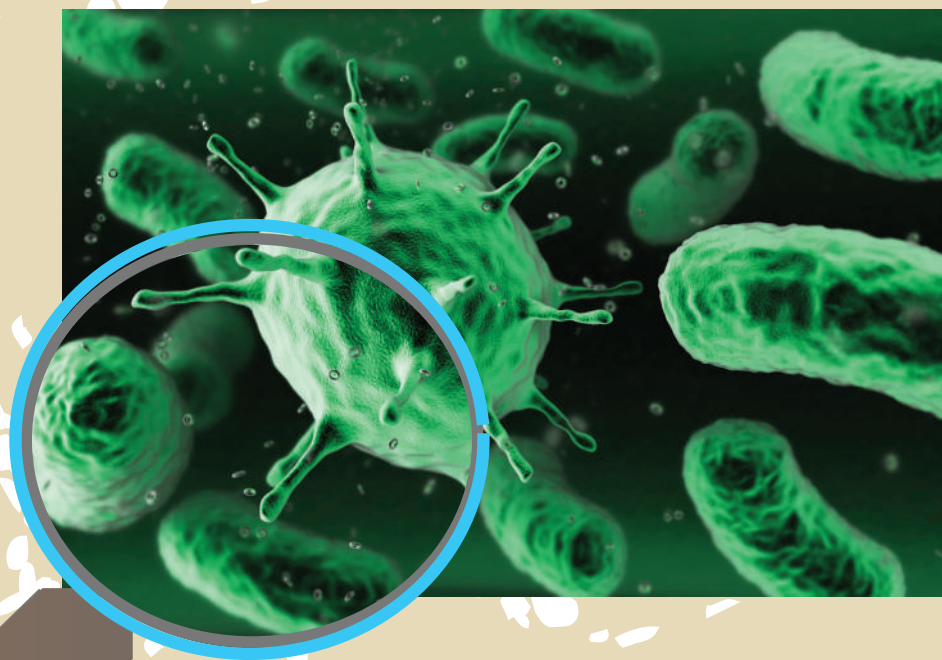


Нино Сурмава

Микроб деген эмне?



УДК 087.5
ББК 92
Н 67

Н 67 Микроб деген эмне? / Нино Сурмава.
Б.: USAIDдин “Келгиле, окуйбуз!” долбоору, 2 2020. -
12 б.
ISBN 978-9967-9246-9-7

Бул китеп USAIDдин окуу көндүмдөрүн өнүктүрүү боюнча “Келгиле, окуйбуз!” долбоору тарабынан грузин тилинен которулуп ылайыкташтырылды.

Автордук укуктар жөнүндө маалымат: ©2012-2018 АКШнын эл аралык өнүктүрүү боюнча агенттигинин (USAID) Грузиядагы башталгыч мектептерди өнүктүрүү боюнча долбоору (G-PriEd), Контрактын № - AID-114-C-11-00003. Долбоорду Chemonics International Inc. ишке ашырган. Бардык укуктар корголгон.

Китеп Creative Commons CC-BY 4.0 лицензиясынын шартында таркатылат. Лицензиянын көчүрмөсү төмөнкү шилтемеде берилген: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>

Н 4802000000-19
ISBN 978-9967-9246-9-7

УДК 087.5
ББК 92

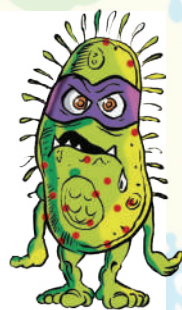
Нино Сурмава

Микроб деген эмне?



Бишкек 2020

Сенин апаң тамак жасады. А сен жегенге шашып жатасың. «Колуңду жууп келдиңби?» - деп сурайт апаң.



