

Нино Сурмава

Микробы вокруг нас



УДК 087.5
ББК 92
Н 67

Н 67 Микробы вокруг нас / Нино Сурмава.
Б.: Проект USAID «Время читать», 2020. - 12 стр.

ISBN 978-9967-9246-1-1

Книга переведена с грузинского и адаптирована на русский язык проектом USAID по развитию навыков чтения «Время читать».

Сведения об авторских правах: ©2012-2018гг., Проект по улучшению начального образования в Грузии (G-PriEd) Агентства США по международному развитию (USAID), № контракта - AID-114-C-11-00003, реализованный Chemonics International Inc. Все права защищены.

Книга предоставляется на условиях лицензии Creative Commons CC-BY 4.0. Чтобы ознакомиться с лицензией, посетите <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>.

Н 4802000000-19

ISBN 978-9967-9246-1-1

УДК 087.5
ББК 92

Нино Сурмава

Микробы вокруг нас



Бишкек 2020

Вот мама накрыла на стол. Тебе так хочется побыстрее всё попробовать. Но мама снова спрашивает: "А ты помыл руки?"



Почему перед тем, как сесть за стол, мама всегда напоминает нам, что мы должны помыть руки?

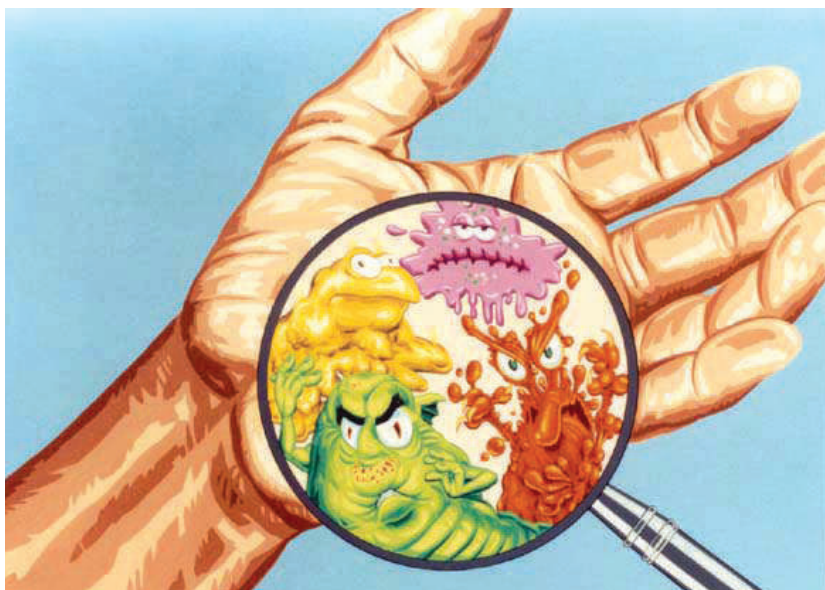
Почему нельзя есть немытые фрукты?
Почему нужно часто проветривать комнату?

А потому, что вокруг нас живут крохотные, невидимые существа, которые называются *микробами*. Название «микроб» произошло от греческих слов «микрос» - маленький и «биос»- жизнь. Их также называют бактериями, вирусами.





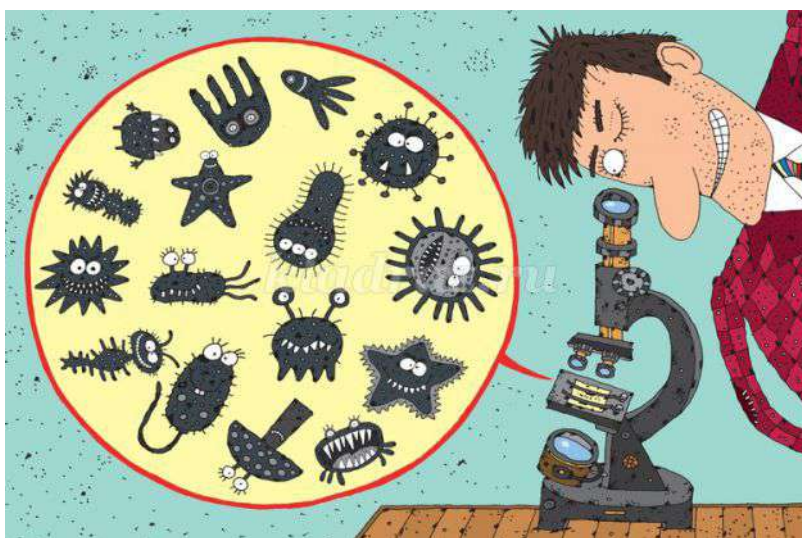
Микробы находятся везде: в воздухе, пище, на мебели и игрушках... Микробы такие маленькие, что их невозможно увидеть невооруженным глазом.



