

Сборник сказок о гигиене

Королева Гигиена

Вторых И. А.

I
Королевство есть одно,
В нём всё чисто и свежо.
Знают дети с ранних лет:
Гигиены лучше нет!
Просыпаясь на рассвете,
Моют руки все на свете.
Ведь для детской нежной кожи
Чудо – мыла нет дороже.
В королевстве детвора
Строит замки из песка.
В мяч играют и поют,
Очень весело живут.
И когда домой приходят
К умывальнику подходят.
Мылом жидким и душистым
Моют руки чисто – чисто.
А пора всем спать настанет,
Тоже руки мыть все станут.
Гигиена очень рада,
Детки для неё отрада.

II
Так денёчки проходили.
Королеву все любили.
Но вот девочка одна
Не мыла руки никогда.
Ксюша только грязь любила.
И про мыло позабыла.
Руки грязные всегда,
Для неё ведь враг вода.
Ела грязными руками,
Огорчала этим маму.
А микробы хохотали,
Они Ксюшу обожали.
Ксюша маме говорила:
- Не люблю я это мыло!
- Не хочу я руки мыть!
- Буду с грязью я дружить!
Только грязь – не ерунда
И случилась тут беда:
У Ксюши боли и зуд,
В больницу её везут.
У неё болит живот,
А Ксюша лишь слёзы льёт.
Врач серьёзно ей говорит:
- Очень важно руки мыть!
- Чтобы микробы и впредь
- Не принесли тебе вред.
- Чистоту рук ты соблюдай,
- Микробам шанс не давай!
И Ксюша говорит врачу:
- Грязнулей быть я не хочу!
- Душистым мылом каждый день
- Мне руки мыть теперь не лень.
Королева Гигиена
Рада этим переменам.



Сказка про больные зубки

Гурина И.

Жили-были зубки. Жили они, не тужили во рту у мальчика Ванечки. Сначала они жили хорошо, были они белые, красивые и здоровые. Только очень не долго они радовались. Плохой им хозяин достался, просто неряха. Он их почти совсем не чистил. Ванечка вообще очень не любил умываться. Грустили зубки и обижались на Ванечку. Печальная жизнь у них настала, и заболели они от расстройства.

- Мы слышали, - сказали передние зубы, - что если хозяин зубы не чистит, то они могут обидеться и уйти от него совсем.

- Как так? – не поверил Ванечка. – Куда уйти? А как же я конфеты есть буду? А яблоки как грызть? Не может быть!

И он побежал к старой мудрой бабушке. Бабушка была старенькая и много всего знала.

- Бабуля, - спросил Ванечка, - а правда, что зубки могут обидеться и уйти?

- Конечно правда, - сказала бабушка. – Зубки всегда обижаются, если их не чистят. Они начинают болеть и выпадать.

- Выпадать? – удивился Ванечка. – Это как?

- А так: выпрыгивают изо рта и убегают искать другого хозяина.

Задумался Ванечка, а потом и спрашивает:

