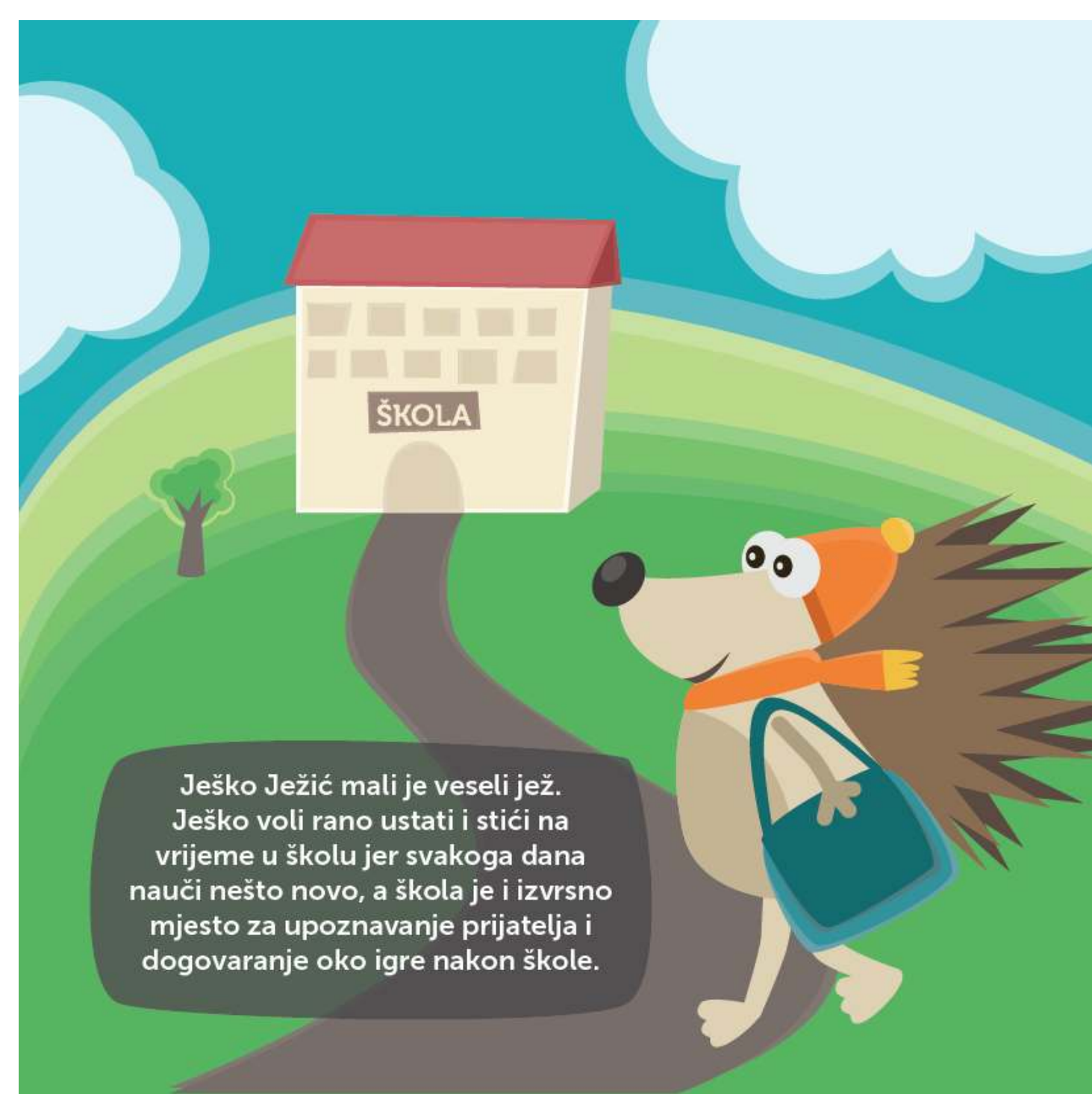




# Kako je Ješko pobijedio prehladu!



Ješko Ježić mali je veseli jež. Ješko voli rano ustati i stići na vrijeme u školu jer svakoga dana nauči nešto novo, a škola je i izvrsno mjesto za upoznavanje prijatelja i dogovaranje oko igre nakon škole.



