

SAĞLIKLA İLGİLİ KURUMLAR VE MESLEKLER

- **Doktorluk, hemşirelik ve eczacılık**, sağlık alanında hizmet veren mesleklerdir. Sağlıkla ilgili hizmet veren kurumlar; **hastane, aile sağlığı merkezi ve eczanedir**.
- Doktora yardım eden kişiye **hemşire** denir.
- Hastalanınca insanları tedavi eden kişiye **doktor** denir.
- Dişlerimizle ilgili bir sorun yaşadığımızda **diş hekimine** gideriz.
- Hastalandığımızda bizlere iğne yapan ve serum takan kişiler **hemşirelerdir**.
- İlaçlarımızı **eczaneden** alırız.
- Hastalanınca **hastaneye veya aile sağlığı merkezine (sağlık ocağı)** gideriz.

SAĞLIKLI HAYAT GENEL BİLGİLER

- Sağlıklı büyüme ve gelişme için kişisel bakım, spor, uyku ve beslenme çok önemlidir.
- Dengeli beslenmek için her besinden yeteri kadar tüketmeliyiz.
- Yemek yerken görgü kurallarına uymalıyız.
- Sağlığımızı korumak için temizliğimize dikkat etmeliyiz.
- Doktorun yazdığı ilaçları eczaneden alırız.

- Mevsimine uygun kıyafetleri giymeliyiz.
- Mevsimine uygun olmayan sebze ve meyve yemek sağlığını bozabilmektedir.
- Hastane, sağlık hizmeti veren kurumlardan bir tanesidir.
- Yazın terlememek için ince ve pamuklu kıyafetler tercih etmeliyiz.
- Hemşireler ve eczacılar ilaç yazamazlar. İlaçları doktorlar yazarlar.
- Ağızımızda lokma varken konuşmamalıyız.
- Çevremizi temiz tutmalı, kişisel temizliğimize de özen göstermeliyiz.
- Sağlığımız için düzenli bir uyku alışkanlığımızın olması gereklidir.
- Günde en az iki defa dişlerimizi fırçalamalıyız.
- Diş sağlığımız için yılda en az bir defa diş hekimine kontrol için gitmeliyiz.