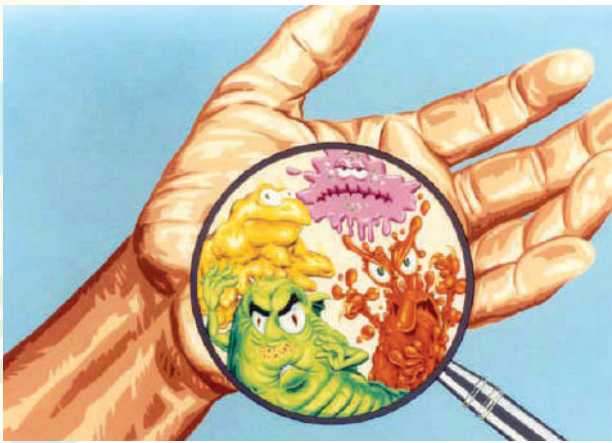
Эмне үчүн апаң дайым тамактын алдында колуңду жуу деп эскертет? Эмне үчүн жуулбаган жемиштерди жесе болбойт? Эмне үчүн бөлмөнү желдетип туруш керек?



Себеби биздин айланабызда көзгө көрүнбөгөн *микробдор* жашайт. «Микроб» деген сөз грек тилиндеги «микрос» (кичинекей) жана «биос» (жашоо) деген сөздөрдөн келип чыккан. Микробдорду дагы бактерия, вирус деп да аташат.



Микробдор бардык жерде: абада, тамакта, эмеректин үстүндө жана оюнчуктарда болот. Алар абдан кичинекей, көз менен көрө албайсың.

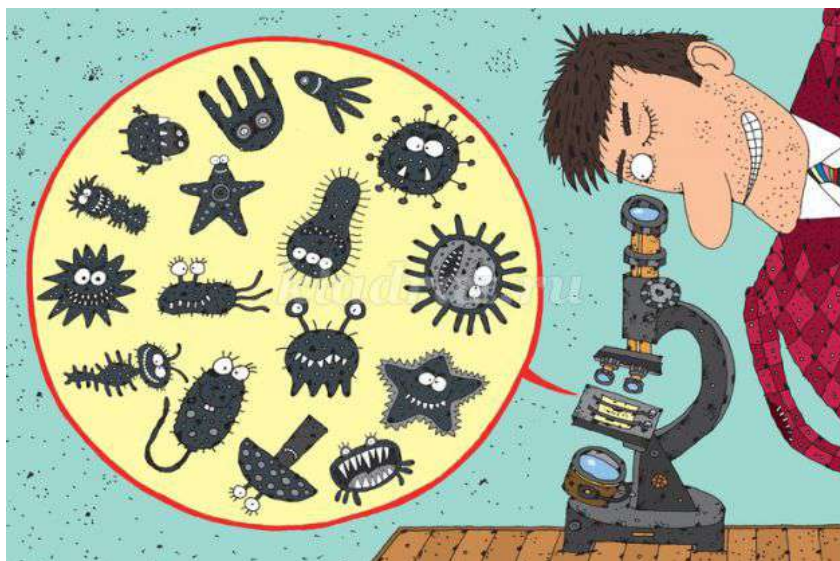


Бул көзгө көрүнбөгөн микробдор өтө кооптуу жана ден соолукка зыян келтириши мүмкүн.

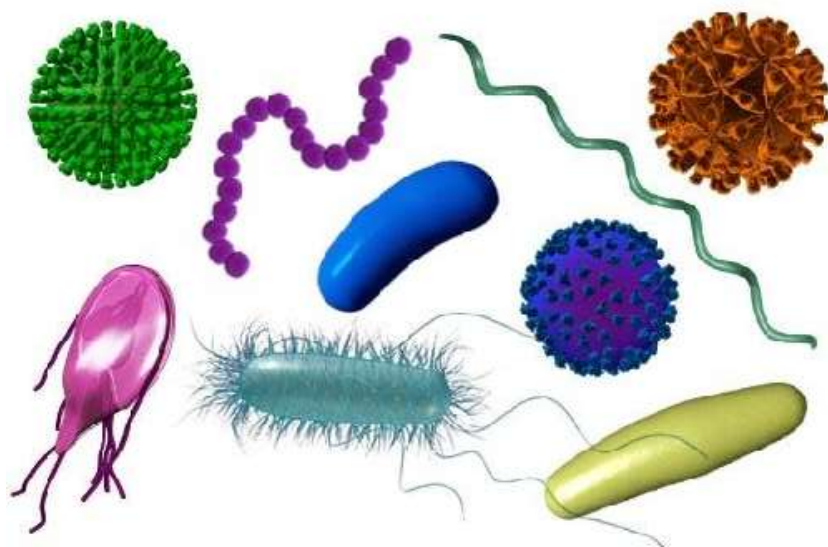
Биз аларды микроскоп менен көрө алабыз. Микробду биринчи жолу микроскоптун жардамы менен голландиялык изилдөөчү Антони ван Левенгук көрүп изилдеген.



