

PET, 24. 4. 2020

Pozdravljeni, še zadnjo uro pred prvomajskimi počitnicami bomo izkoristili za utrjevanje znanja, zato boste reševali različne naloge.

Ne obupajte, ker je videti ogromno nalog, to je kontrolna naloga za 45 minut.

Rešitve boste lahko preverili po počitnicah.

Natančno preberi izhodiščno besedilo, nato pa se loti reševanja nalog. 😊 😊

AFTE

Ranice v ustih ali aftne razjede niso prava bolezen, ampak neprijetna okužba ust. Najpogosteje se pojavljajo pri mladostnikih, pri katerih imunski sistem še ni dovolj razvit, in pri ženskah. Dejansko se pri ženskah afte pojavljajo dvakrat pogosteje kot pri moških. Če so afte imeli že vaši starši, imate 90 % možnosti, da jih boste imeli tudi vi.

Nihče natančno ne ve, kaj povzroča večino aft, vendar pa njihov nastanek običajno povezujejo s stresom. Nekateri zdravniki menijo, da lahko afte nastanejo zaradi pomanjkanja železa, folne kisline ali vitamina B12. Lahko jih povzroči okvara imunskega sistema ali alergija na hrano. Dobra stran je, da niso nalezljive.

Tipičen simptom ob nastanku aft je pekoč in srbeč občutek v ustih, ki se pojavi od 6 do 24 ur pred nastankom ranic. Majhni, boleči, kotanjasti čiri se nato pojavljajo posamič ali v gručah in trajajo od pet do deset dni. Ranice so sivkasto bele ali blede rumene in imajo rdeč rob. Lahko se pojavljajo na notranji strani lic in ustnic, na jeziku, na začetku dlesni ali na mehkem nebu.

Afte po navadi izginejo same od sebe. Zdravila, ki jih dobite večinoma brez recepta, zdravljenja ne pospešujejo, pač pa olajšajo bolečine. Mazila naj vsebujejo glicerin, ki afto zaščiti, in peroksid, ki deluje proti bakterijam. Če afte trajajo več kot 14 dni, potrebujete zdravniško pomoč. Zdravnik bo verjetno predpisal antibiotik.

Obstaja veliko alternativnih načinov zdravljenja. Med rastlinami, s katerimi si lahko pomagamo, so regrat, sivka, ognjič, čajevec in mira.

Afte se da tudi preprečiti. Priporočajo, da si zobe umivate z razkuževalno sodo bikarbono. Vsak dan pojejte po štiri jušne žlice jogurta, narejenega iz žive kulture. Izogibajte se začinjeni, slani in kisli hrani. Pomaga tudi, če jemljete vitamina C in B, folno kislino, pripravke železa in cinka.

(Prirejeno po: Afte, Družinski zdravstveni vodnik, MK, 2005.)

1. Dopolni povedi.

Prebral/-a sem besedilo z naslovom _____, ki je bilo objavljeno v knjigi _____, ki jo je _____ leta izdala založba _____. Besedilo govori o _____.

2. Kje bi tako besedilo še lahko bilo objavljeno? Obkroži črko pred najustreznejšo možnostjo.

A Na spletnih straneh z zdravstveno tematiko.

B V učbeniku za naravoslovje.

C V strokovni reviji, namenjeni geografom.

Č V radijski oddaji o ljudeh po svetu.

3. Kaj vse si o aftah izvedel/-a iz izhodiščnega besedila? Obkljukaj povedi, ki vsebujejo podatke iz izhodiščnega besedila.

- Kako se afte širijo med ljudmi.
- Kateri simptom se pojavi pred pojavom samih aft.
- Katere rastline lahko izberemo kot alternativno možnost zdravljenja.
- Kako afte izgledajo.
- Kako so afte zdravili v preteklosti.
- Kaj o aftah menijo mladostniki.
- Kdaj je zaradi aft treba k zdravniku.
- Kaj naj počnemo, da aft ne bi dobili.

4. Katere podatke lahko poiščeš v besedilu? Pobarvaj/osenci like, v katerih so podatki, ki jih najdeš v izhodiščnem besedilu.

NASTANEK
BOLEZNI/OKUŽBE

POSLEDICE

SIMPTOMI

NAČINI
ZDRAVLJENJA

TRAJANJE

VZROKI ZA
NASTANEK

NAČINI
PREPREČEVANJA

NALEZLJIVOST

ZAPLETI

ZGODOVINA
OKUŽBE

VIDEZ/IZGLED

5. Med naslednjimi trditvami poišči napačne, prečrtaj jih in jih popravi. Popravljenе dele povedi zapiši na črte. Če je trditev pravilna, na črto napiši kljukico.

- Vsi vemo, kaj povzroča večino aft. _____
- Nekateri zdravniki menijo, da lahko afte nastanejo tudi zaradi pomanjkanja železa.

- 12–24 ur pred nastankom aft se pojavi srbeč in pekoč občutek v ustih.

