

## **Тема: Харчові отруєння. Перша допомога при харчових отруєннях.**

**Мета:** - обговорити з учнями необхідність вибору корисних для здоров'я продуктів харчування; ознайомити з профілактикою отруєнь недоброякісною їжею, рослинною їжею;

- розвивати вміння та навички само- та взаємодопомоги при харчових отруєннях;
- виховувати бережливе ставлення до свого здоров'я.

**Учні повинні знати:** називати характерні ознаки харчових отруєнь;

**Учні повинні вміти:** наводити приклади наслідків неправильного харчування та правила само- та взаємодопомоги при харчових отруєннях.

**Обладнання:** наочний матеріал, роздрукований на А4, що можна кріпити на магнітну дошку.

**Тип уроку.** Урок формування компетентностей.

### **Хід уроку**

#### **I. Організація класу до уроку.**

#### **II. Актуалізація опорних знань та умінь учнів.**

- Які основні правила купівлі продуктів харчування?
- Як потрібно обробляти овочі та фрукти перед вживанням?
- Чи існують правила зберігання продуктів харчування? Назвіть їх.

#### **III. Мотивація навчальної та пізнавальної діяльності учнів.**

Вправа "Синтез думок". Робота проводиться у стаціонарних четвірка.

Кожна четвірка учнів отримує листочок з прислів'ям. Завдання написати свою думку( кілька слів) щодо розуміння змісту прислів'я. Записи роблять всі четверо учасників індивідуально. Час виконання 4 хв.

1. Якщо хочеш продовжити своє життя, скороти свої трапези . Б. Франклін

2. Ніхто не має переходити міри ні в їжі, ні в питті. Піфагор

3. Ненажера риє собі могилу зубами. Стародавні мислителі

4. «Ми – те, що ми їмо. Поль Брегг

Кожна четвірка висловлює свої міркування. Після чого відбувається синтез думок.

Надмірне переїдання шкідливе для здоров'я. Неякісна їжа може призвести до харчових отруєнь.

#### IV. Вивчення нового матеріалу.

##### Перевірка рівня поінформованості учнів. Обговорення думок

*Учитель.* Харчові отруєння виникають за таких причин: вживання несвіжих харчових продуктів, куди потрапили хвороботворні мікроорганізми; отруйних рослин і грибів; отруєння препаратами побутової хімії.

**Отруєння харчовими продуктами** може виникнути тоді, коли вживаються зіпсовані харчові продукти (зберігання без холодильника, у теплому приміщенні тощо). За порушення правил зберігання таких продуктів можуть виникати тяжкі отруєння бактеріального походження - ботулізм і сальмонельоз.

**Ботулізм** - це дуже небезпечне і в багатьох випадках смертельно токсичне інфекційне захворювання, яке виникає при вживанні продуктів, заражених мікробом групи клостридій. Клостридії у великій кількості присутні в ґрунті, де можуть існувати довгі роки, а також у кишечнику багатьох тварин, звідки з фекаліями потрапляють у ґрунт. Харчові продукти, що недостатньо оброблені, стають причиною захворювання на ботулізм.

Токсин починає вироблятися тільки без доступу кисню. Зазвичай це відбувається в консервованих, щільно закупорених продуктах, в черевці засоленої риби, в овочах, рибі та м'ясі, засолених великими шматками, у великій тарі, до дна якої не проникає кисень. Багато випадків отруєння виникають від вживання консервованих грибів.



Отрута, яку виділяє бактерія, спричиняє тяжкі ураження центральної та периферичної нервової системи, наслідком чого є паралічі, порушення зору (характерно подвоєне зображення предметів в очах). Через ураження центрів дихання та серцевої діяльності довгастого мозку може настати смерть людини.