Ješko s prijateljima najviše voli igrati nogomet, ali rado se igra i skrivača i graničara. Jednog hladnog zimskog dana Ješko je zaboravio ponijeti kapu na putu do škole. Nakon igre s prijateljima, kući se vratio šmrcajući.



Treći je dan Ješku strašno curio nos i nije bio spreman ići u školu. Tata mu je donio papirnate maramice i upozorio ga...

Nakon svakog puhanja nosa moraš prati ruke! I pazi, kada kišeš uvijek stavi ruku pred usta jer slinom možeš zaraziti ljude oko sebe!



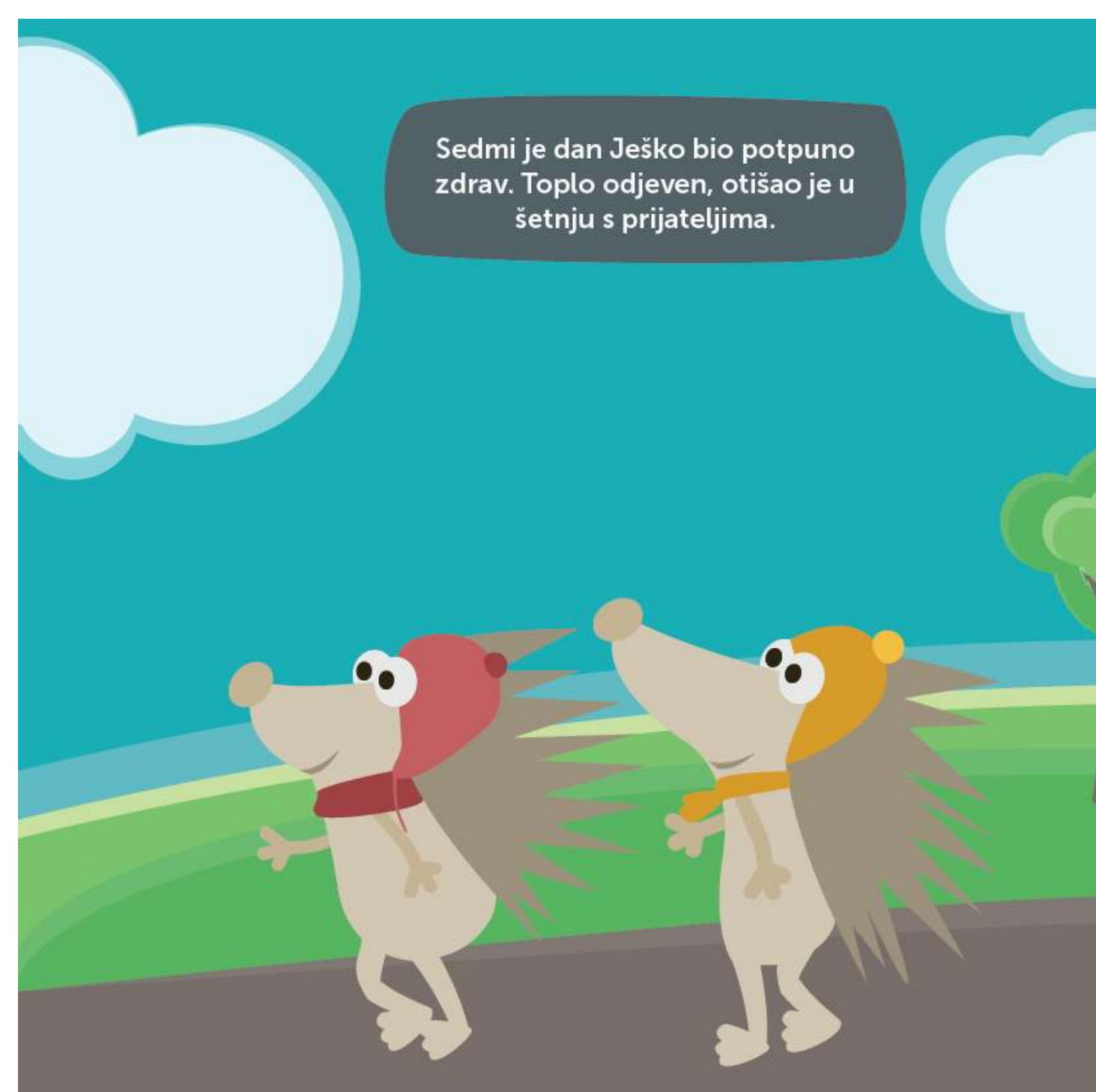
Ostatak dana Ješko je proveo u krevetu, a roditelji su mu naizmjenice čitali sve njegove omiljene priče. Iako prehladen, Ješko je bio jako sretan što je s mamom i tatom proveo još jedan dan.