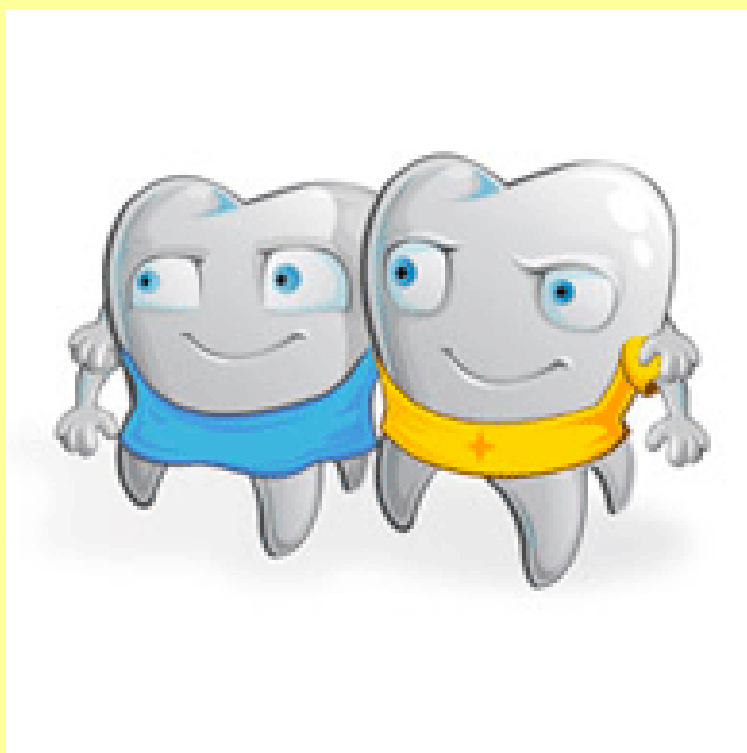
- Бабуля, а как же я? Я ведь не могу без зубов!

- Тогда тебе надо с ними помириться.

- Да, - закричали зубки, - давай мириться, давай. Почисти нас и мы не будем больше на тебя обижаться. Только не забывай, мы любим мыться утром и вечером.

- Хорошо, - обрадовался Ванечка.

С тех пор они больше не ссорились и жили дружно.



Сказка о братьях Зубиках, злом волшебнике и доброй фее

Жили-были братья Зубки. Были братья белые да блестящие, крепкие да здоровые. Жили братья дружно и весело. Все делали вместе: вместе морковку грызли, вместе в молочке купались, вместе солнышку улыбались.



Прослышал про веселых братцев Зубиков злой волшебник Кариес. Не любил он веселых да белых, и решил волшебник погубить братьев. Подкинул на порог дома красивую разноцветную коробку с заколдованным пряником.

Поутру вышел на порог домика младший Зубик, увидел коробочку, открыл. Любопытно ему стало попробовать пряничек. Откусил младший Зубик кусочек и вмиг стал черным. И настроение у Зубика стало темным, и солнышко радовать перестало, сел и заплакал младший Зубик.

Услыхали братья плач, выбежали на крыльцо и увидели, что приключилось с младшеньким. Загрустили: как братцу помочь? Чем только они не пробовали отмыть братца. Ничего не помогло. Как только не пытались развеселить. Не удалось.

Стали братья думать, да гадать: как быть? Отправились они на лесную опушку в бревенчатую избушку, где жил мудрый Филин, за советом. Узнал мудрый Филин, что приключилось с младшим зубиком, и говорит: «Рассказывала мне премудрая Черепаха, что есть на свете Зубная фея. И есть у этой феи волшебная щетка, которая любое черное волшебство разрушает и зубам веселье возвращает. Сам я дороги к Зубной фее не знаю. Идите по вот этой тропинке, она вас к премудрой Черепахе выведет».

Поблагодарили братья мудрого Филина за совет. И отправились по тропинке к премудрой Черепахе. А уж премудрая Черепаха подсказала им, как Зубную фею найти. Нашли братья Зубки домик Зубной феи, постучались, о помощи попросили. И сказала им Зубная фея: «Не грустите, братья Зубки. Это все проделки волшебника Кариеса. Но я вам помогу».

Достала Зубная фея волшебную щетку, взмахнула ей, и в тот же миг младший Зубик вновь стал белым и веселым. Обрадовались братья. Запели, заплясали вокруг Зубной феи. А чтобы злой волшебник не мог больше навредить братьям, подарила им Зубная фея волшебную пасту и сказала: «Умывайтесь утром и вечером этой пастой, она защитит вас от черного волшебства».

Поблагодарили братья Зубки Зубную фею за помощь и домой отправились. Стали жить-поживать, да опять морковку грызть, в молочке купаться, солнышку улыбаться.

Жили-были зубы...

