



2.1 Negalavimai

Apžiūrėkite nuotraukas ir perskaitykite negalavimo aprašymą.

Peršalimas yra viena dažniausių ligų. Ja kiekvienas žmogus serga vidutiniškai 2–4 kartus per metus. Peršalimas nėra pavojingas ir praeina per 7–10 dienų.



Pagrindiniai peršalimo simptomai – sloga, gerklės skausmas ir paraudimas, kosulys, pakimimas, neaukšta temperatūra, bendras silpnumas, nestiprus galvos skausmas.



Peršalus būtina gerti kuo daugiau šiltų skysčių – labai tinka čiobrelių, aviečių, liepžiedžių, ramunėlių arbatos su medumi ir citrina. Taip pat reikėtų valgyti maisto produktų, kuriuose gausu vitamino C, arba gerti jo papildomai.



2.1 Negalavimai

1. Žiūrėdami į negalavimų nuotraukas, papasakokite apie šiuos negalavimus ir jų gydymą.
2. Nuotraukas sujunkite su negalavimus apibūdinančiais žodžiais.



Pagrindiniai peršalimo simptomai yra _____.

Peršalus būtina _____.



sloga



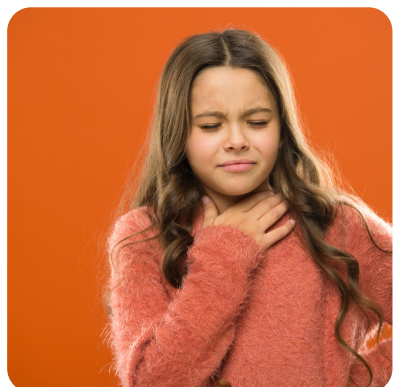
gerklės skausmas



neaukšta temperatūra



galvos skausmas



kosulys