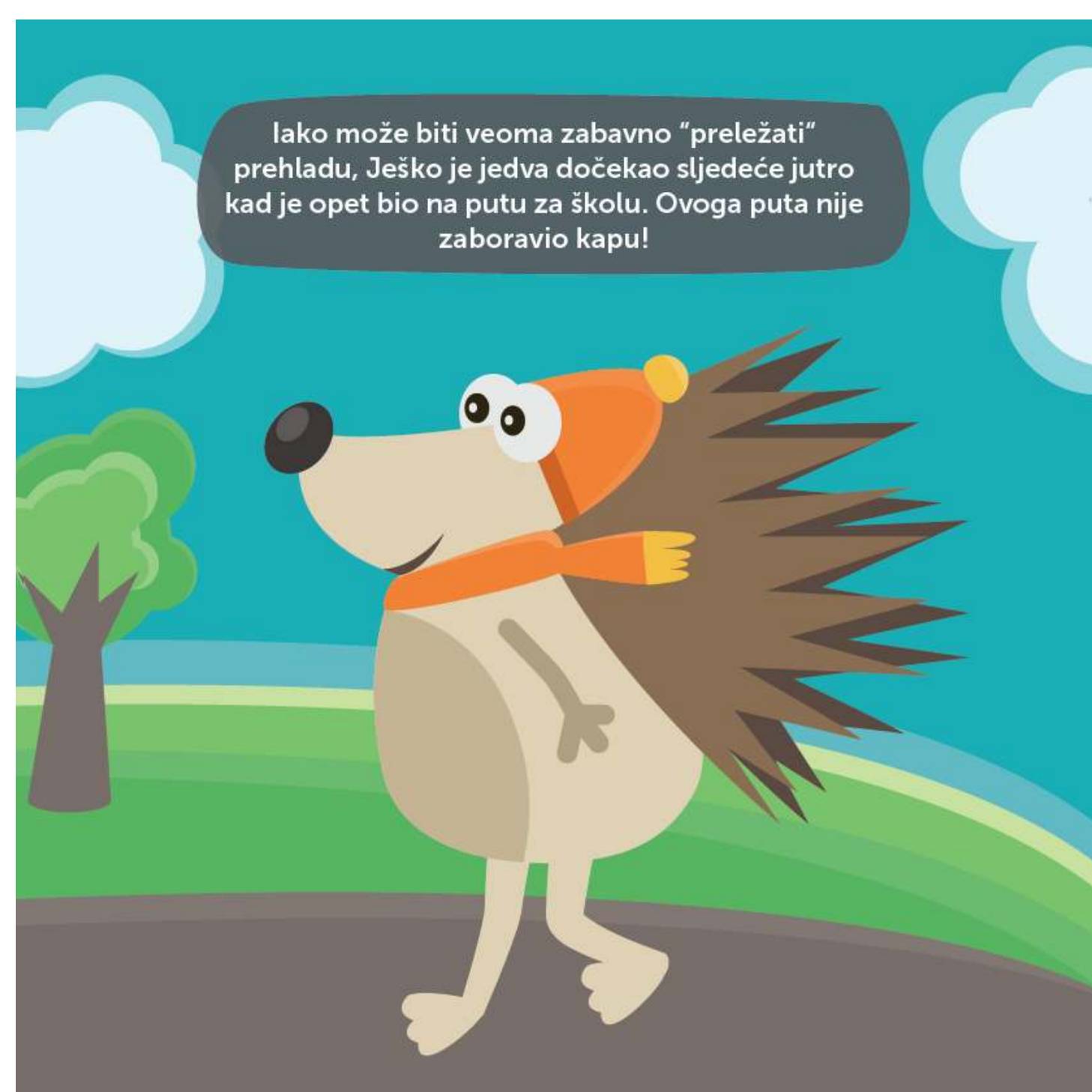
Peti dan su Ješka posjetili prijatelji. Udobno su se smjestili oko njegova kreveta i u miru prepričali što su sve radili u školi dok Ješka nije bilo. Ješko nije zaboravio što ga je tata upozorio: nakon puhanja nosa oprao je ruke, a posebno je pazio da ne kiše prema svojim prijateljima.