Жили-были зубы. Ну конечно жили они не сами по себе! Вы когда-нибудь видели, чтобы зубы росли сами по себе, например как грибы, или как шишки на елке? Не видели? Правильно! Они растут только во рту. Вот и наши зубки жили во рту пятилетней девочки Маши. Поначалу их было совсем мало, но постепенно число их увеличивалось. Появлялись все новые и новые. Иногда они ссорились, но это было очень редко. В целом это была дружная веселая семейка. Зубы знали, что когда Маша вырастет, их будет 32 – дружных братца. Но это будет не очень скоро. Ведь мы знаем, что Маше было всего пять лет, и зубки у нее были молочные.

Мама рассказывала дочке, что со временем молочные зубки выпадут, их сменят постоянные.

-Зачем же их тогда чистить?- возмущалась Маша, когда мама говорила ей почистить зубы. - Они ведь все равно выпадут. Когда появятся настоящие, вот тогда и буду их чистить. И девочка не ухаживала за зубами и ела очень много сладостей.

Ну, мы то знаем, что чистить надо любые зубы, даже вставные как у бабушек и дедушек. Ведь после еды на них остаются частички пищи, которые потом портятся и ужасно пахнут, а еще хуже того, ведут к болезням. Но Маша не думала об этом, она считала, что зубки у нее крепкие и чистить их совсем не обязательно.

Так думала девочка и пропускала слова мамы мимо ушей. Конечно же, зубам не очень нравилось, что их не чистят. Но поделаться они ничего не могли и постепенно привыкли и жили своей зубной жизнью. Росли и постепенно выпадали.

Вы спросите, почему выпадали? Потому что временные. Ведь молочные зубы живут не очень долго, у них даже нет корней. Позже появляются постоянные коренные зубы, которые живут во рту человека, всю его жизнь до старости. Зубы знали об этом, но это их не очень печалило. Они знали, что придет день и за ними обязательно прилетит Зубная Фея. Они не думали о смерти и радостно встречали каждого нового братца.



Вот и в этот день появился новенький. Он с любопытством разглядывал своих собратьев и постоянно о чем-то спрашивал.

Зубы совсем не сердились на него. Да и сосед оказался приветливый, вскоре он все объяснил малышу, и они подружились.

Братцы каждый день разговаривали и грызли конфеты, которые девочка Маша часто ела.

Так продолжалось недолго. Однажды проснувшись утром, Малыш не увидел своего веселого соседа. Место, где еще вчера сидел его братец, пустовало. Там была дыра.

- Где же братец? - Малыш испугался и заплакал. Остальные зубы, услышав его плач, всполошились.

- Что случилось? Почему ты плачешь Малыш?

- Да вот скучаю по соседнему братцу. Куда он подевался? Он был очень веселый. Что с ним теперь? Он что, умер?

Малыш был очень молод и не знал, что молочные зубы иногда выпадают.

- Не переживай братец! Зубки не умирают, - сказал Первый зуб, он был самый старший.

- И куда же он подевался? - удивился Малыш.

- Эх, молодежь! - засмеялся Старший зуб

- Ты, что не знаешь, что прилетает Зубная Фея и забирает нас в чудесную Зубную страну. Там нас будут чистить мягкими щеточками, и кормить всякими вкусными вещами. Зубы там живут вечно. Там никогда не бывает злого Кариеса.

- Кто такой Кариес? И почему он злой? - спросил маленький зуб.

Старший зуб нахмурился:

- Он ужасный! Лучше тебе никогда его не видеть. Кариес ест зубки. В них появляются дырочки, которые потом становятся огромными. И когда прилетает Зубная Фея, ей просто нечего забирать, Кариес съедает весь зуб.

Малыш испуганно прошептал:

- А как же защитится от него, неужели он такой ужасный и жестокий?

