



Krzyżówka

„Zdrowy Umysł, Zdrowe Ciało”

1. Substancja chemiczna (używka), która jest często nadużywana i mogą prowadzić do nieodwracalnych uszkodzeń zdrowia.
2. Zanieczyszczenie powietrza, które pochodzi z palenia tytoniu lub paliw kopalnych, negatywnie wpływające na zdrowie.
3. Jak nazywa się choroba zakaźna, której można uniknąć dzięki częstemu mycia rąk.
4. Podstawowy środek do mycia rąk.
5. Dobry stan fizycznej i psychiczny, ważny dla zdrowia człowieka.
6. Wirus atakujący układ odpornościowy przenoszony drogą płciową i przez krew.
7. Czas potrzebny organizmowi na regenerację i odpoczynek.
8. Choroba, która polega na niekontrolowanym wzroście komórek w organizmie.
9. Lek, który stosuje się w leczeniu infekcji bakteryjnych, ale nie działa na wirusy.
10. Organ, który filtruje toksyny z organizmu.
11. Substancja niezbędna do prawidłowego funkcjonowania organizmu, którą można pozyskać zarówno z pożywienia, jak i przyjmować w postaci suplementu diety.
12. Jak nazywa się choroba wywołana brakiem higieny jamy ustnej.
13. Owoc, symbol zdrowia.
14. Niezdrowy nawyk, którego warto się pozbyć.
15. Badanie, które można samemu wykonać i może pomóc w wczesnym wykryciu raka jądra lub piersi.
16. Popularna forma terapii fizycznej, która angażuje ciało w celu poprawy elastyczności i równowagi.
17. Płyn, który jest niezbędny do prawidłowego funkcjonowania organizmu.
18. Metoda ochrony przed groźnymi chorobami np. HPV, WZW typu B.
19. Narząd w jamie ustnej, który pomaga w przeżuwananiu pokarmu.
20. Napój, który zawiera kofeinę, cukier i inne substancje pobudzające.
21. Pajęczak, który może przenosić boreliozę.
22. Podstawa zdrowego odżywiania, bogata w witaminy i błonnik.
23. Nauka o zdrowiu i jego ochronie.
24. Rodzaj aktywności fizycznej np. bieganie, pływanie, joga.
25. Używka zawarta w piwie, winie i wódce, negatywnie wpływająca na organizm.
26. Badanie, które pomaga wykryć zmiany w komórkach szyjki macicy.
27. Rodzaj raka, który jest wynikiem nadmiernej ekspozycji na słońce.
28. Jaki składnik odżywczy pomaga w budowie mięśni i znajduje się głównie w mięsie, jajkach, nabiale, orzechach i roślinach strączkowych.

