

# Läsnyckel

## Sår, ruvor och var: den smetiga sanningen om blodet

Text: Ian Graham

Översättning: Sara Hemmel

Illustrationer: Bryan Beach m.fl.

Ny del i serien *Fokus på fakta* är en lättläst faktabok om blodet. Fantastiska fakta om vår otroliga kropp presenteras på 29 rikt illustrerade sidor. Boken passar för läsare från ca 9 år och uppåt. Den har Hegas-nivå 5 och innehåller därför en del svåra ord. I slutet av boken finns en ordlista där många av orden förklaras.

### Innan du läser

Titta på bokens framsida. Har du tänkt på att sår, ruvor och var har med blodet att göra? Vet du vad en ruva är? Har du haft sår som det blivit var i någon gång? Vad hade hänt då? Vad tror du att killen på bilden har gjort?

Titta på baksidan av boken. Vad har killen bakom ryggen? Kan du lista ut vad han har gjort? Har du fått näsblod någon gång? Vet du vad du hade gjort för att få det? Vad, i så fall?

Läs texten och fundera på vad du är mest nyfiken på att veta mer om när det gäller blodet.

Ta gärna fram papper och penna så kan du anteckna dina funderingar under tiden du läser boken. Glöm inte att du har en ordlista längst bak i boken, som du kan titta i när du stöter på ett svårt ord.

### Medan du läser

#### **Vad är blodgrupper?**

Vet du vad du har för blodgrupp? Fråga dina föräldrar om de vet, och fråga om de vet vilka blodgrupper de själva har. Om du inte vet – skulle du vilja veta det? Varför/Varför inte?

Visste du att du har guld i kroppen? Tror du att man kan utvinna guldet på något sätt, och kanske bli rik på kuppen? Hur mycket guld kan rymmas i blodet, tror du?  
Vad kan kunskapen om rhesusfaktorn (positiv eller negativ blodgrupp) vara bra för?  
Försök ta reda på hur eller när den används, om du inte redan vet.

Brukar myggorna jaga efter dig mer än andra? Då kanske du har blodgrupp 0. Om du känner någon som brukar bli myggbiten mycket kan du säga till hen att du kan gissa vilken blodgrupp hen sannolikt har. Berätta hur du kan veta att det ofta är så.

Varför har hundar fler blodgrupper än katter, tror du? Kor har ännu fler. Kan det ha med storleken på djuret att göra, tror du, eller vad kan det annars bero på?

### **Vad gör hjärtat?**

Vet du vad du har för vilopuls? Vilopulsen mäter du när din kropp är i vila, alltså när du är stilla, lugn och avslappnad. Testa att lägga två fingrar mot handleden och räkna pulsslagen under en minut. Tips: Du kan också räkna under 30 sekunder och sedan multiplicera resultatet med två. Jämför med en kompis. Prova sedan att springa ett varv runt huset och se vad som händer med antalet pulsslag då. Gissa innan, vad det nya antalet pulsslag per minut kommer att bli. Vad kan det bero på om du och en kompis får olika resultat, tror du?

Be en kompis om hjälp och försök lyssna er till var hjärtat hörs tydligast i bröstet? Sitter det på höger eller vänster sida, tror ni?

### **Hur flyttar sig blodet runt i kroppen?**

Du kanske har sett någon, eller själv haft, "rödsprängda" ögon. Det uppkommer om ett blodkärl i ögat har vidgats eller spruckit. Det kan bero på att det har kommit skräp i ögat, eller på allergi eller infektion, bland annat. Tror du att det är vener, artärer eller kapillärer som sitter i ögat? Försök ta reda på det.

Kan du se några av dina vener, under huden på kroppen? Var då? Varför tror du att de syns just där? Jämför med en kompis och fundera tillsammans på varför de syns bättre på vissa ställen på kroppen.

Varför har man flest kapillärer i ansiktet tror du?

Har du rodnat någon gång? Hur kändes det i huden? Vad berodde det på? Har du sett någon annan rodna någon gång? Vet du vad det berodde på? Hur känns det i kroppen när man rodnar? Kan du komma på några olika tillfällen då man kan rodna? Diskutera med en kompis!

Visste du att du kan testa om du har vätskebrist genom att trycka på din nagel tills den blir vit och sedan mäta tiden det tar från att du släppt tills nageln är röd igen. Det ska inte ta mer än 2 sekunder. Om det tar längre tid kan det (bland annat) bero på att du druckit för lite vatten.

## **Vad är var?**

Visste du att var består av döda krigshjältar (vita blodkroppar)? De vita blodkropparna är riktiga kämpar, som äter upp fienden och sedan dör själva. Har du sett dem någon gång – det vill säga: har du sett var? När så fall det, och vad hade hänt? Har du själv haft ett varigt sår någon gång? Hur fick du det? Hur gjorde du för att bli av med det? Vad brukar du göra när du får ett sår och varför gör du så?