- Afte se pojavijo na notranji strani lic in ustnic, na jeziku, začetku dlesni ali na trdem nebu. _____
- Afte po navadi ne izginejo same po sebi. _____
- Vsak dan pojejte po štiri kavne žlice jogurta, narejenega iz žive kulture.

- Za aftami pogosteje obolijo moški.

6. V naslednjem odlomku iz izhodiščnega besedila obkroži glagole.

Obstaja veliko alternativnih načinov zdravljenja. Med rastlinami, s katerimi si pomagamo, so regrat, sivka, ognjič, čajevec in mira. Nekaterе od teh rastejo v naši bližini. Preventivno jemo veliko jogurta iz živih kultur. Ne kuhamo začinjene hrane in ne uživamo preveč kislega in slanega. Priporočajo, da si zobe umivamo z razkuževalno sodo bikarbono.

a) Obkrožene glagole razvrsti glede na pomen v spodnjo preglednico.

Dejanje	Dogajanje	Stanje

b) Na črto prepisi tiste glagole, ki so v 1. osebi množine sedanjega časa.

c) Izpiši glagola, ki imata ob sebi besedico si.

č) Izpiši glagol, ki je v 3. os. ednine sedanjega časa. _____

7. V prvem odstavku izhodiščnega besedila poišči poved, v kateri so trije glagoli: eden od njih je v pretekliku, eden v sedanjiku in eden v prihodnjiku. Prepiši poved, nato izpiši glagole na prava mesta v preglednico.

Poved:

Glagol v pretekliku	Glagol v sedanjiku	Glagol v prihodnjiku

8. Naslednje povedi zanikaj. Pazi na pravilen zapis nikalnice in na spremembo sklona pri samostalniku.

Afte so neprijetna okužba v ustih.

Pri ženskah se pojavljajo dvakrat pogosteje kot pri moških.

Afte sem že imel.

Vid hoče za lajšanje bolečin dobro mazilo.

Za zdravljenje aft bo v prihodnosti še veliko možnosti.

Za zdravljenje aft imam rešitev.

9. Naslednje povedi iz izhodiščnega besedila postavi v prihodnjik. Pazi na besedni red.

Nihče natančno ne ve, kaj povzroča večino aft, vendar pa njihov nastanek običajno povezujejo s stresom. Nekateri zdravniki menijo, da lahko afte nastanejo zaradi pomanjkanja železa, folne kisline ali vitamina B12. Lahko jih povzroči okvara imunskega sistema ali alergija na hrano. Dobra stran je, da niso nalezljive.

10. Naslednji odlomek iz izhodiščnega besedila postavi v preteklik.

Tipičen simptom ob nastanku aft je pekoč in srbeč občutek v ustih, ki se pojavi od 6 do 24 ur pred nastankom ranic. Majhni, boleči, kotanjasti čiri se nato pojavljajo posamič ali v gručah in trajajo od pet do deset dni. Ranice so sivkasto bele ali blede rumene in imajo rdeč rob.

11. a) Iz naslednjega besedila izpiši glagole in jih določi. Pozor: Glagole izpisuj v celoti in ne pozablaj na nikalnice, besedici si in se ...

Afte so problem današnjega časa. Vse več ljudi se srečuje s stresom, ki ga strokovnjaki navajajo kot glavni razlog za nastanek aft. Včasih se ta bolezen ni pojavljala, saj so ljudje živeli sicer bolj skromno, a tudi bolj zdravo. Poleg tega so si pogosto pomagali kar sami in niso za vsako malenkost hodili k zdravniku ali v lekarno. Več so se posvečali naravi in z njo živeli. Pričakujemo, da se bodo taki časi vrnili. Naravo bomo potrebovali, če bomo hoteli, da nas različni virusi in bakterije ne bodo uničili.

Glagol	Oseba	Število	Čas

b) Ali trditve, povezane z izpisanimi glagoli, držijo ali ne? Obkroži DA, če držijo, in NE, če niso v skladu s tvojimi rešitvami.

Vsi izpisani glagoli so v sedanjiku.

DA

NE

Trije glagoli so v 1. osebi.

DA

NE

Štirje glagoli so v prihodnjiku.

DA

NE

Dva glagola sta v dvojini.

DA

NE

Dva glagola sta v ednini.

DA

NE

Štirje glagoli so zanikani.

DA

NE

12. Popravi napake v naslednjih povedih. Popravljene povedi prepisi na črte.

Če vsak dan pojete štiri jušne žlice jogurta, bote brez aft.

Vesel bi bil, če bi najdel še kak nasvet v boju proti aftam.

Kaj ne vete, da pomaga olje čajevca?

Ko bom bil velik, bom imel manj aft.

Vidiste, da ognjič res pomaga pri aftah!

Tokrat pa ti res nič nebo pomagalo.

Sončne prvomajske počitnice
Magda GRAJŠ