- Надо регулярно нас чистить, и есть поменьше сладостей - ответил Старший зуб - но девочка слишком мала и непослушна. Сколько раз мама говорила Маше, что надо чистить зубы. У нее даже есть щеточка и тюбик с пастой. Но все напрасно. Вон видишь, третий зуб слева уже заболел, у него появилась коричневая дырочка. Не знаем, что и делать. Как объяснить девочке, что хоть мы и молочные, нас все равно надо чистить щеточкой - грустно закончил Старший зуб.

После рассказа Старшего зуба Малыш долго не мог уснуть. И когда это наконец-то удалось, ему приснился страшный сон, в котором ужасный Кариес гонялся за Малышом и старался укусить. Утром Малыш проснулся от громких криков:

- Ой-Ой-Ой - болит!!!!

- Что случилось? - испуганно спросил маленький зуб.

- Произошло то, чего мы ужасно боялись. Третий зуб слева тяжело заболел. Кариес выел дырочку у него в голове. Девочка не хочет нас чистить, и мы, поэтому болеем - горестно вздыхали зубы.

А Маша тем временем уже плакала. У нее болел зуб. Да-да! Тот самый третий слева. Ведь не только зубам больно, когда они болят, Маше тоже больно. Зубки ведь у нее во рту, а не у другой девочки. Мама, недолго думая, одела Машу и отправилась к врачу, который лечит зубы. Он называется стоматолог. Вскоре они уже были в детской поликлинике.



В кабинете врача было светло и чисто. Пахло лекарствами. Машу усадили в большое кресло.

-Открой ротик деточка - ласково заговорила врач. Она была в белом халате и колпаке. Маша открыла рот, и зубы увидели незнакомую женщину:

-Ой, кто это? Какая красивая, она похожа на маму девочки! Что она собирается делать? - зашептались зубы.

Доктор нахмурилась:

-Ай-ай-ай! Какой ужасный запах! А зуб, какой больной. Детка, ты, что не пользуешься зубной щеткой? Ты зубы когда-нибудь чистишь?

Маша заплакала:

-А зачем их чистить? Они ведь все равно выпадут. Мне мама рассказывала, о молочных зубках.

Доктор улыбнулась:

-Да нет же! Надо обязательно чистить. Молочные зубки также болят. Вот теперь придется его лечить.

- Как лечить?- испугалась девочка.

-Сначала сверлить дырочку, чтобы очистить зубик от кариеса. Потом уже и пломбу поставим, чтобы закрыть дырочку. Понятно? А сейчас я сделаю, тебе обезболивающий укол. Ты ничего не почувствуешь.

Маша в страхе закрыла глаза. Не хочется пугать детей. Но это не очень приятно, когда тебе сверлят зубы. И когда наконец-то все закончилось, во рту у Маши красовалась новенькая пломба.

-Ну, все милая! Надеюсь, урок пошел тебе на пользу. Нельзя доводить зубы до такого состояния. Обещай, что будешь ухаживать за своими зубками!

-Да, конечно! - ответила девочка.



Мама с дочкой пришли домой. Маша первым делом бросилась в ванную:
-Мама! Я хочу почистить зубки! Где моя щеточка? Ведь у меня есть щеточка и тюбик с зубной пастой?

Мама засмеялась:

- Конечно же, есть! Он давно тебя дожидается!



Девочка выдавила пасту на щеточку и сказала:

-Привет зубки! Сейчас я познакомлю вас со щеточкой! Она теперь будет каждое утро и вечер вас навещать. И совсем скоро вы будете беленькие и чистенькие. И не станете болеть.

Зубы засмеялись. Наконец-то за ними будут ухаживать!

Щетка работала энергично и быстро. Она тщательно очистила каждый зубик Маши. Теперь они блестели и приятно пахли. Даже у третьего перестала болеть голова. Закончив работу, Щетка сказала:

-Все братцы! Пока, до встречи утром!

Зубы закричали:

-Спасибо Щеточка! Ты нам очень помогла.

