



Gabija



Skuodo Pranciškaus Žadeikio gimnazija

2015-02-25 Nr. 7 (32) tęsinys

BIOLOGŲ PUSLAPIS

Rajoninė biologijos olimpiadoje visada sekasi tik geriausiems. Šiemet ši tradicija išlaikyta. Tad gal todėl žadeikiečiai užėmė daugumą prizinių vietų. Pirmiausiai sveikiname Dvilę Motiejauskaitę (1d., mok. Irena Kondrotienė), kuri ne tik užėmė pirmąją vietą savo grupėje, bet ir iškovojo teisę atstovauti gimnazijai respublikinėje biologijos olimpiadoje, kuri vyks Birštone. Pirmąją vietą iškovojo ir mok. J. Kubilienės mokinė Vitalija Dapšauskaitė (3c). Antrąsias vietas laimėjo Modestas Milius (1c) ir Ieva Jankutė (3d). Juos ruošė mokytoja I. Kondrotienė. Trečios liko, bet prizininkėmis tapo Urtė Jucevičiūtė (4b, mok. Juneta Kubilienė) ir Viktorija Bendikaitė (3d, mok. Irena Kondrotienė). Na, o kuo gyvena jaunieji biologai, skaitykite šiame puslapyje.

Sveikata ir žalingi įpročiai



Alkoholio poveikis jaunam organizmui

- Priklausomybė nuo alkoholio
- Atminties sutrikimas
- Kepenų cirozė
- Smegenų pakenkimas
- Nervų sistemos pakenkimas
- Širdies ligos
- Gyvenimo sutrumpėjimas
- Mirtis nuo nelaimingų atsitikimų

Tarp alkoholi vartojančių paauglių dažni kepenų pažeidimai, kepenų cirozė, kasos sutrikimai, širdies ir kraujagyslių sistemos ligos, inkstų, šlapimo takų uždegiminės ligos... Alkoholis nepataisomai suardo endokrininę sistemą, didina diabeto riziką. Kadangi jaunuolio centrinė nervų sistema dar nesusiformavusi, vartojant alkoholį ji pažeidžiama itin stipriai. Rezultatas – intelekto, atminties, emocinio atsako sutrikimai. Alkoholis smegenyse pažeidžia plotą, atsakingą už mąstymą, planavimą, sprendimų priėmimą bei impulsų kontrolę ir sritį, susijusią su mokymusi ir atmintimi. Pažeidimai gali būti ilgalaikiai ir negrįžtami. Temperatūra kaukolėje – 36 0C. Žuvusios ląstelės ima pūti ir irti. Tos pūvančios smegenų ląstelės ir yra pagiringos galvos skausmo priežastis. Kad pūvančios ląstelės visiškai neapnuodytų smegenų, organizmas, joms išplauti, į smegenis pumpuoja daug vandens. Tas skystis tarsi replėmis spaudžia ryte pagiringą galvą.

Skysčiai išplauna smegenų ląsteles ir kartu su šlapimu patenka į kanalizaciją. Todėl įsiminkite: kas geria alų, vyną ar degtinę, tas kitą dieną šlapinasi savo smegenimis. Kai alkoholis su krauju patenka į širdį, jis tirpdo širdies raumenų ląsteles: atsiranda mikrorandai, raumenys praranda elastingumą, vos pajėgia dirbti, širdis springsta krauju, nespėdama jo varinėti. Širdis nuo alkoholio pasidengia riebalų sluoksniu, todėl alkoholį vartojančių žmonių širdis yra riebi ir sunki.



Rūkymo žala jaunam organizmui

Statistika skelbia, jog rūkančiųjų skaičius pasaulyje nuolat didėja, o pradedančiųjų rūkyti amžius pavojaingai

jaunėja. Ši tendencija neaplenkia ir Lietuvos. Kyla klausimas: kas dėl to kaltas? Bet žymiai svarbiau nuo rūkymo apsaugoti

pažeidžiamiausią visuomenės grupę – vaikus? Tikriausiai ne kartą matėte miesto parke, gatvėje ar kitoje viešojoje vietoje cigaretės dūmu besimėgaujantių nepilnamečių: vos 10-14 metų vaikai „atsipūtę“ čia pat už mokyklos kampo demonstruoja savo „brandą“, o ir tėvų pinigai duoti pietums akivaizdžiai buvo panaudoti ne pagal paskirtį.

■ Dėl širdies ligų rūkaliai staiga miršta 5-8 kartus dažniau negu nerūkantys.

■ Rūkantys 6 kartus dažniau nei nerūkantys miršta nuo lėtinio bronchito arba plaučių ligų.

■ Plaučių vėžiu rūkaliai serga 20 kartų dažniau negu nerūkantys.

■ Jei surūkomi du pakeliai per dieną ar daugiau, tai gyvenimas sutrumpėja 8-12 metų.

■ Širdies infarktu rūkaliai suserga 2-3 kartus dažniau.

Rajono moksleivių krepšinio varžybose

Skuodo Pranciškaus Žadeikio gimnazijos vaikinų komanda dalyvavo

ir laimėjo I vietą,

na o zoninėse varžybose laimėjo II vietą

Komandos nariai:

Bružas Vilius 1a

Veitas Martynas 1b

Jonušas Mantas 1b

Petkus Gvidas 1b

Šmaižys Linas 1b

Pocius Vitalijus 1a

Pocius Laurynas 1d

Norvaišas Dovydas 1a

Staškus Dovydas 1b

Buivydas Edvinas 1b



O merginų rajoninėse krepšinio varžybose

vasario 25 d., vadovaujamos mokytojos D. Veisienės, iškovojo I vietą.



Mokintis ir sportuoti naudinga organizmui.