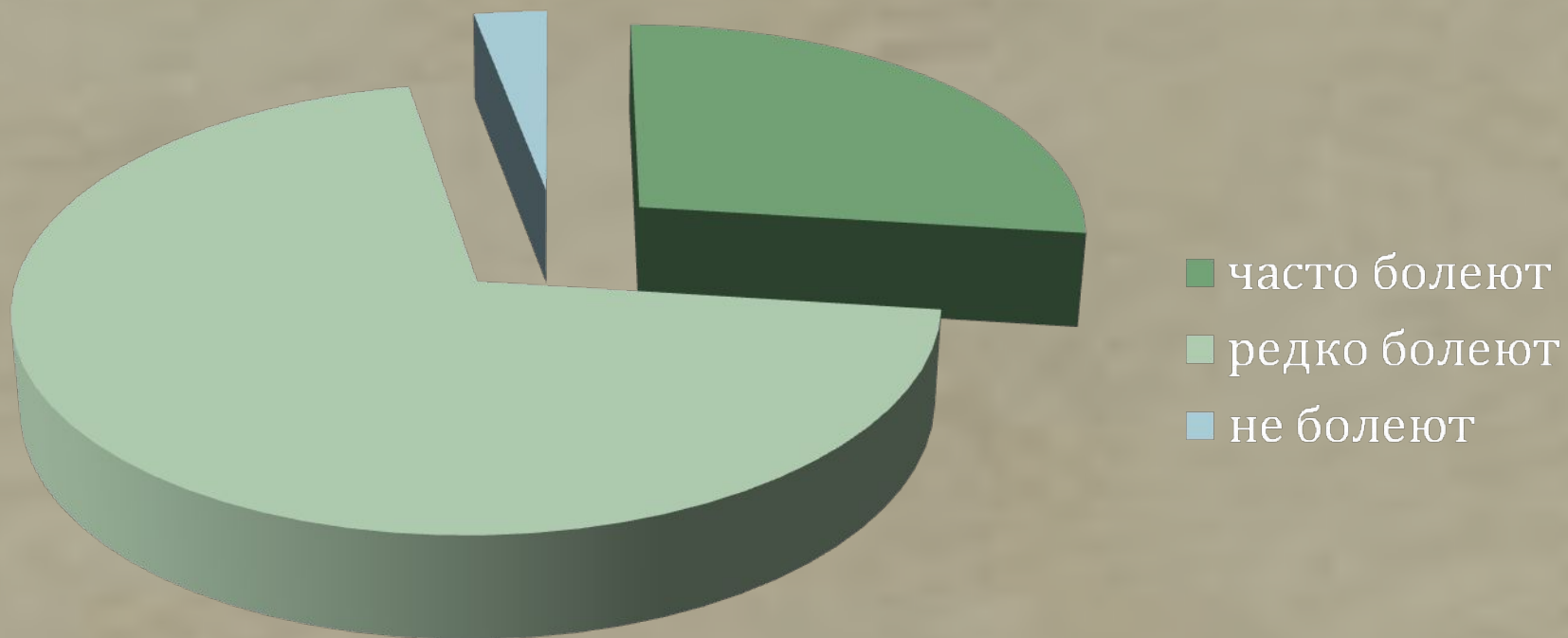
■ знают, что такое грипп

■ не знают

ЗАНИМАЕТЕСЬ ЛИ ВЫ ПРОФИЛАКТИКОЙ ЗАБОЛЕВАНИЯ?



КАК ЧАСТО БОЛЕЕТЕ?





Способы защиты во время эпидемии гриппа и ОРВ

- избегать контакта с людьми, у которых проявляются симптомы гриппозной инфекции;
- ограничить посещение мест большого скопления людей;
- часто проветривать помещение;
- часто мыть руки с мылом;
- стараться не касаться глаз, носа или рта немытыми руками;
- избегать объятий, поцелуев и рукопожатий;
- прикрывать нос и рот при чихании или кашле одноразовой носовой салфеткой, которую сразу же после использования нужно выбросить;
- если у человека есть симптомы гриппа, то необходимо держаться от него на расстоянии не меньше двух метров