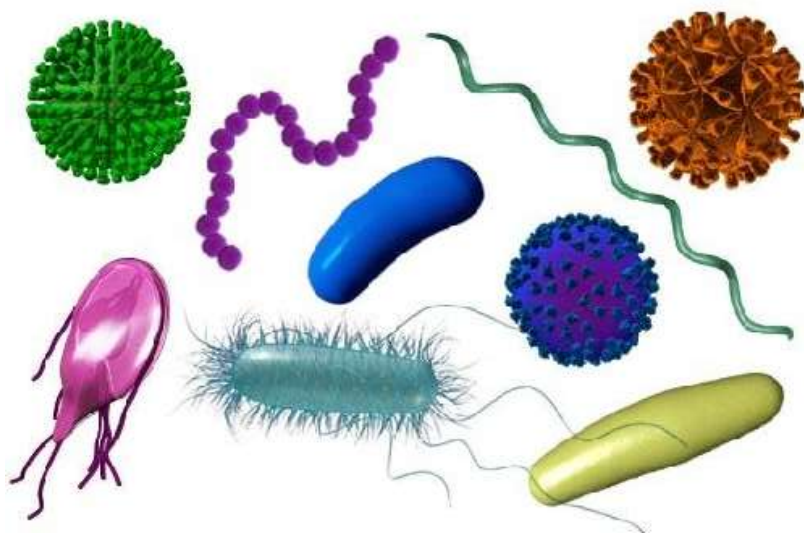
Но зато их можно рассмотреть при помощи специального прибора - микроскопа. Первым человеком, который рассмотрел их с помощью микроскопа, был голландский исследователь Антони ван Левенгук.



В 1676 году он своими руками сделал увеличительные стекла и увидел, что микробы – это целый мир маленьких живых существ, и что они бывают разных видов и форм.



Микробы бывают круглые, в виде палочек, спиралевидные, в виде треугольников, квадратиков и звездочек. Многие микробы совсем не могут передвигаться, а другие наоборот - очень шустры. Они передвигаются с помощью усиков и жгутиков.



Некоторые микробы полезные, а некоторые - вредные. Многие полезные микробы живут внутри нас. Они помогают нам переваривать пищу и бороться с вредными микробами, которые вызывают у нас болезни.

Полезные микробы помогают превратить молоко в кефир, йогурт, творог и сыр.



В природе микробы разрушают мёртвые листья, растения и превращают их в перегной. А перегной удобряет почву. Другие микробы живут в почве. Они делают почву плодородной и снабжают растения нужными веществами.



Вредные микробы - настоящие враги. Они постоянно пытаются проникнуть и поселиться в организме человека.



А это очень опасно. Вредные микробы вызывают насморк, грипп, боль в животе, зубной кариес... Так что эти крошки могут быть очень опасны и сильно навредить.

Как микробы к нам попадают? Микробы находятся везде, на любой поверхности. Их можно найти на ручках дверей, на поручнях автобусов, на листах книг, тетрадей. Когда мы прикасаемся к чему-нибудь, илижимаем кому-нибудь руку, эти невидимые вредители "прилипают" к нашей коже.

Потом, когда мы этой рукой касаемся рта, носа или глаз, микробы перескакивают на них, и уже оттуда проникают внутрь нашего тела.



Микробы попадают в наше тело через книги, посуду, хлеб, фрукты, ручки и дверные ручки, телефоны, компьютерную мышку... Представь себе, что они находятся и размножаются даже на зубной щетке. Именно поэтому надо обязательно менять зубную щетку на новую раз в месяц.