Varför ska du inte klämma på en varböld, tror du?

Hade du hört orden blemma eller acne förut? Visste du att det var samma sak som finne? Visste du att det vita i finnarna är var? Vad tänker du göra om du får en finne? Eller vad gjorde du, om du redan haft en finne?

## **Vad är en ruva?**

Visste du att ruva och sårskorpa är samma sak? Har du använt någon av de orden förut? Vilket? Fråga några kompisar om de vet vad ordet ruva betyder.

Visste du att det är levern som tillverkar det ämne som blodet använder för att stänga ett sår? Vad har levern mer för funktion? Ta reda på det, om du inte vet.

Vad skulle du tänka, om läkaren föreslog att du skulle få lite fluglarver på ditt sår? Hur skulle det kännas att ha fluglarver på sig, tror du? Skulle det kännas alls?

Brukar du kunna låta bli att pillra om du fått en ruva/sårskorpa? Varför är det så svårt att låta bli, tror du?

## **Vad är ett blåmärke?**

Får du lätt blåmärken, eller kan du nästan räkna de du har haft i ditt liv?

Har du tänkt på att blåmärken ändrar färg? Vilka färger har du sett? Varför blir de just gula och bruna innan de försvinner helt, tror du?

Har du testat att kyla en skada? Visste du att det gör att blåmärket blir mindre?

Visste du vad ett födelsemärke är och varför de syns så som de gör? Har du själv något födelsemärke?

## **Hur håller kroppen blodet rent?**

Kan du känna din lever?

Tror du att det finns ämnen som levern inte klarar av att rena? Vilka då, i så fall? Brukar du tänka på vad du äter och försöka äta så "ren" mat som möjligt? Vilken mat innehåller minst, respektive mest skadliga ämnen, tror du, och varför just den?

När du var bebis blev du sannolikt lite gul i huden under dina första levnadsdagar. Det hände när dina röda blodkroppar bröts ner. Nyfödda har fler sådana än vuxna. Fråga dina föräldrar om de minns om du var gul när du var mellan 1 och 3 dagar gammal. Då kan du berätta för dem att det var ämnet "bilirubin" som läckt ut i kroppen – gissa om de blir imponerade av din kunskap!

### **Vad är anemi?**

Hur tror du att forskarna kan se på ett gammalt skelett att personen det tillhört haft anemi? Försök ta reda på det!

Nästan en fjärdedel av jordens befolkning lider av blodbrist – har du hört talas om blodbrist tidigare? Känner du någon som har blodbrist? Framför allt kvinnor kan drabbas av blodbrist eftersom de förlorar blod regelbundet genom menstruation. Fråga din mamma om hon har ätit järntabletter någon gång. Det får man ofta göra om man har blodbrist.

### **Vad är hemofili?**

Hade du hört talas om blödarsjuka innan du läste om det i den här boken? Tror du att det påverkar den som har blödarsjuka om hen bor i Sverige eller någon annanstans i världen? På vilket sätt, i så fall? Fundera på om sprutorna med koagulationsfaktor kan finnas tillgängliga för alla? Försök ta reda på hur många eller hur ofta sprutorna behöver ges. Försök ta reda på om antalet personer med hemofili ökar eller minskar, och om du kan hitta skäl till att det är så.

Kände du till ordet anlagsbärare tidigare? Ta reda på några fler sjukdomar som man kan vara anlagsbärare till utan att bli sjuk själv.

### **Vad är leukemi?**

Leukemi betyder vitt blod men vilket språk kommer ordet ifrån? Varför används just detta språk till att namnge många medicinska åkommor (sjukdomar) och termer (ord)? Försök ta reda på det.

Tror du att Marie Curie förstod vad det var hon blev sjuk av, innan hon dog? Varför/Varför inte?

### **Vad är en blodtransfusion?**

Titta på bilden i nedre högra hörnet. Mannen ger blod till sin fru. Var det så det gick till på riktigt tror du? Med en tratt? Försök ta reda på det! Hur tror du att det kändes att vara den som gav blod? Känner du någon som ger blod idag? Vet du hur det går till? Fråga om någon i klassen känner en blodgivare, som kan berätta om sin upplevelse! Nästa kapitel handlar om varför och hur man ger blod.

## Varför ger man blod?

Hur kallt tror du att det är i blodbanken? Blir blodet förstört om det fryser, tror du? Hur länge kan blodet sparas i påsarna? Gissa och försök sen ta reda på svaret.

Kan du tänka dig att ge blod? Varför/Varför inte? Gör en mini-undersökning i klassen och se hur många som kan tänka sig att bli blodgivare när de blir vuxna.