Ješka je posebno razveselilo kada je shvatio da nije mnogo propustio. Zadaće nije bilo puno, a nekoliko izgubljenih popodneva u parku lako će nadoknaditi s prijateljima.



Sedmi je dan Ješko bio potpuno zdrav. Toplo odjeven, otišao je u šetnju s prijateljima.



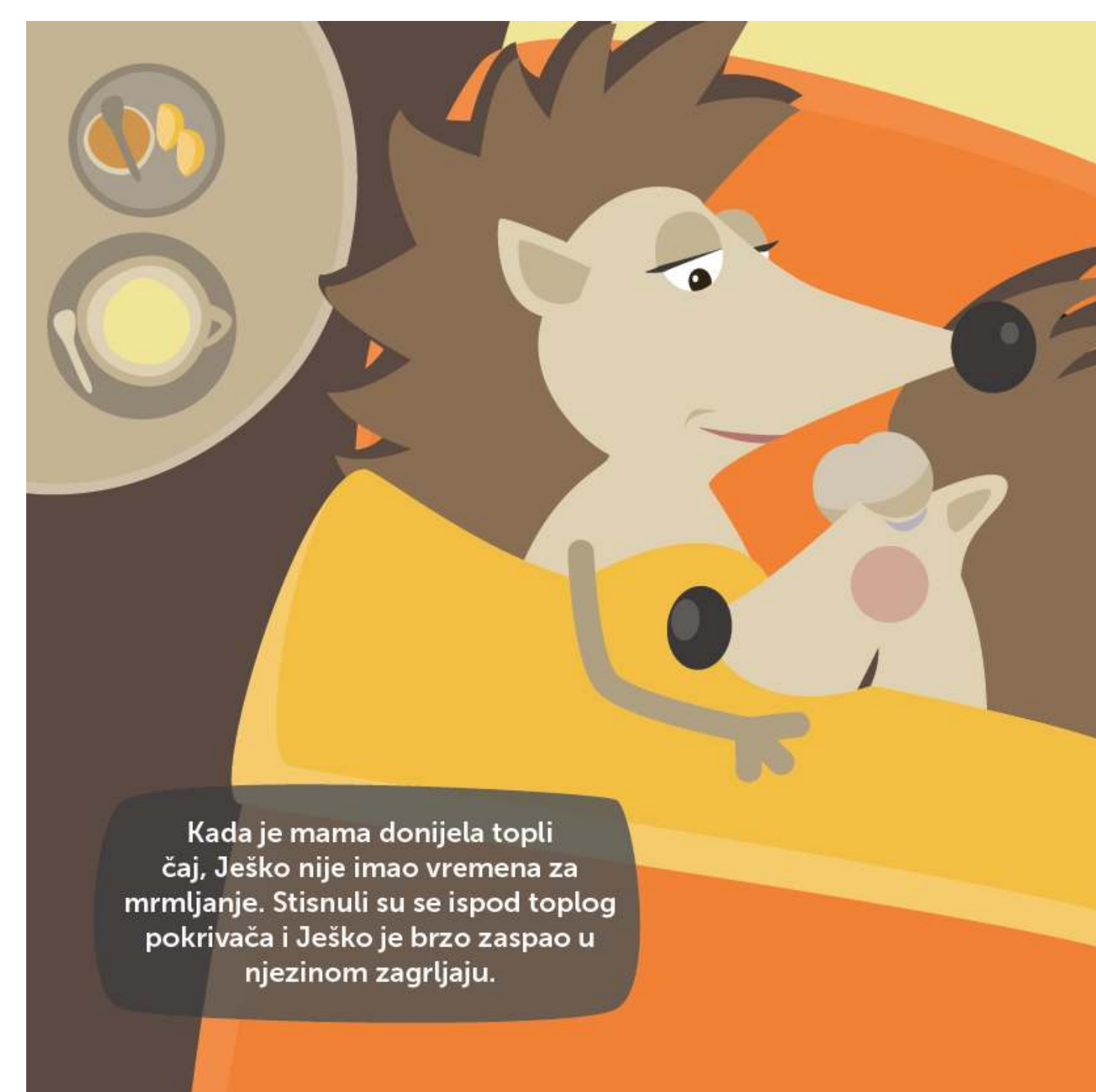
Iako može biti veoma zabavno "preležati" prehladu, Ješko je jedva dočekao sljedeće jutro kad je opet bio na putu za školu. Ovoga puta nije zaboravio kapu!



