

1. Viết Đ vào ô trống trước câu trả lời đúng, S vào ô trống trước câu trả lời sai:

☐

Khi khỏe mạnh ta cảm thấy thoải mái, dễ chịu

☐

Khi khỏe mạnh ta cảm thấy mệt mỏi, khó chịu

☐

Khi bị bệnh ta cảm thấy mệt mỏi, khó chịu.

☐

Khi bị bệnh có thể có một số biểu hiện như chán ăn, đau bụng, tiêu chảy, sốt, ho.

2. Em sẽ làm gì khi trong người cảm thấy khó chịu hoặc thấy không bình thường?

3. Em hãy hoàn thành công thức nấu cháo muối dành cho người bị bệnh tiêu chảy

Để nấu cháo muối cần bao nhiêu gạo, bao nhiêu nước và bao nhiêu muối ?

Gạo



Nước



Muối



4. Em hãy điền từ thích hợp vào chỗ chấm:

ăn kiêng

giá trị dinh dưỡng

thức ăn lỏng

nhiều bữa

a. Người bị bệnh thông thường cần được ăn nhiều thức ăn có như thịt, cá, trứng, sữa, các loại rau xanh, quả chín.

b. Có một số bệnh đòi hỏi phải theo chỉ dẫn của bác sĩ.

c. Đối với người bệnh quá yếu (mà không phải ăn kiêng) nên cho họ ăn như cháo thịt băm nhỏ, xúp, canh, uống sữa, nước quả ép.

d. Nếu người bệnh không muốn ăn hoặc ăn quá ít nên cho ăn trong ngày.