На что Щетка смущенно ответила:

- Да не за что! У меня такая работа! И вообще, я без Тюбика ничего бы не смогла. У него паста очень хорошая. Прекрасно удаляет налет.

-Тогда спасибо вам обоим - засмеялись зубы

- Пока! До завтра!

Щетка вернулась в свой стаканчик, а зубы еще долго перешептывались, обсуждая события этого дня.



Девочка Маша сидела на кроватке и готовилась к сну. В руке у девочки был зуб, который выпал сегодня ночью. Да-да!!! Это был сосед Малыша.

-Ничего страшного! Не бойся малыш. Ночью прилетит Зубная Фея, которая отнесет тебя волшебную Зубную страну. Там тебе будет очень хорошо. О братцах не переживай, я буду за ними ухаживать.

Теперь девочка точно знала, что будет чистить зубы утром и вечером.

«Сказка о гигиене для девочек и мальчиков, а также для тех, кто любит сказки...»

Ирис Ревю

В каком государстве случилась эта история, сейчас уже никто и не вспомнит. Народ в государстве жил хороший. Фея Здоровье следила за здоровьем людей. Её сестра, фея Гигиена — за чистотой и гигиеной.

Круглый год дети и взрослые спали с открытыми форточками, закалялись, принимали водные процедуры, воздушные ванны.

В школе Красоты фея Гигиена давала уроки. Она рассказывала людям о том, что такое личная гигиена, как нужно ухаживать за своим телом.

Но вот однажды, под покровом ночи злой колдун, не любивший людей, взмахнул тёмной палочкой, и вмиг в государстве пропали шампуни, мыло, губки, расчёски, мочалки, зубные щётки и зубные пасты. А главное, он призакрыл все краны с водой, и вода теперь текла слабенькой струёй. Люди не могли толком помыться, и ходили грязные, неухоженные. Именно тогда жители до конца оценили то, что гигиена – это здоровье, а вместе с ним и счастливая, радостная жизнь.

Две сказочные сестры, фея Здоровье и фея Гигиена пробовали противостоять злым чарам колдуна. Они пытались вернуть всё, необходимое для гигиены: щётки, мочалки, зубные пасты, мыло, шампуни, а также полностью отпереть воду, но у них ничего не получалось.

И тогда на помощь поспешила фея Природа. Она завернула русла рек, чтобы у людей был доступ к воде, устроила купальни, учила людей принимать воздушные ванны. И потихоньку жизнь вошла в нормальное русло.

А злого колдуна внезапно оставили силы. Он видел, что у него ничего не получается. Колдун надувался-надувался от злости, и, наконец, лопнул.

А в государстве всё вернулось на круги своя. Вода весело зажурчала в кранах. Предметы, необходимые для гигиены, возвратились на свои места. На полках шампуни плясали вместе с мылом, зубные щётки с зубными пастами, а щётки — с мочалками.

И жизнь людей снова стала счастливой и радостной.



Сказка про мыло и расчёску

Ирис Ревю

Жили-были расчёска Чёска и мыло Умыло. Их друзья, такие же, как они, весёлые расчёски и кусочки озорного мыла, жили в каждом доме. Ежедневно они юлили-мылили, а также причёсывали весь честной народ.

Расчёска Чёска и мыло Умыло часто ходили к друзьям в гости. Они смотрели, как те весело наводят чистоту и красоту. Чистоту, естественно, наводило мыло, а красоту – расчёска.

Но вот однажды расчёска Чёска и мыло Умыло попали в незнакомый дом. Они надеялись встретить в нём своих друзей, но их там не было. Дом был новый, и вещей в нём было очень мало.

Девочка Зоя, увидев новую красивую расчёску и весёлое мыло, радостно захлопала в ладоши.