Drugi mu je dan od jutra curio nos i nikako nije mogao ustati iz kreveta. Boli je su mu se objasnila! Mama Ježić se zabrinula...

Ti si se prehladio! Ali ne brini, ostat ćeš u toplom krevetu i do kraja tjedna biti ćeš potpuno zdrav!

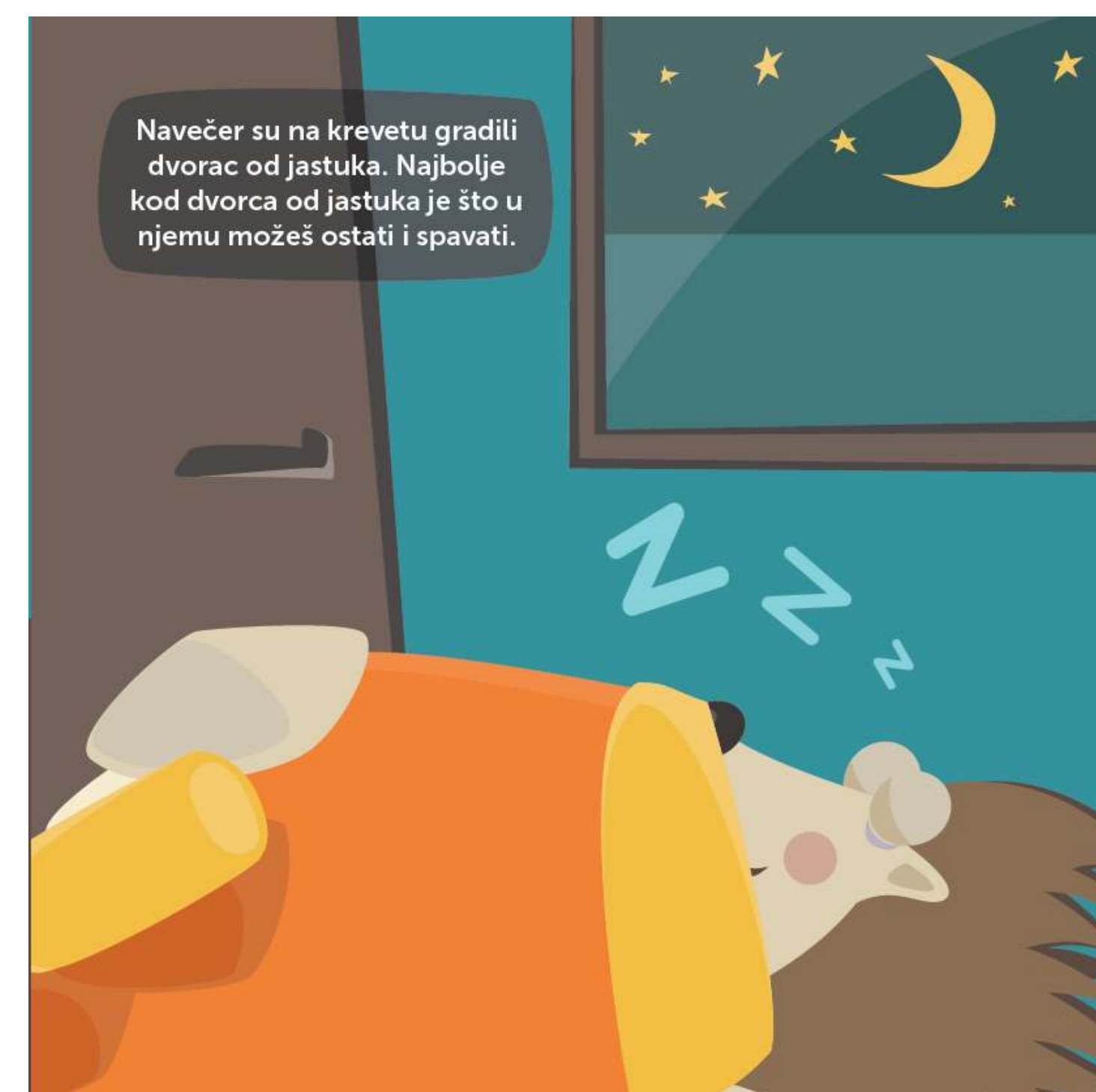
Do kraja tjedna – pa to je cijela vječnost! Tko zna što ću sve propustiti?



