| **Når jeg mener …** | **da sier jeg …** |
| --- | --- |
| en høyere kropps-temperatur enn normalt |  |
| en virus-sykdom som forkjølelse, men du blir mer syk av den |  |
| den som presser seg inn uten lov |  |
| vanlig, tradisjonell |  |
| en infeksjon i øvre luft-veier |  |
| et tegn på, et hint av |  |
| det som settes ut i livet, utøvelse, motsatt av teori |  |
| å trekke luft gjennom en nese som er tett |  |
| kroppens forsvar mot virus og bakterier |  |
| her: mindre hardt for kroppen |  |
| her: et tegn på sykdom, som sår hals |  |
| når en sykdom sprer seg blant mange i et mindre område (et land) |  |
| det som ikke trengs eller ikke er nødvendig |  |
| å kjempe imot og vinne over |  |
| å rense stemmen |  |
| å være motstands-dyktig mot sykdom |  |

# Synes du det er mange rundt deg som snufser nå?

# Løsning Klar Tale nr. 39 / 2022

# Spørsmål og svar:

# 1: Hva er årsaken til at du blir forkjølet?

# Svar: Du får et virus. Det er over hundre virus som kan gi forkjølelse. Det spres i lufta som små dråper.

# 2: Hva er en forkjølelse?

Svar: Det er en infeksjon i de øvre luft-veiene.

# 3: Hva skiller en forkjølelse fra influensa?

# Svar: En forkjølelse er mildere enn influensa, som gjør deg mer syk. Det er vanlig med feber når du har influensa.

4: Hva er typiske symptomer ved en forkjølelse?

# Svar: Sår hals, tett nese og kanskje litt feber. Også hoste og rennende nese er vanlig.

# 5: Hvorfor kan vi være ekstra utsatte for forkjølelse nå? Svar: Først og fremst er det kaldere ute, og da trives viruset best. Men vi har også nylig vært gjennom en pandemi. Den har ført til at samfunnet har stengt helt eller delvis. Immun-forsvaret vårt er dårligere trent.

# 

# 6: Hva gjør et immun-forsvar?

# Svar: Det beskytter deg mot sykdom.

# 

# 7: Hva er FHI kort for? Svar: Folkehelse-instituttet.

# 8: Hva heter personen Klar Tale har intervjuet om forkjølelse?

# Svar: Preben Aavitsland. Han er fagdirektør i FHI, som er en del av norske helse-myndigheter.

# 

# Oppgave: Sett ordene på rett sted i teksten. Fasit

Kroppens forsvar

Glem Heimevernet, Nato og alle verdens soldater. Kroppen din har det smarteste forsvaret. Kroppen har et **immun**-forsvar. Og det beskytter deg **mot** sykdom.

Både celler, organer og proteiner er med i kampen. De kriger mot **virus**, bakterier, parasitter og sopp. Også huden din er med på **å** holde smitte ute.

Har du merket at du blir fortere syk nå enn før? Årsaken **kan** være korona-viruset. Det gjorde at samfunnet stengte. Og siden jobbet mange hjemmefra. De fikk ikke **trent** immun-forsvaret like mye som vanlig.

Både **bakterier** og virus vil gjerne angripe deg hele tiden. Ofte merker du ikke at kroppen er i **kamp**. Den kjenner gjerne igjen inn-trengeren fra før. Da vet kroppen hva den skal gjøre for å **slå** ned angrepet. Uten at du merker det.

Likevel skjer det at du blir **syk**. Det er ikke alltid kroppen klarer å kjenne igjen et virus. Kanskje har viruset forandret seg litt. Eller så kommer det et nytt korona-virus, slik som vi opplevde under pandemien.

*Kilder: nhi.no, forskning.no*

Du finner artikkelen du trenger til denne oppgaven i papir-utgaven av Klar Tale. Du finner den i e-avisen her: <https://www.klartale.no/e-avisen/>

Du finner også artikkelen på klartale.no. Se etter merket Ukens oppgave.

Om binde-streker: I Ukens oppgave bruker vi ofte pedagogiske binde-streker for å dele lange, eller litt vanskelige, ord. Mange ord i språket vårt er satt sammen av to ord. Hensikten er at det skal bli lettere for alle å lese dem. Men ord som er satt sammen av to ord, skal som regel ikke deles i norsk rettskriving. Du kan selvsagt ta strekene bort, eller legge til.