Dzień dobry.

Po wczorajszej dość trudnej lekcji dzisiaj trochę łatwiejszy temat. Zapiszcie go do zeszytów:

**T: Higiena i choroby układu wydalniczego**

* Nasze nerki są filtrem całego organizmu, trzeba dbać zarówno o nie jak i o drogi moczowe. Poniżej w punktach wymienimy najważniejsze zasady profilaktyki układu wydalniczego. Zapiszcie je jako notatkę do zeszytu.

1. Profilaktyka układu wydalniczego:

- dbanie o higienę, codzienne mycie całego ciała, zwłaszcza miejsc intymnych

- codzienne zmienianie bielizny osobistej

- odpowiedni ubiór dostosowany do warunków pogody

- nie zatrzymywanie moczu, regularne opróżnianie pęcherza moczowego

- odpowiednia dieta z ograniczoną ilością soli kuchennej

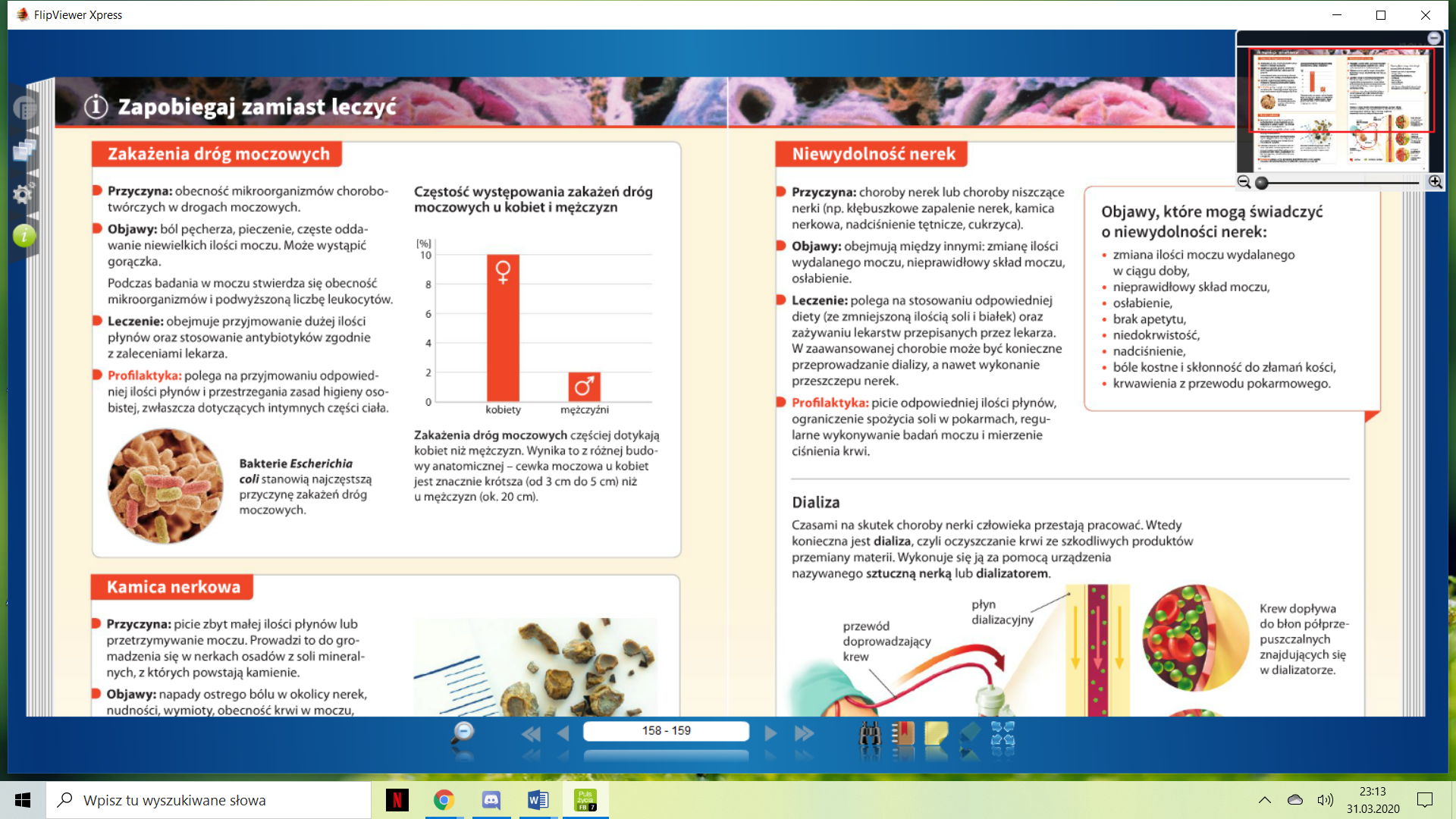
- odpowiednie nawodnienie organizmu

* Drugi a zarazem ostatni punkt naszej lekcji to choroby układu wydalniczego. Mogą być one wywołane zarówno nieprzestrzeganiem profilaktyki jak i zakażeniem przez mikroorganizmy chorobotwórcze.
* Poniżej w punktach zapisane są te choroby – zapiszcie je jako punkty w notatce. Dodatkowo wklejam opis tych chorób (opisów nie przepisujcie).

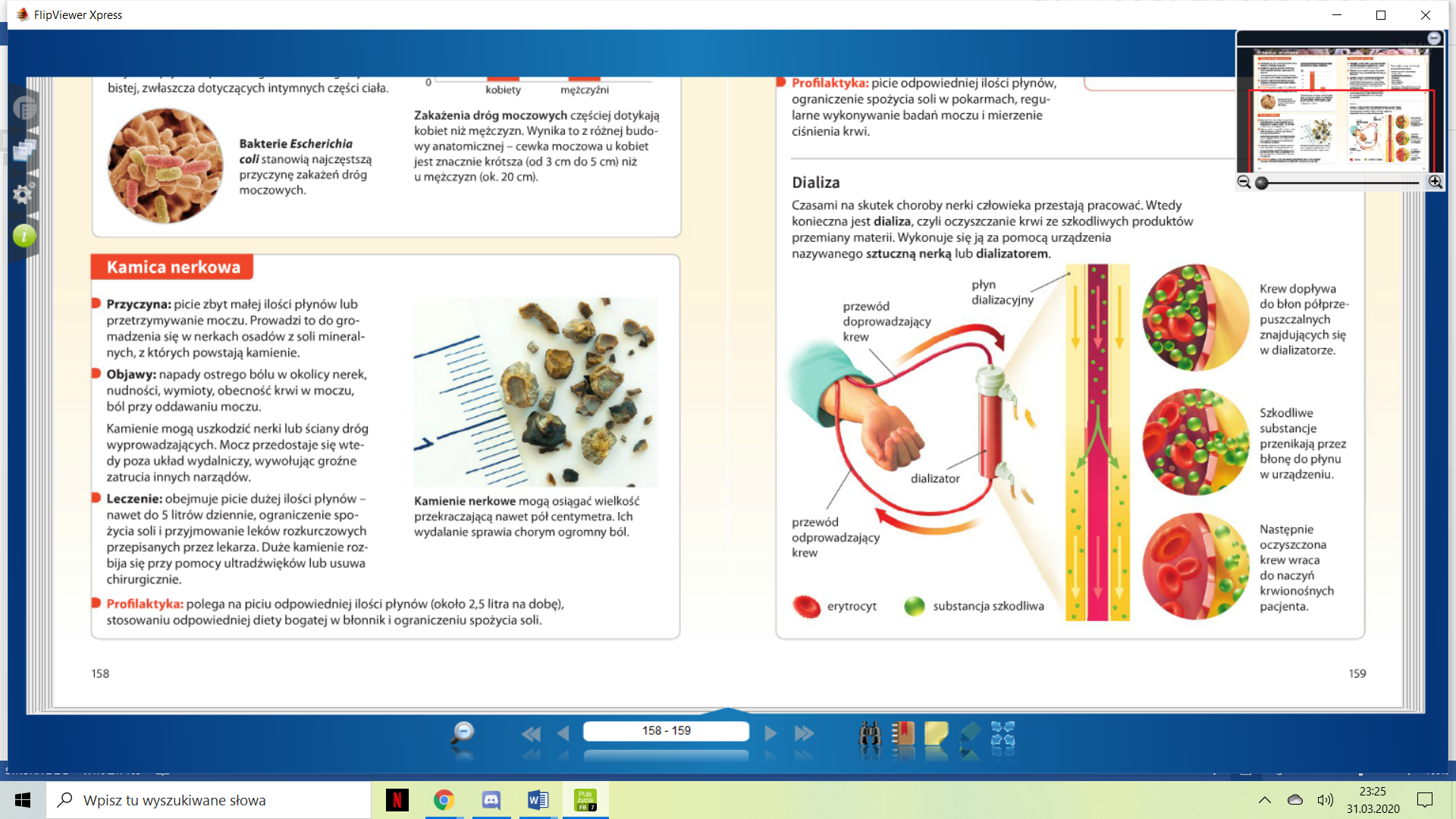
1. Choroby układu wydalniczego:

