

გაიხსენე, რა იყო
გრიპის შესახებ.

გრიპი



გრიპი მძიმე დაავადებაა, რომელსაც ინვეს გრიპის ვირუსი. ვირუსი პანანინა, თვალთ უხილავი ნაწილაკია. იგი ვრცელდება მაშინ, როდესაც ავადმყოფი ახველებს, აცემინებს და საუბრობს. ამ დროს ჰაერში იფანტება უწვრილესი ნვეთები, რომლებზეც უამრავი ვირუსია. ჯანმრთელი ადამიანი შეისუნთქავს მათ და თვითონაც ავად ხდება. ავადმყოფობა **ვლინდება** ვირუსის ორგანიზმში მოხვედრიდან 2-3 დღეში.

გრიპი იწყება **უეცრად**, მაღალი სიცხით ($+38/+40^{\circ}\text{C}$). გრიპით დაავადებული ადამიანები თავს გრძნობენ ძალიან სუსტად, ისე, თითქოს დაღლილები არიან. ამცივნებთ და აკანკალებთ. ძლიერ ახველებთ. ხანდახან აცემინებთ. სტკივათ თავი, თვალები, სახსრები და კუნთები. ზოგჯერ ანუხებთ ყელის ტკივილიც, ეჭედებათ ცხვირი და ეწყებათ სურდო.

ადამიანს გრიპი შეიძლება გაურთულდეს კიდევ. მაგალითად, დაემართოს ბრონქიტი ან ფილტვების ანთება. ზოგი გართულება სახიფათოც კი არის სიცოცხლისათვის. განსაკუთრებით საშიშია ეს დაავადება პატარა ბავშვებისთვის, ორსულებისა და მოხუცებისთვის. ასევე საშიშია მათთვის, ვისაც დიაბეტი ან ასთმა აქვს, ან გული ანუხებს.

გართულებული გრიპის ნიშნებია:

- $+38^{\circ}\text{C}$ -ზე მეტი სიცხე 3 დღეზე მეტხანს;
- სუნთქვის გაძნელება;
- ქოშინი – აუჩქარებელი და მძიმე სუნთქვა;
- კანისა და ტუჩების სილურჯე;
- ტკივილი მკერდში;
- მოწითალო ან მოვარდისფრო ნახველი;
- ბავშვებში – ლებინება ან ყლაპვის გაძნელება.

ასეთ დროს სასწრაფოდ უნდა გამოვე-
ძახოთ ექიმს. შეიძლება დაგვჭირდეს სა-
ავადმყოფოში წასვლაც.

გრიპისგან თავის დაცვის ერთ-ერთი საუკეთესო გზაა ვაქცინაცია, ანუ აცრა. კარგი იქნება, თუ აცრას ოქტომბერში გავიკეთებთ, რადგან გრიპი ყველაზე ხშირია ნოემბრიდან აპრილამდე. ცივ და მშრალ ამინდში გრიპის ვირუსი ყველაზე დიდხანს ცოცხლობს.

კიდევ როგორ შეიძლება დავიცვათ თავი გრიპისგან?

- ▶ ხშირად უნდა დავიბანოთ ხელე-
ბი საპნით, რათა ჩვენს კანზე მოხ-
ვედრილი გრიპის ვირუსი არ
გადავი-ტანოთ თვალზე, ცხვირზე ან
პირზე.
- ▶ ხშირად **გავანიავოთ** ოთახები.
- ▶ სველი ტილოთი ხშირად გავწმინ-
დოთ იატაკი და ავეჯი.
- ▶ მოვერიდოთ ავადმყოფებს. მათთან
ყოფნისას გავიკეთოთ პირბადე.
- ▶ პირბადე უნდა გვეკეთოს გრიპის
გავრცელების დროს ხალხმრავალ
ადგილებშიც (ტრანსპორტში, მაღა-
ზიებში და სხვაგან).
- ▶ გრიპიანი ავადმყოფი აუცილებლად
უნდა დარჩეს სახლში. ასე გრიპი
ნაკლებად გაურთულდება და სხვებ-
საც არ გადასდებს.

რაჭომ უნდა მოვერიდოთ სხვა
ადამიანებს გრიპის დროს?



ტექსტის გაგება

ყოველ შეკითხვას შეურჩიე თითო სწორი პასუხი.

1 ტექსტის პირველი აბზაციდან ვიგებთ:

- ა) რა არის გრიპის გამომწვევი მიზეზი.
- ბ) რამდენ დღეს გრძელდება გრიპი.
- გ) როგორ ჩნდება გრიპის ვირუსი.

2 როდის არის გრიპი სიცოცხლისთვის განსაკუთრებით საშიში?

- ა) როდესაც ადამიანს ახველებს და აცემინებს.
- ბ) როდესაც ადამიანს სიცხე უეცრად აუწევს.
- გ) როდესაც ადამიანს სხვა დაავადებაც აწუხებს.

3 თუ მაღალი სიცხე 3 დღეზე მეტხანს გაგრძელდა:

- ა) ავადმყოფმა სასწრაფოდ უნდა გაიკეთოს აცრა.
- ბ) ავადმყოფმა სასწრაფოდ უნდა გაანიავოს ოთახი.
- გ) ავადმყოფმა სასწრაფოდ უნდა მიმართოს ექიმს.

4 გრიპისაგან თავის დაცვის საუკეთესო საშუალებაა:

- ა) აცრის გაკეთება მხოლოდ გრიპის გართულების შემთხვევაში.
- ბ) აცრის გაკეთება ოქტომბერში, სანამ გრიპი გახშირდება.
- გ) აცრის გაკეთება წელიწადში ორჯერ ნებისმიერ დროს.