Kada je mama donijela topli čaj, Ješko nije imao vremena za mrmljanje. Stisnuli su se ispod toplog pokrivača i Ješko je brzo zaspa u njezinom zagrljaju.



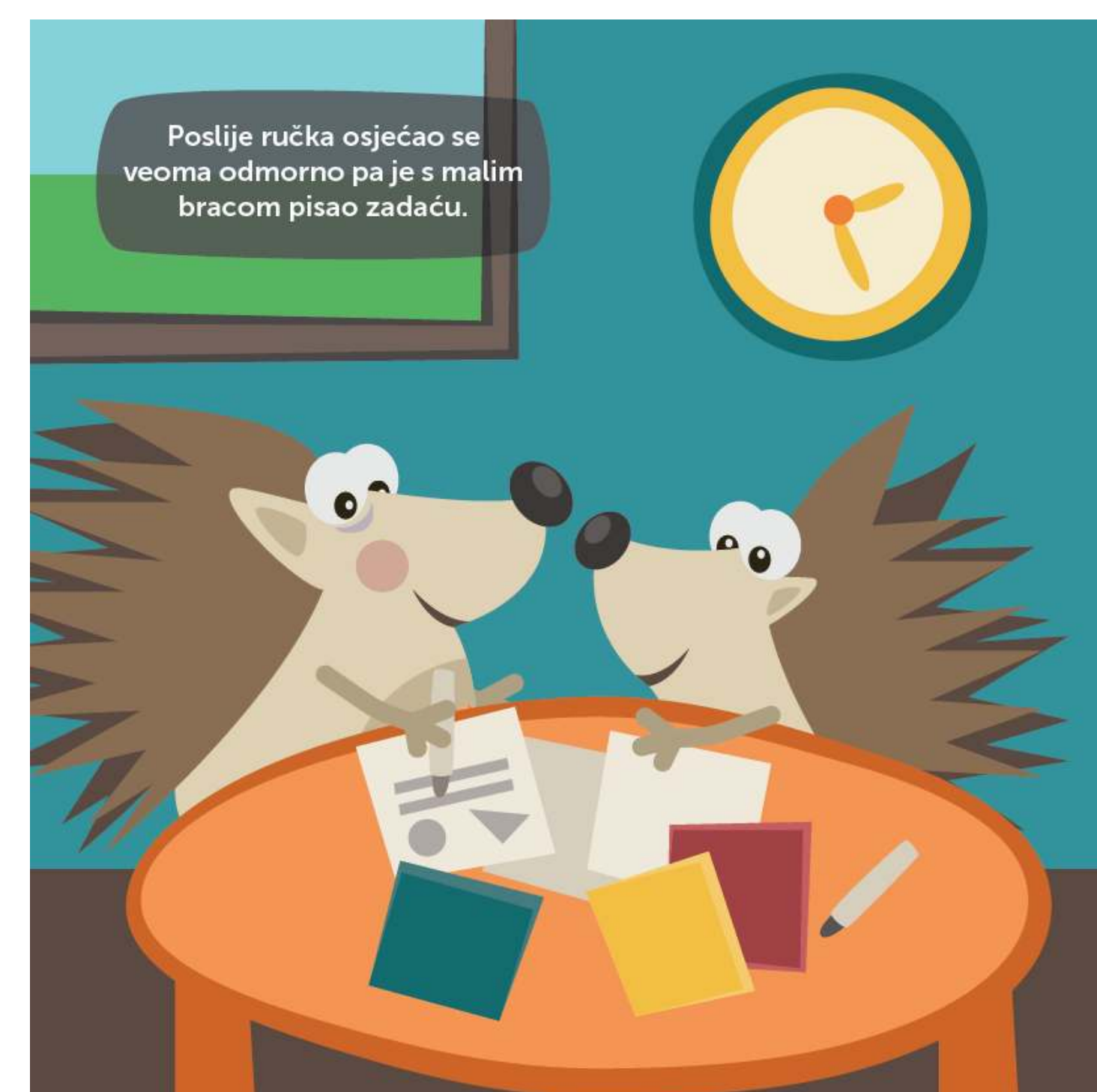
Četvrti je dan Ješko proveo igrajući društvene igre s bratom. Pojeli su mnogo ukusnog i svježeg voća: naranče, jabuke i banane.



