

## Ce s-a întâmplat azi?

Sunt zile în care nu ai chef de nimic – nici să te joci, nici să râzi, nici să te zbengui. Ești fără vlagă, poate chiar te doare ceva, gâtul, capul sau burtica. Așa se întâmplă în cele mai multe cazuri când te îmbolnăvești.



Azi, la grădiniță, grupa de copii sărbătorește ziua Lenei. Însă Paul nu se simte bine. El vrea doar să fie lăsat în pace.

# De ce ești bolnav uneori?



Când ești răcit, îți curge nasul sau alteori e înfundat...

Hap.

...și îți vine să strănuți des



Când înghiți te doare, parcă ceva te zgârie în gât...

Paul este bucuros când pleacă acasă. Mama îl verifică dacă are febră.



Corpul nostru este pregătit mereu să lupte cu agenții patogeni. De cele mai multe ori îi reușește, fără ca noi să observăm. Doar atunci când organismul nostru trebuie să-și folosească toate forțele, ne dăm seama că ceva nu e în regulă. Ne simțim oboseți și lipsiți de puteri – suntem pe cale să ne îmbolnăvim.

E perfect normal să răcești din când în când. În acest fel corpul tău își întărește rezistența în fața bolii.

# Ce este de fapt febra?

Când ai febră, corpul tău este mult mai cald decât în mod normal. Acesta e un semn că sistemul lui de apărare funcționează bine. Datorită temperaturii ridicate, virusurile sunt nimicite. Însă acest lucru e destul de epuizant pen-

tru corpul tău. Dacă rămâi în pat și te menajezi, te vei însănătoși mai repede. Febra scade – și în curând te vei simți din nou în formă!



Cu termometrul se poate măsura temperatura în ureche, pe frunte, dar și bucal sau anal.

Corpul lui Paul arde.  
Are febră mare.  
O compresă rece pe  
frunte îi va face bine.