- Я хочу, чтобы вы остались со мной, чтобы жили в этом доме, — сказала Зоя. – Вы такие весёлые. Я познакомлю вас со своим младшим братишкой Тишей, и вы станете его друзьями. Тиша должен знать, что расчёска — вещь совершенно необходимая, она стоит на страже здоровья наших волос. А мыло – верный друг, оно помогает в борьбе против синьоры Грязи и армии Бактерий.

Расчёска Чёска и мыло Умыло согласились. Они стали жить в новом доме. И продолжали ходить к старым друзьям.



Необычный огород

Жил-был мальчик Петя. Он очень не любил чистить зубы. Каждое утро мама напоминала ему:

- Иди чистить зубы!

- Не хочу, не буду! - хныкал Петя.

Мама устала от его капризов и решила: «Не хочет чистить зубы и не надо. Посмотрим, что из этого получится».

Вечером Петя поужинал и лег спать. Конечно, зубы он не почистил, мама ведь ему не напомнила.

Наступило утро. Весело защебетали птицы. Побежали на речку мальчишки. Петя сладко потянулся в своей кровати.

Мама на кухне готовила завтрак. «Петя, вставай, иди чистить зубы», - не выдержала мама.

Он открыл рот, чтобы сказать: «Не хочу, не буду». Но к своему удивлению обнаружил, что не может произнести ни одного слова.

Вечером Петя кушал огурцы и одно зернышко застряло между зубами и на этом месте выросли огурцы. Покушал помидор – и выросли помидоры, и лук вырос, и редис. И все это торчит изо рта в разные стороны. Испугался Петя. Хотел позвать маму, но не получается. Вместо слов слышится какое-то мычание.

Услышала это мама. Подбежала к Пете. Мама всплеснула руками, очень удивилась: «Петя, у тебя теперь не рот, а целый огород!». Потом она привыкла к такому огороду и ей даже понравилось – на рынок за овощами ходить не надо, все рядом. Нужно ей сделать салат, подойдет к Пете, нарвет и огурцов, и помидоров, и лука, и редиса. Очень удобно.

Только Петя не рад. С мальчишками бегать не может – засмеют. Кушать не может, говорить не может - изо рта торчат разные веточки, кустики, помидоры, огурцы. Рот совсем не закрывается – тяжело.

Прошло несколько дней. Совсем обессилел Петя. Да вот еще другая беда пришла – появились в зубах дырочки, а в них завелись микробы, которые разрушают зубы. Заболели у Пети все зубы.

Заплакал он бедный и промычал, чтобы мама позвала доктора.

Пришел доктор и очень удивился: «У тебя не рот, а целый огород». Доктор вытащил изо рта все кустики, нашел в зубах дырочки, выскоблил из них кусочки еды, всех микробов, которые спрятались в уголках зубов.

Потом врач залепил все дырки специальной замазкой – пломбой. Если пломбу не поставить, микробы вернуться на свои места и зубки снова будут болеть.

Петя сидел спокойно, слушал врача и четко выполнял все его указания. Наконец, все закончилось. Рот Петин прямо защелкнулся от усталости. Очень обрадовался Петя. Теперь он чистит зубы каждый день после еды и утром, и вечером, и всем ребятам советует делать тоже самое.



О зайке, мишке и больном зубе

Жили – были в лесу верные друзья: маленький зайчишка и сильный медвежонок. Они были очень дружны, всегда ходили вместе, поэтому зайку никто не обижал, даже хитрая лиса – все знали, что у малыша есть сильный и заботливый товарищ. Друзья во всем были похожи друг на друга, вот только зайчонок любил репку, морковку, капусту, а медвежонок – мед и пряники. Зайчонок каждый день утром и вечером чистил зубы, а медвежонок это очень не любил.

Однажды, когда друзья договорились идти вместе в лес, медвежонок не пришел на полянку, где его ждал зайка. Когда зайчонок прибежал к медвежонку, он увидел, что у него перевязана щека и он плачет от боли: разболелся зуб. Зайка посоветовал другу скорее пойти к доктору, но медвежонок испугался и сказал, что подождет, пока пройдет боль.

