**MÔN SINH KHỐI 8**

**Tuần 22 – CHỦ ĐỀ: HỆ BÀI TIẾT (tt)**

**I. CẤU TẠO VÀ CHỨC NĂNG CỦA HỆ BÀI TIẾT**

**II. BẢO VỆ SỨC KHỎE HỆ BÀI TIẾT**

**1. Một số bệnh về thận và đường tiết niệu thường gặp và nguyên nhân gây bệnh**

- Một số bệnh về thận và đường tiết niệu: sỏi thận, viêm đường tiết niệu, viêm thận, suy thận, hội chứng thận hư,…

- Nguyên nhân:

+ Các chất độc trong thức ăn, đồ uống

+ Khẩu phần ăn uống không hợp lý.

+ Các vi trùng gây bệnh.

**2. Các biện pháp bảo vệ hệ bài tiết nước tiểu**

- Thường xuyên vệ sinh cơ thể sạch sẽ.

- Khẩu phần ăn uống hợp lí:

* + Không ăn quá nhiều protein, quá mặn, quá chua, quá nhiều chất tạo sỏi.
  + Không ăn thức ăn bị ôi thiu, nhiễm chất độc hại.
  + Uống đủ nước.

- Đi tiểu đúng lúc.

**Học sinh xem bài giảng và ghi nội dung vào vở.**