- kłębuszkowe zapalenie nerek -

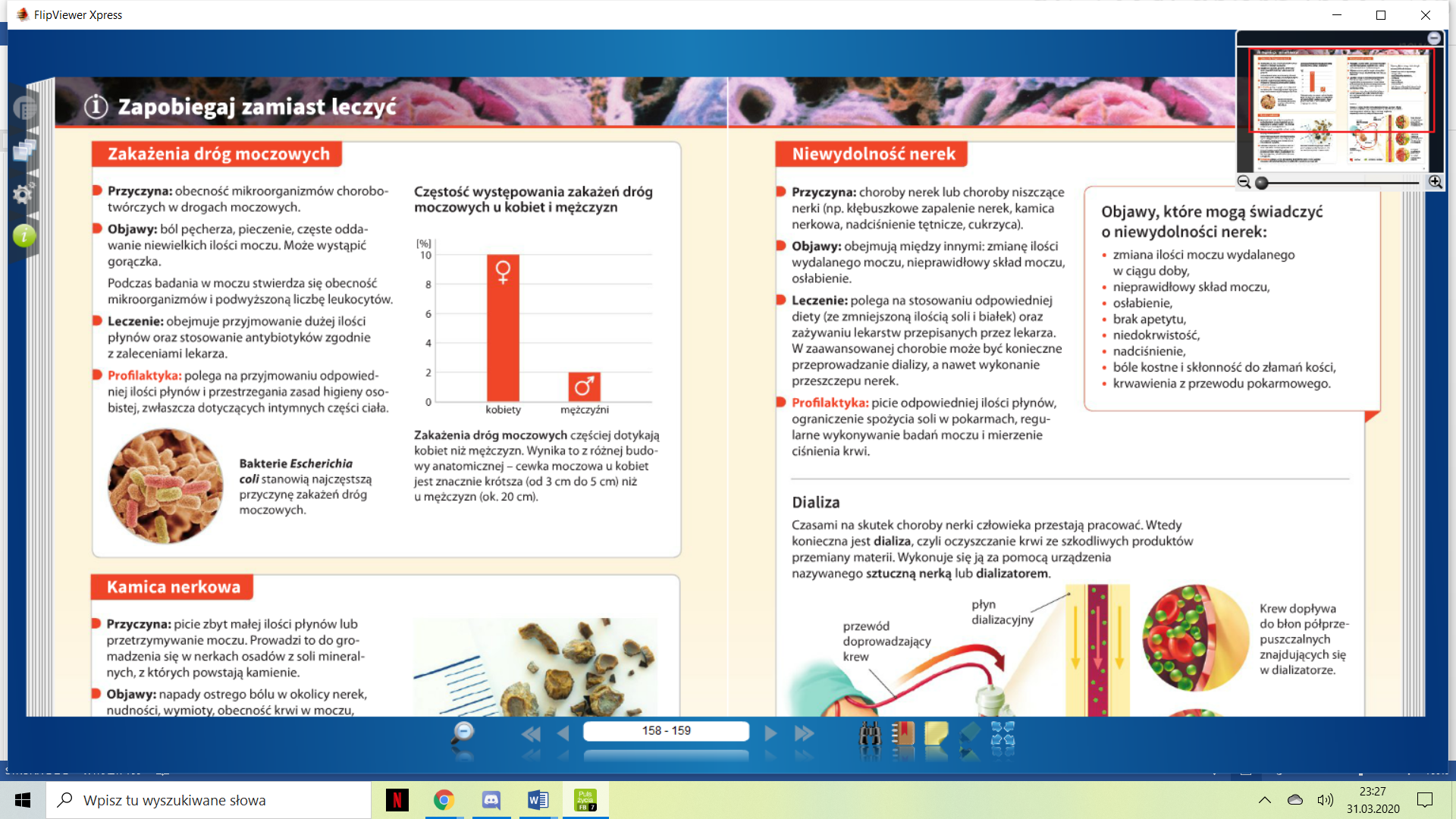
- zakażenie dróg moczowych



- kamica nerkowa



- niewydolność nerek



* Na zadanie domowe zróbcie zadania w zeszycie ćwiczeń:

Ćw. 1, 2, 3, 4, ze str. 79 – 80.