

PHIẾU HỌC TẬP

Em hãy nghiên cứu thông tin trong hai cột dưới đây rồi nối tên các thói quen sống lành mạnh (cột A) với cơ sở khoa học (cột B) tương ứng của chúng.

A. Thói quen sống lành mạnh	B. Cơ sở khoa học
Vệ sinh cơ thể, đặc biệt và hệ bài tiết thường xuyên	Giúp quá trình tạo nước tiểu diễn ra liên tục, hạn chế việc hình thành sỏi thận
Uống đủ nước	Giúp thận không phải làm việc quá sức, hạn chế sự xâm nhập của chất độc vào cơ thể
Đi tiểu đúng lúc	Hạn chế sự phát triển của vi khuẩn gây bệnh
Không ăn quá mặn, không ăn thức ăn ôi thiu	Tạo điều kiện thuận lợi cho quá trình lọc máu