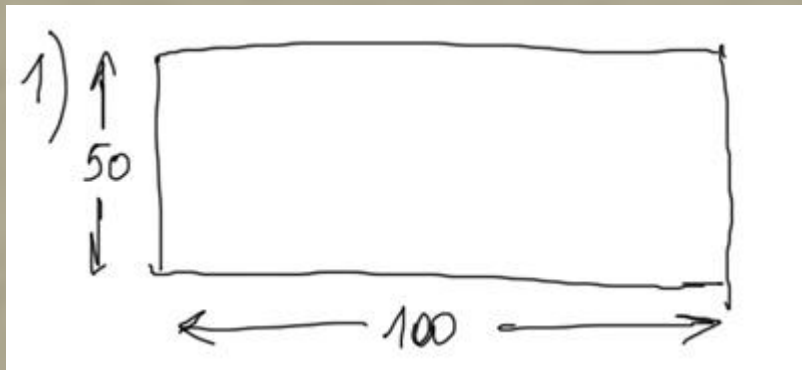
КАК НОСИТЬ МАСКУ ПРАВИЛЬНО

- Маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров.
- Старайтесь не касаться закрепленной маски. Если вы коснулись маски, например чтобы снять ее или промыть, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством.
- Влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- Не используйте повторно одноразовую маску;
- Использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить.

КАК СДЕЛАТЬ ЗАЩИТНУЮ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

СПОСОБ № 1

- Нужно взять 4 отрезка марли размером 14x7 см и 2 длинных отрезка бинта примерно 60—70x5 см (для завязок). Также необходимы иголка и нитка. Если марли в аптеке не оказалось, то можно заменить ее бинтом, сложенным вчетверо. Можно изготовить повязку и из обычной чистой хлопчатобумажной ткани.



Мы активно использовали медицинские маски как защиту от вируса



ИНФОРМАЦИОННЫЙ БУКЛЕТ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ И РОДИТЕЛЕЙ

5 шагов против гриппа

Первый шаг: Соблюдайте правила гигиены!

Необходимо соблюдать правила личной гигиены: регулярно и тщательно мыть руки, принимать водные процедуры, следить за чистотой одежды.

Второй шаг: Полезные привычки – залог здоровья!

Соки, свежие овощи и фрукты, богатые витаминами, помогут защитить организм от вирусов, а утренняя зарядка и правильный распорядок дня помогут оставаться бодрым весь день.

Третий шаг: Здоровье нужно укреплять!

Регулярные занятия спортом, прогулки на свежем воздухе и закаливание укрепят здоровье и научат организм сопротивляться простуде и гриппу.

Четвертый шаг: Профилактика необходима!

В случае угрозы эпидемии следуй советам врача и не бойся делать прививки – они защитят от опасных микробов.

Пятый шаг: Осторожно – грипп! Соблюдай постельный режим, если ты заболел. Не стоит приглашать друзей в гости – они могут заразиться. Маска защитит тебя от вирусов.



г. Лангепас 2013 год

Маска – средство защиты
от гриппа



Как изготовить медицинскую
маску

Выполнила: Бузняя Арина
ученица 4 «Б» класса
ЛГ МБОУ СОШ № 1

Научный руководитель: Чижик Е. А.
учитель начальных классов

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БУКЛЕТ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ И РОДИТЕЛЕЙ

КАК СДЕЛАТЬ ЗАЩИТНУЮ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ САМОМУ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Если вам не удалось купить маску в аптеке, ее можно сделать дома.

СПОСОБ № 1

Нужно взять 4 отрезка марли размером 14x7 см и 2 длинных отрезка бинта примерно 60—70x5 см (для завязок). Также необходимы иголка и нитка. Если марли в аптеке не оказалось, то можно заменить ее бинтом, сложенным вчетверо. Можно изготовить повязку и из обычной чистой хлопчатобумажной ткани.

Шаг 1. Две длинные полоски марли свернуть в трубочки и прошить по всей длине



Шаг 2. Обшить по периметру большие лоскуты марли, сложенные в 4 слоя, подвернуть края будущей повязки внутрь и еще раз прошить.



Шаг 3. По верхнему и нижнему краю пришить завязки



Шаг 4. Примерьте повязку: она должна закрывать рот и нос.

Поле



Вывод

- Не ищите альтернативы маскам. Маска является стандартным медицинским средством защиты. Проводимые исследования позволяют сделать вывод, что ношение масок может ограничить распространение вируса.



*ПОМНИТЕ!
ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА — ЭТО УКРЕПЛЕНИЕ
ИММУНИТЕТА, СПОРТ И ПРОФИЛАКТИКА
ЗАБОЛЕВАНИЙ.*