Navečer su na krevetu gradili dvorac od jastuka. Najbolje kod dvorca od jastuka je što u njemu možeš ostati i spavati.



Šesti je dan Ješko bio mnogo živahniji. Pomagao je tati posložiti značke u novi album i veselo je zapitkivao o šarenim detaljima na njima. Uživao je u tatinim zanimljivim odgovorima.



Poslije ručka osjećao se veoma odmorano pa je s malim bracom pisao zadaću.

Bakterije i virusi su sitni organizmi koje možemo vidjeti jedino mikroskopom i zbog toga ih zovemo mikroorganizmima. Žive svuda oko nas. Većina je bezopasna, čak nam je i potrebna za normalan život, no neki mikroorganizmi uzrokuju bolesti.

**Bakterije uzrokuju infekcije, a liječe se antibioticima. Antibiotike treba odgovorno koristiti:**

- antibiotici se smiju uzeti samo na preporuku i uz dopuštenje liječnika
- antibiotici su učinkoviti jedino ako se uzimaju u pravoj dozi i u propisanim vremenskim razmacima

Ako antibiotike koristimo i kada ne bolujemo od bakterijske bolesti, dejeno bakterijama priliku da postanu otporne na njih. To je opasno, jer kada bi takve otporne bakterije izazvale bolesti ne bismo ih mogli izliječiti današnjim antibioticima. Zato je važno pridržavati se navedenih pravila, te uputa liječnika.

**Antibiotici ne mogu izliječiti prehladu ili gripu jer te bolesti uzrokuju virusi.**

Da bismo se izliječili od virusne bolesti, naše tijelo mora razviti otpornost – imunitet prema virusu. Možemo reći da je imunitet sposobnost naših obrambenih stanica da se bore.

Odgovor našeg tijela – imunitet – razvija se polako i zato je najbolje neko vrijeme ostati u toplom krevetu i prepustiti našem tijelu da se bori samostalno.

Mi možemo pomoći u toj borbi strpljenjem te svježim voćem i toplim čajem s medom i limunom. Tada će naše tijelo imati dovoljno energije za obranu od virusa.

Za Izdavača: FOSS-MedRI  
 Osmislilo i uredilo: Sven Pal  
 Tekst pripremilo: Marta Viduka i Sven Pal  
 Ilustracije i grafička priprema: Maja Benčić - Fritula d.o.o. (www.fritula.hr)  
 Tisak: Printex d.o.o.  
 Stručni suradnici: prof. dr. sc. Vera Vlahović-Palčevski, dr.med.  
 prof. dr. sc. Arjana Tambić Anđrašević, dr.med.  
 Marina Payerl-Pal, dr.med.