Ал 1676-жылы чоңойтуп көрсөтүүчү айнекти өз колу менен жасап, ал аркылуу микробдор кичинекей жандыктар экенин көрүп, алар ар кандай түрдө жана формада болорун аныктаган.



Микробдор тегерек, сүйрү, таякча, үч бурчтуу, квадрат жана жылдызча түрүндө болушат. Көптөгөн бактериялар кыймылсыз болушат, бирок кээ бирлери, тескерисинче, абдан кыймылдуу келишет. Аларга кыймылдоого кыймылдаткыч мурутчалары жана кылдары жардам берет.



Кээ бир микробдор адам үчүн пайдалуу, айрымдары зыяндуу. Пайдалуу микробдор көбүнчө биздин организмдин ичинде жашашат. Алар тамак сиңиргенге жардам берип, бизди ар түрдүү ооруларды козгоочу микробдордон коргошот.

Пайдалуу микробдор сүттү айранга, йогуртка, быштакка жана сырга айлантууга жардам беришет.



Жаратылышта микробдор жерге түшкөн жалбырактар менен өсүмдүктөрдү чириндиге айлантишат. А чиринди болсо жерди азыктандырып семиртет. Жерде башка да бактериялар жашайт. Алар жерди керектүү азыктар менен камсыздап, түшүмдүүлүгүн жогорулатат.



Зыяндуу микробдор - адамдын накта душманы. Мындай микробдор адамдын организмине кирип, оору жуктурат. Зыяндуу микробдор сасык тумоо, ич оорууну, тиш оорууну козгойт. Бул өтө кооптуу.

Микробдор бизге кантип жугат? Микробдор бардык жерде болот. Аларды эшиктин туткасынан, автобустун кармагычтарынан, китеп-дептердин беттеринен тапса болот.

Бир нерсени кармаганда, кол берип учурашканда, бул көзгө көрүнбөгөн зыянкечтер биздин терибизге «жабыша калат».

Кир кол менен оозубузду, мурдубузду же көзүбүздү кармаласак, микробдор бизге дароо жугат.





Микробдор бизге калем сап, жуулбаган жер-жемиштер, туткалар, компьютердик «чычкан», телефон жана башкалар аркылуу жугат. Алар керек болсо, тиш щёткада да жашап, көбөйүшөт. Ошондуктан тиш щётканы ай сайын алмаштырып туруш керек. Микробдор көбүнчө ашканада, жуунуучу бөлмөдө, дааратканада, айтор биз баскан жердин баарында болот.

Дени сак адамга караганда оорулуу адамда микроб көп болот. Оорулуу адам көп сандаган зыяндуу микробдорду жайылтат.

Микроб чүчкүргөндө же жөтөлгөндө шилекей аркылуу тышка чыгат. Чүчкүргөн учурда майда тамчылар 4-5 метрге чейин учат, а жөтөлгөн учурда – 6-8 метрге чейин жетет! Эгер биз ооруган адамдын жанында турсак, анда бизге микробдор түздөн-түз аба аркылуу жугат. Бир оорулуу адам көптөгөн дени сак адамдарга ооруу жугузушу мүмкүн.