5 გრიპი სხვისგან რომ არ გადაგვედოს:

- ა) უნდა მოვერიდოთ ცუდ ამინდში სიარულს.
- ბ) სასწრაფოდ უნდა დავწვეთ საავადმყოფოში.
- გ) უნდა გავიკეთოთ სპეციალური პირბადე.

6 ამ ტექსტის მთავარი მიზანია, გაგვაცნოს:

- ა) რა საშუალებებით დავიცვათ თავი გრიპისაგან.
- ბ) რატომ ურთულდებათ ადამიანებს გრიპი.
- გ) რომელ სეზონზე უნდა გავიკეთოთ აცრა.



▶▶▶ ლექსიკა

1 გაარკვიე ხაზგასმული სიტყვების მნიშვნელობები.

- ავადმყოფობა **ვლინდება** ორგანიზმში ვირუსის მოხვედრიდან ორ-სამ დღეში.
ა) ვრცელდება. ბ) მჟღავნდება. გ) რთულდება.
- გრიპი ადამიანს ეწყება **უეცრად**.
ა) მოულოდნელად. ბ) უცნაურად. გ) შეუმჩნევლად.
- ოთახი ხშირად უნდა **გავანიავოთ**. **განიავება** ნიშნავს:
ა) ოთახის დალაგებას. ბ) მტვრის ალებას. გ) ჰაერის განმენდას.

2 რომელია მსგავსი მნიშვნელობის სიტყვები (სინონიმები)?

- ა) იშვიათი – ხშირი. ბ) მშრალი – სველი. გ) საშიში – სახიფათო.

▶▶▶ ბრამატიკა

1 დაწერე სწორი ფორმით ფრჩხილებში ჩასმული სიტყვა.

ხელები (საპონი) ----- დაიბანეთ.

2 დაწერე ფრჩხილებში ჩასმული სიტყვები თანდებულიანი ფორმით.

- (გრიპი) ----- თავის დაცვა ვაქცინაციით არის შესაძლებელი.
- გრიპი ყველაზე ხშირია (ნოემბერი) ----- აპრილამდე.
- ზოგი გართულება საშიშია (სიცოცხლე) ----- .

3 რომელია არასწორი?

- ა) პანანინა ვირუსები. ბ) საშიში ვირუსები. გ) უამრავი ვირუსები.
- ა) დიდ ხანს. ბ) დიდხანს. გ) დიდი ხანი.

4 სწორად დაწერე გამოტოვებული ზმნები.

- შენ ოქტომბერში უნდა აიცრა. მე ოქტომბერში უნდა -----.
- შენ უნდა გამოუძახო ექიმს. მე უნდა ----- ექიმს.



გრამატიკა

5 დააკვირდი კითხვით სიტყვებსა და ნიმუშს. დაწერე სიტყვები სწორი ფორმით.

როგორი?	რა?
ლურჯი	სილურჯე
ნითელი	
ცივი	
მშრალი	

6 დაწერე ნიმუშის მიხედვით.

ნიმუში: რთული – გართულდა.

1. ძნელი – -----.

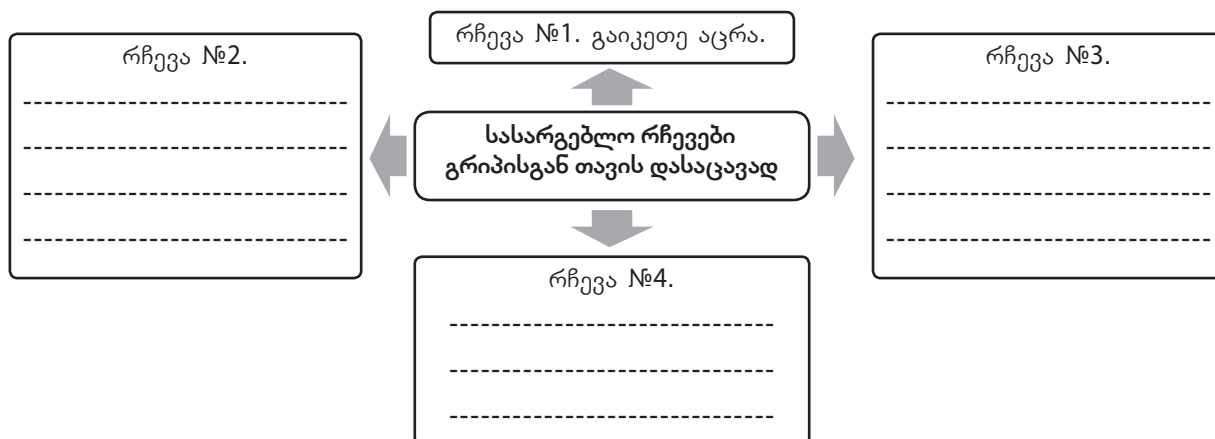
2. ხშირი – -----.

წერა

1 ტექსტის მიხედვით შეავსე სქემა და დაწერე, რა ნიშნები აქვთ ჩვეულებრივ და გართულებულ გრიპებს.

ჩვეულებრივი გრიპი	გართულებული გრიპი
1. იწყება მაღალი სიცხით. ----- ----- ----- -----	1. მაღალი სიცხე გრძელდება 3 დღეზე მეტხანს. ----- ----- ----- -----

2 ტექსტის მიხედვით დაწერე რამდენიმე რჩევა, თუ როგორ დავიცვათ თავი გრიპისგან.



3 შევსებული სქემიდან ამოიწერე რამდენიმე რჩევა და დაამზადე საინფორმაციო ბუკლეტი. გამოიყენე სიტყვები: გახსოვდეთ, იცოდეთ, გაითვალისწინეთ. გააფორმე შენი ნამუშევარი ნახატებით.

