**Biologia 7**

Zapiszcie temat lekcji

**Temat: Higiena i choroby układu krwionośnego.**

*Przepisz do zeszytu*

1 Higiena układu krwionośnego:

* odpowiednie odżywianie, dieta
* unikanie alkoholu i palenia papierosów
* umiarkowany wysiłek fizyczny
* badanie i kontrolowanie pracy serca i składu krwi

2. Choroby układu krwionośnego:

* niedokrwistość (anemia)
* miażdżyca
* białaczka
* nadciśnienie tętnicze
* zawał serca
* krwotoki
* Miażdżyca jest spowodowana odkładaniem się blaszek miażdżycowych wewnątrz naczyń krwionośnych.
* Anemia objawia się zbyt niską liczbą erytrocytów we krwi. Bardzo często jest spowodowana przez niedobory żelaza w diecie.
* Białaczka to choroba nowotworowa szpiku kostnego. U chorego krwinki białe nie funkcjonują prawidłowo.

Praca samodzielna

Korzystając z podręcznika opisz **nadciśnienie tętnicze** podając jego

* przyczyny, -…………………………………………………………….
* objawy,-………………………………………………………………..
* leczenie -………………………………………………………………
* profilaktykę.-………………………………………………………….