Зайка пошел гулять один, но на него тут же стала охотиться лиса и чуть не съела. Еле-еле успел зайчонок добежать до медвежьей избушки.

Влетел зайка в избушку и плотно закрыл дверь. Он рассказал медвежонку о своем приключении. Рассердился медведь, а особенно потому, что из-за его трусости чуть не погиб друг. Ему стало стыдно за то, что он испугался лечить зубы.

Медвежонок собрал все свои силы и отправился к доктору. Он вылечил все зубы. И теперь бережет их – чистит и утром и вечером, а с другом не расстается и на минуту.



Зубик-зазнайка

Жил-был однажды на свете страшный микроб и звали его Зубоед. И был он такой злой, что не было от него житья ни маленьким зубкам, ни большим зубам. Того гляди всех покусает, а кусается он ох как больно! Но были у зубов и маленьких зубиков верные друзья: зубные пасты и зубные щетки. А именно их микроб-Зубоед и не любил. И не то чтобы не любил, а страшно их боялся!

Но вот встретился как-то Зубоеду зубик-Зазнайка, такой маленький, хорошенький, беленький!

- Я никого не боюсь,- громко кричал Зубик, - не хочу и не буду дружить с пастами и щетками, надоело мне себя чистить по два раз в день, да еще полоскаться после каждого завтрака, обеда и ужина! Надоели яблоки и морковка, творог и сыр, специально буду есть только торты, конфеты и пирожные! Не буду ходить по два раза в год к доктору! Я и так самый здоровый зуб в мире!

Услышал такое микроб-Зубоед, обрадовался. Такой зуб ему и нужен. Сильно он проголодался. Подкрался тихонечко он к зубику-Зазнайке (как раз он доедал свою последнюю конфету) да как укусит больно-больно. Заплакал бедный Зубик, так больно ему еще не было никогда. А микроб-Зубоед убежал довольный и сытый.

Плачет Зубик, слезы горькие льет, конфету даже видеть больше может.

Услышала плач Зубная щетка, подошла, обняла и начала успокаивать «Тут слезы уже не помогут, а поможет добрый Доктор-стоматолог. Сходи к нему, прощения попроси, авось и тебя вылечит».

И помчался Зубик к доброму Доктору-стоматологу. Бежит, спешит, чуть дорогу не перепутал. Прибежал к Доктору и заплакал: «Простите меня, добрый Доктор-стоматолог! Не ходил я к вам, не слушал советов, не любил я себя чистить и в воде плескаться. Только сладости и ел в свое удовольствие. Покусал меня злой микроб-Зубоед, сделал меня больным. Доктор, прошу, полечите меня, теперь я всегда буду вас слушать, дружить с пастами и щетками, кушать яблоки и морковку, творог и молочко. Все пряники-конфеты отдам микробу, чтобы больше меня не кусал! Помогите, Доктор!»

Доктор-стоматолог был добрым, он много раз видел таких непослушных зубиков. Вылечил Доктор Зубик, поставил ему самую красивую и крепкую пломбу.

Вышел Зубик от Доктора-стоматолога довольный, здоровый, помчался домой мириться с зубными щетками да пастами.

До настоящего времени живет Зубик хорошенький, беленький, веселый. Однако, каждый раз глядя в зеркало и видя пломбу, вспоминает страшную историю про микроба-Зубоеда. Но сейчас Зубик никогда не забывает чиститься утром и вечером, полоскаться после каждой еды, кушать много овощей и фруктов и забыл про сладкое. Два раза в год ходит Зубик к доброму Доктору-стоматологу рассказать о своем житье бытие и проверить свою красивую пломбу.

Но микроб-Зубоед не дремлет. День и ночь он ищет новых зазнаек. Но все напрасно, дружат теперь все зубики с пастами да щетками, и о советах доброго Доктора всегда помнят.