

Bài
24

Chăm sóc, bảo vệ cơ quan bài tiết nước tiểu

Hàng ngày, em thường uống mấy cốc nước?



- Nếu được một số bệnh thường gặp ở cơ quan bài tiết nước tiểu.
- Nếu được sự cần thiết và thực hiện được việc uống đủ nước, không nhịn tiểu để phòng tránh bệnh sỏi thận.



- Nói về nội dung các hình sau.
- Bạn Nam có thể bị bệnh gì nếu giữ thói quen sinh hoạt như trên?



- Điều gì xảy ra với bạn Nam? Bác sĩ đã nói với Nam những gì?



Nếu cháu nhịn tiểu thường xuyên, uống ít nước và không giữ vệ sinh cơ thể thì cháu có thể bị viêm hoặc sỏi thận.



Sỏi thận có thể làm cháu bị đau và nếu để lâu sẽ gây nguy hiểm.



- Chia sẻ với bạn về bệnh sỏi thận và những điều em học được từ câu chuyện của Nam.



Cơ quan bài tiết nước tiểu có thể bị viêm, sỏi thận nếu em uống không đủ nước, nhịn tiểu thường xuyên và không giữ vệ sinh cơ thể.



• Nên hay không nên làm theo bạn trong mỗi hình sau? Vì sao?



• Em đã làm gì để bảo vệ cơ quan bài tiết nước tiểu?



- Em có đồng tình với ý kiến của bạn An trong tình huống sau không?
Vì sao?



- Bạn sẽ uống nước vào những khoảng thời gian nào trong ngày?

- Viết những khoảng thời gian trong ngày mà bạn cần uống nước.
- Chia sẻ với mọi người và dán vào góc học tập của bạn.



Hàng ngày, em cần uống đủ nước, không ăn mặn, không nhịn tiểu, tắm rửa sạch sẽ và thay quần áo lót để chăm sóc, bảo vệ cơ quan bài tiết nước tiểu.



Sỏi thận