

Šíroviny

Hornobranský školní občasník – č. 2 2016/17

Krajská hygienická stanice rozeslala školám upozornění na výskyt velkého počtu případů virové žloutenky typu A v Libereckém kraji. Tuto informaci chceme rozšířit co nejvíce, proto volíme mimořádné vydání Šírovin.



ŽLOUTENKA

Infekční žloutenka - virová hepatitida typu A je virová infekce jater. Nemoc postihuje především děti a mladé lidi.

Zdrojem nákazy jsou lidé v inkubační době - nemocný člověk s viditelným nebo skrytým onemocněním. Onemocnění se šíří nejvíce tzv. fekálně-orální cestou, znečištěnými rukama kontaminovanou vodou zeleninou a potravinami.

Onemocnění žloutenkou se v první fázi projevuje chřipkovými příznaky jako je teplota, nevolnost, bolest hlavy a břicha, celková slabost. Mohou se vyskytnout kloubní, kožní a nervové projevy. V další fázi nemoci dojde ke zhoršení potíží, kdy má pacient tmavou moč a světlou stolicí a někdy svědění kůže. Příznaky v některých případech nemusí být přítomny a nemocného přivádí k lékaři až žluté zbarvení kůže a bělma oka.

Preventivní opatření zahrnují zvyšování osobní hygieny, zdravotní výchovu o dodržování hygienických zásad. Důraz musí být kladem na konzumaci nezávadné pitné vody a potravin.

Je tedy nutné mýt si ruce před jídlem, po vykonání potřeby, řádně oplachovat ovoce a zeleninu. Popis správného mytí rukou najdete na druhé straně.

Zájmové kroužky

V tomto týdnu najdete na webových stránkách školy seznam kroužků, které začnou od 3. října pracovat.

Drakiáda

Na říjen plánujeme drakiádu. Už teď můžete začít stavět své draky a připravovat se s nimi na různé, nejen letecké, soutěže. Zapojit se bude možné i s draky zakoupenými.

Omluvenky

Stejně jako v prvním vydání Šírovin prosíme rodiče, nepřidělávejte si práci a **omluvenky nepište předem na papírky, ale rovnou do žákovské knížky.**

Jak si správně mýt ruce?



Dlaň myje dlaň



Pravá dlaň myje hřbet levé ruky



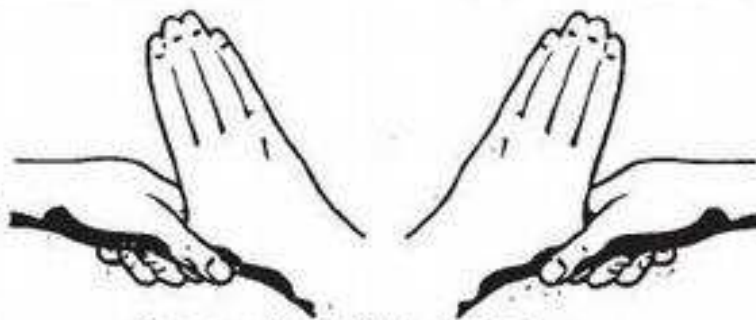
Levá dlaň myje hřbet pravé ruky



Vnitřní strany prstů se myjí takto



Hřbetní strana prstů
v dlani druhé ruky



Mytí palců otáčivým pohybem



Mytí dlaní otáčivým pohybem