Жерден жуулбаган жемиштерди алып жеп же полдон оюнчуктарды колубузга алып, микробдорду биз өзүбүз жугузуп, жайылтабыз. Бир күн ичинде эле колго толтура микроб топтолот. Колдон алар бетке, көзгө, мурунга өтүп, оозго кирип кетишет. Ошондуктан аларга каршы эң мыкты курал – колду самындап жууп туруу! Микробдор таза жерден коркушат жана кир жерди жакшы көрүшөт.



Биз өзүбүз эле сырттан үйгө көптөгөн микробдорду алып киребиз. Ошондуктан үйгө кирер менен дароо колду жууш керек!



Эмесе, бир нече пайдалуу кеңеш берели:

- Тамак жээрде, тамак-аш даярдоодо, дааратканадан чыкканда, үй жаныбарларын кармаганда, көчөдөн келгенде колду сөзсүз түрдө самындап жууш керек. Колунду самындап 20 секундга чейин жышып жуу. Таймериң жокпу? Анда колунду жышып жатып, “Ай чыкты карачы” деген ырдын 2 куплетин ырда.
- Өз сүлгүң менен гана колдон. Үйдө оорулуу адам бар болсо, өз сүлгүң менен колдонуу өтө маанилүү.
- Чүчкүргөндө, жөтөлгөндө же эстегенде оозду сөзсүз салфетка менен жабыш керек. Колдонулган салфетканы таштанды чакага ыргыт. А салфетка жок болсо, ооз-мурдуңду чыканагың менен жап. Мындай учурда микроб аба аркылуу жайылбайт.



- Көзүңдү, мурдуңду, оозуңду кир колуң менен кармалаба.
- Эгер сен ооруп калсаң, башкаларга микроб жугузбоого аракет кыл. Обочо жүрсөң, микроб эч кимге жукпайт.
- Чала куурулган же чала бышкан азыкты, жуулбаган жер-жемиштерди жебе. Мындай азыктарда зыяндуу микробдор өтө көп болот.
- Ит-мышык жүргөн жана тамекинин таштандылары жаткан ыплас жерлерден эч нерсе алба. Жолбун иттер жана мышыктар микробдорду жайылтаарын эсиңден чыгарба.





Тексти түшүнүү үчүн суроолор

1. Микроб деген эмне?
2. Микробду биз кантип көрө алабыз?
3. Микроб кандай болот?
4. Микроб кайда жашайт?
5. Микроб биздин организмге кантип кирет?
6. Микроб биздин организмге кирсе эмне болот?
7. Микробду организмге киргизбеш үчүн эмне кылыш керек?





КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНЫН
БИЛИМ БЕРҮҮ ЖАНА ИЛИМ
МИНИСТРЛИГИ

Бул китептин басылышы АКШнын эл аралык өнүктүрүү боюнча агенттиги (USAID) аркылуу көрсөтүлгөн Америка элинин колдоосунун натыйжасында мүмкүн болду. Китептин мазмуну АКШнын эл аралык өнүктүрүү боюнча агенттигинин же АКШнын Өкмөтүнүн пикирин милдеттүү түрдө чагылдырбайт.

1-класс	<ul style="list-style-type: none">• 1.1 деңгээли• 1.2 деңгээли• 1.3 деңгээли
2-класс	<ul style="list-style-type: none">• 2.1 деңгээли• 2.2 деңгээли
3-класс	<ul style="list-style-type: none">• 3.1 деңгээли• 3.2 деңгээли
4-класс	<ul style="list-style-type: none">• 4.1 деңгээли• 4.2 деңгээли

Басууга 21.01.2020 кол коюлду.
Форматы 60 x 84 1/16.
0,75 басма табак.
Нускасы 8360. Заказ № 28.
Офсеттик кагаз.

ЖЧК «Алтын Тамга»
720040, Бишкек ш., А.Орозбеков көч., 44.
Тел.: (+996 312) 62-13-10
E-mail: altyntamga@mail.ru