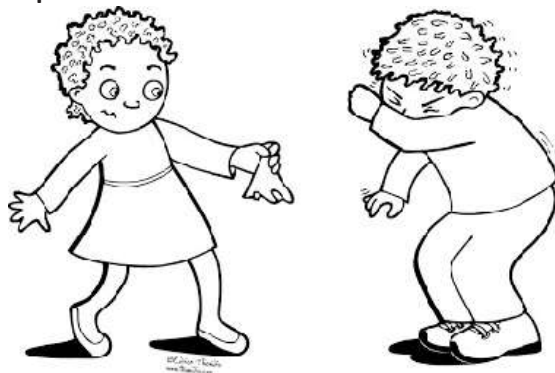
Больше всего микробов находятся на полу, в ванной комнате и на кухне. Также, их очень много в земле.

В организме больного человека намного больше микробов, чем в организме здорового. Больной человек распространяет вокруг себя большое количество вредных микробов.

При чихании и кашле микробы вылетают наружу вместе со слюной. Во время чихания капельки изо рта разлетаются на 4-5 метров, при кашле - на 6-8 метров! Если в это время мы находимся рядом с больным человеком, то мы вдыхаем микробы через воздух прямо от него. Один больной человек может заразить многих здоровых людей.



К сожалению, очень часто мы сами разносим микробы и помогаем их распространять. Например, когда мы подбираем фрукты с земли или игрушки с пола. В течение всего дня на руках собирается целая армия микробов. С рук они переносятся на лицо, глаза, губы, попадают в рот. Поэтому лучшее оружие против них – часто мыть руки с мылом! Микробы боятся чистоты и живут там, где грязно.



С улицы мы приносим домой огромное количество микробов. И первое что надо сделать войдя в дом – хорошенько помыть руки!

Несколько полезных советов:

- Обязательно мой руки с мылом до еды, во время готовки пищи, после посещения туалета и улицы. Намыль руки и продолжай тереть в течение 20 секунд. Нет таймера? Тогда спой дважды первый куплет песни «В лесу родилась ёлочка».
- Пользуйся только своим полотенцем. Это особенно важно, когда в доме есть больной человек.
- Обязательно прикрывай рот салфеткой когда чихаешь, кашляешь или зеваешь. Использованную салфетку нужно выбросить в мусорное ведро. А при отсутствии салфетки чихать и кашлять нужно в изгиб локтя. В этом случае твои микробы не смогут распространиться через воздух.

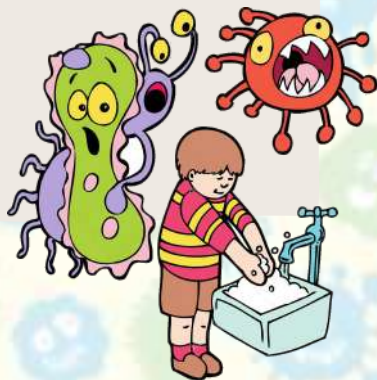
- Нельзя тереть или трогать глаза, нос, рот грязными руками.
- Не кушай пищу, которая плохо прожарена или недоварена. Не ешь невымытые фрукты. В таких продуктах находится большое количество вредных микробов.
- Избегай близкого контакта с другими, если болеешь. Так твои вредные микробы не перейдут на других.





Вопросы на понимание текста:

1. Что такое микробы?
2. Как мы можем видеть микробы?
3. Какие бывают микробы?
4. Где живут микробы?
5. Как микробы попадают в наш организм?
6. Что произойдет, если микробы попадают в наш организм?
7. Что мы должны делать, чтобы предотвратить попадание микробов в организм?





USAID
ОТ АМЕРИКАНСКОГО НАРОДА



МИНИСТЕРСТВО
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Публикация данной книги стала возможной благодаря поддержке Американского народа, оказанной через Агентство США по международному развитию (USAID). Содержание книги не обязательно отражает точку зрения USAID или Правительства Соединенных Штатов Америки.



Подписано в печать 01.03.2020 г.
Формат 60*84 1/16.
Учетно-издательские листы 0,75.
Тираж 5360. Заказ № 33.
Бумага офсетная.

ОсОО «Алтын Тамга»
720000, г.Бишкек. ул. Орозбекова, 44
Тел.: (+996 312) 62-13-10; 62-49-21 e-
mail: altyntamga@mail.ru

