

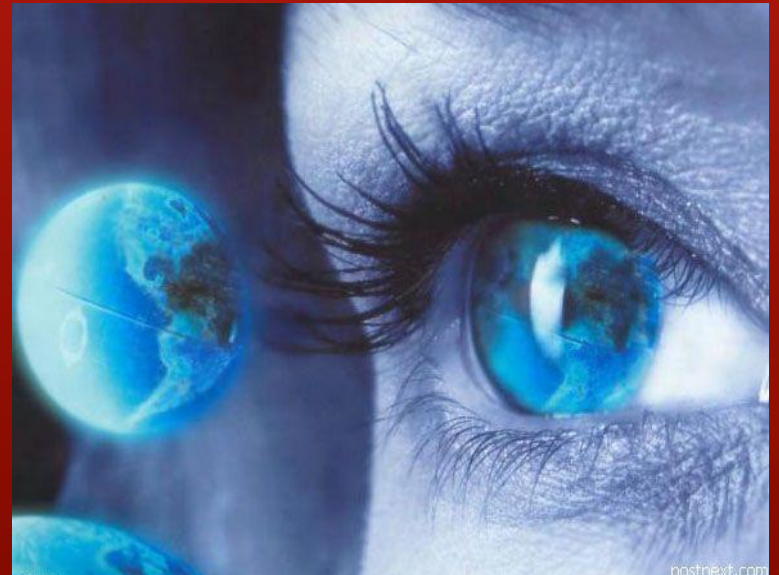
КАК СБЕРЕЧЬ ОРГАНЫ ЧУВСТВ

Органы чувств — органы, которыми мы чувствуем окружающий мир



Зрение

- ❑ 1. Не трогать глаза грязными руками.
- ❑ 2. не сидеть непрерывно у компьютера.
- ❑ 3. Давать отдых глазам каждые 40 минут.
- ❑ 4. не читать в полумраке, а также лёжа.
- ❑ 5. Обеспечте себя достаточным освещением.
- ❑ 6. Не читайте в транспорте.
- ❑ 7. Оберегайте глаза от травм.



Слух

- 1. Не слушать часто музыку в наушниках.
- 2. Регулярно мыть уши тёплой водой.
- 3. При чистке ушей не пользоваться острыми предметами.
- 4. Берегите уши от простуды.



Вкус

- ❑ 1. Берегитесь простуды.
- ❑ 2. Следить за здоровьем зубов.
- ❑ 3. Не курите.
- ❑ 4. Не ешьте слишком холодную и горячую пищу.
- ❑ 5. После приёма пищи прополаскивать рот.
- ❑ 6. Не брать в рот острые предметы, чтобы не поранить язык.



Обоняние

- 1. Содержать нос в чистоте.
- 2. Беречь организм от простуды.
- 3. Не засовывать в нос мелкие предметы.
- 4. Закаляться.



Осязание

- 1. Тщательно следите за кожей (соблюдайте гигиену).
- 2. Одевайтесь по погоде (чтобы избежать перегрева или обморожения).
- 3. Не трогайте горячие предметы.
- 4. С химически опасными веществами работайте в перчатках.