Tror du att James Harrison är den ende i världen som har sånt speciellt blod som kan hjälpa gravida som annars riskerat att skada sitt foster med antikroppar? Vad händer i så fall när Harrison dör, tror du? Kan medicinen tillverkas ändå, efter hans död? Ta reda på mer om James Harrisons fantastiska historia!

## Efter läsningen

Vad tyckte du om boken? Var det något som var extra spännande, tyckte du? Vad, i så fall? Var det något som var svårt att förstå? Vad var det, i så fall? Var det något du blev nyfiken på att veta mer om? Vad var det och varför just det? Vad skulle du välja att berätta om för en kompis om du skulle välja ut någon intressant eller rolig fakta från den här boken?

\*

Har du sett så kallade larmrapporter där det varnats i media (tidningar och TV till exempel) för vissa farliga ämnen som hittats i mat? Minns du i vilket livsmedel det var och vad ämnet hette? På livsmedelsverkets hemsida kan du läsa mer om vilka ämnen som kan finnas i mat och hur du kan undvika en del av dem – vissa kan du tyvärr inte undvika eftersom de finns i miljön men mycket kan du göra genom att välja bort viss mat och vissa material. <https://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/oonskade-amnen>

Fundera på vad du skulle vilja/kunna göra för att undvika farliga ämnen. Tror du att det finns livsmedel som kan hjälpa kroppen och kanske rena den från skadliga ämnen? Vilka skulle det kunna vara i så fall, tror du? Försök ta reda på det. Du kan läsa mer på Livsmedelsverkets hemsida: <https://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/naringsamne>

Har du tänkt på att du får i dig ämnen även genom huden? De går också in i ditt reningsverk; levern. Fundera på vad det kan vara för ämnen som din hud kommer i kontakt med under en dag. Till exempel hudkräm och tvål. Fundera med en kompis och se hur många saker ni kan komma på. Skriv en lista. Diskutera vilka ämnen som kanske är bra och vilka som är mindre bra. Ta med listan hem och diskutera ämnena med era föräldrar och se hur medvetna de är om olika ämnens innehåll och hur de kan påverka kroppen.

\*

Känner du till Wikimini? Det är ett gratis uppslagsverk som skrivs av barn och unga tillsammans med vuxna. Där kan du se att fler är intresserade av samma ämnen som du. Läs sidan om Marie Curie, till exempel. ( [https://sv.wikimini.org/wiki/Marie\\_curie](https://sv.wikimini.org/wiki/Marie_curie) )  
Se om du kan hitta fler artiklar/sidor om ämnet blod, som du just lärt dig en del om.

Kanske kan du själv bidra med kunskap! Här är adressen:

<https://sv.wikimini.org/wiki/Huvudsida>

Vill du läsa mer om Marie Curie? Det finns en hel bok om Marie Curie, som är skriven för barn. "Små människor, stora drömmar. Marie Curie" heter den. Läs den gärna - du hittar den på biblioteket!

\*

Blodomloppet är ett motionslopp som arrangeras för att uppmärksamma den viktiga blodgivningen – ta reda på mer om loppet, se om det anordnas nära dig och om du kanske kan delta tillsammans med någon släkt-/familjemedlem! Läs mer här:

<http://blodomloppet.se/>

\*

Utmana en kompis, som också läst boken om blodet, och se hur många ord ni kan förklara från ordlistan på sidan 30–31! Be en lärare kopiera ordlistan. Klipp sedan ut orden och dela upp dem mellan er. Den som kan förklara ett ord, som kompisens tagit från sin hög, får lappen. Se vem som kammar hem flest lappar!

\*

Skriv en bloddrypande historia där du får användning för kunskapen från något eller några av de kapitel du läst i boken. Det kan till exempel handla om en vampyr som behöver blodtransfusion för att han inte har ätit på flera veckor! Rita en bild till din berättelse!

\*

Nyfiken på mer spännande fakta om kroppen – det finns fler böcker i serien *Fokus på fakta*. Du hittar dem på Hegas hemsida!

\*

Hegas arbetsmaterial kallar vi Läsnycklar – med fokus på samtal och bearbetning. Vi vill att böckerna ska räcka länge och att läsaren ska aktiveras på olika sätt och på olika plan. Ibland fokuserar Läsnyckeln mest på innehållet, ibland mer på genren, språket eller formen, det beror på vilken titel det gäller.

Välj ut frågor och uppgifter utefter vad som passar din klass/barngrupp. Jobbar du med yngre barn får förstås skriv-uppgifter förvandlas till något annat. Uppgifterna kan användas individuellt eller gemensamt i t ex boksamtal. Antingen jobbar ni med dem under läsningens gång, eller efteråt. Svaren på de flesta frågorna finns i texten – det finns inget facit i den här Läsnyckeln.

# Mycket läsnöje!

**Hegas**

Ett arbetsmaterial från Hegas.