**Сальмонельоз** також є харчовим отруєнням бактеріального походження (сальмонели), але іноді захворювання виникає у вигляді епідемічних спалахів. Це відбувається тоді, коли недоброякісний продукт вживало одразу багато людей. При порушенні правил зберігання небезпечними щодо сальмонельозу є: м'ясний фарш, курячі та качині яйця, холодець, сир, ставкова та річкова риба, тістечка та торти з вершковим кремом, вершки, майонез. При цьому сальмонели не змінюють ні смаку, ні запаху їжі. Хвороба починається вже у першу добу після вживання недоброякісного продукту. Виникає тяжке блювання, пронос, значно підвищується температура тіла, з'являється сильний озноб.



### **Фізкультхвилинка.**

Раз-два – всі пірнають,  
Три, чотири – виринають,  
П'ять, шість – воді  
Кріпнуть крильця молоді.  
Сім, вісім – що є сили  
Всі до берега поплили.  
Дев'ять, десять – обтрусилась  
І за парти опустились.

Отруєння можуть спричинити **отруйні гриби** (наприклад, біла поганка, мухомор червоний, опеньок несправжній, сатанинський гриб).

Під час збирання грибів слід дотримуватися таких правил: не беріть старих, уражених черв'яками грибів; не збирайте грибів, навіть добре відомих їстівних, поблизу автотрас, промислових об'єктів, бо вони мають властивість нагромаджувати шкідливі речовини з довкілля (наприклад, важкі метали, радіонукліди). Готувати страви з грибів слід у той самий день, коли вони

зібрані. Перед приготуванням гриби треба добре промити, потім двічі прокип'ятити протягом 20-30 хвилин. При будь-якому отруєнні грибами, навіть на перший погляд нетяжкому, слід негайно звернутися до лікаря. Симптоми отруєння: нудота, блювота, біль у животі, проноси, судоми, посилене потовиділення, мимовільне сечовиділення. До приходу лікаря необхідно перш за все постаратися вивести отруйну речовину з організму. Для цього необхідно звернутися до дорослих, щоб допомогли промити шлунок і спорожнити кишківник. Шлунок промивають теплою водою, содовим розчином або слабким розчином марганцевокислого калію.

Постраждалому не можна самому йти в лікарню, а також бігти або їхати на велосипеді. Це може сприяти швидкій дії отрути. Тому хворий до госпіталізації і в період перебування у лікарні повинен дотримуватися постільного режиму. Ураження **отруйними рослинами** часто трапляються у дітей, коли вони вживають отруйні ягоди, сприймаючи їх за їстівні (вовче лико, вороняче око, конвалія, беладона, паслін солодко-гіркий, дурман звичайний, мак снодійний, блекота, цибуля дика).

**Перша допомога** в усіх цих випадках має бути спрямована на видалення з організму людини недоброякісної їжі, залишків отруйних грибів або рослин. Чим швидше це зробити, тим менше отрути потрапить у кров. До прибуття лікаря слід промити шлунок - дати людині випити підряд п'ять-шість склянок слабого (рожевого) розчину перманганату калію, або легкого розчину соди. Потім, подразнюючи двома пальцями корінь язика та задню стінку глотки, викликати блювання. Так варто зробити кілька разів, доки з'явиться вода без домішок їжі. Можна застосувати очисну клізму. Після цього можна дати випити злегка підсолену воду або несолодкий чай. **Обов'язково викликати швидку**, а хворого покласти в ліжку, щоб голова була повернута набік. Пильнувати, щоб не захлиснувся блюванням. Вкрити теплою ковдрою.

## V. Закріплення і узагальнення знань.

### Приєм «Свої приклади»

Учитель пропонує учням після нового матеріалу підготувати свої приклади (завдання, задачі) до вивченої теми.

## VI. Підведення підсумків.

### Рефлексія. Продовжіть речення.

На цьому уроці я дізнався...

Я обов'язково розкажу друзям про...

Поцікавлюся в батьків...

## VII. Домашнє завдання.

Опрацювати параграф підручника...

Практична частина. Скласти постер ” Убережи себе від кишкових отруєнь та інфекцій ”