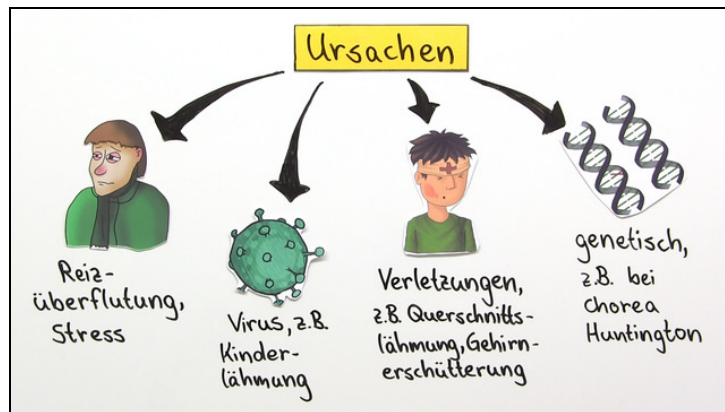




Arbeitsblätter zum Ausdrucken von [sofatutor.com](https://www.sofatutor.com)

Erkrankungen des Nervensystems



- 1 Bestimme Methoden um sprichwörtlich „deine Nerven zu schonen“.
- 2 Benenne Symptome der Erkrankungen des menschlichen Nervensystems.
- 3 Beurteile die Erkrankungen bezüglich ihrer Chance auf Heilung.
- 4 Charakterisiere die Merkmale der Krankheit Meningitis.
- 5 Erkläre die Ursache und den Verlauf der Krankheit Parkinson.
- 6 Bestimme die Bestandteile des menschlichen Nervensystems.
- + mit vielen Tipps, Lösungsschlüsseln und Lösungswegen zu allen Aufgaben



Das komplette Paket, inkl. aller Aufgaben, Tipps, Lösungen und Lösungswege gibt es für alle Abonnenten von [sofatutor.com](https://www.sofatutor.com)



Bestimme Methoden um sprichwörtlich „deine Nerven zu schonen“.

Wähle die korrekten Antworten aus.



- Hektik und Stress vermeiden A
- Entspannung, zum Beispiel in der Badewanne B
- lauter schreien als dein Gegenüber C
- gleichmäßige Schlaf- und Erholungsphasen D
- regelmäßiger Rhythmus E



Unsere Tipps für die Aufgaben

1
von 6

Bestimme Methoden um sprichwörtlich „deine Nerven zu schonen“.

1. Tipp

Während stressiger Arbeitsphasen sind Pausen sehr wichtig.



Lösungen und Lösungswege für die Aufgaben

1
von 6

Bestimme Methoden um sprichwörtlich „deine Nerven zu schonen“.

Lösungsschlüssel: A, B, D, E

Um deinen Alltag gut zu bewältigen und sprichwörtlich „deine Nerven zu schonen“, ist es wichtig, dass du immer wieder Entspannungspausen einlegst. Das können kleinere Pausen sein, in denen du einen kurzen Spaziergang machst oder auch ein entspannendes Bad nimmst. Prinzipiell solltest du **Hektik und Stress vermeiden**. **Gleichmäßige Schlaf- und Erholungsphasen** helfen deinem Körper, aber auch deinem Gehirn, zu regenerieren. Ein **regelmäßiger Rhythmus** ist wichtig, denn durch einen unregelmäßigen Rhythmus kann es dazu kommen, dass der Körper zu Zeiten müde ist, in denen er eigentlich wach sein sollte und umgekehrt. Schlafstörungen und Müdigkeit während des Tages können die Folge sein.