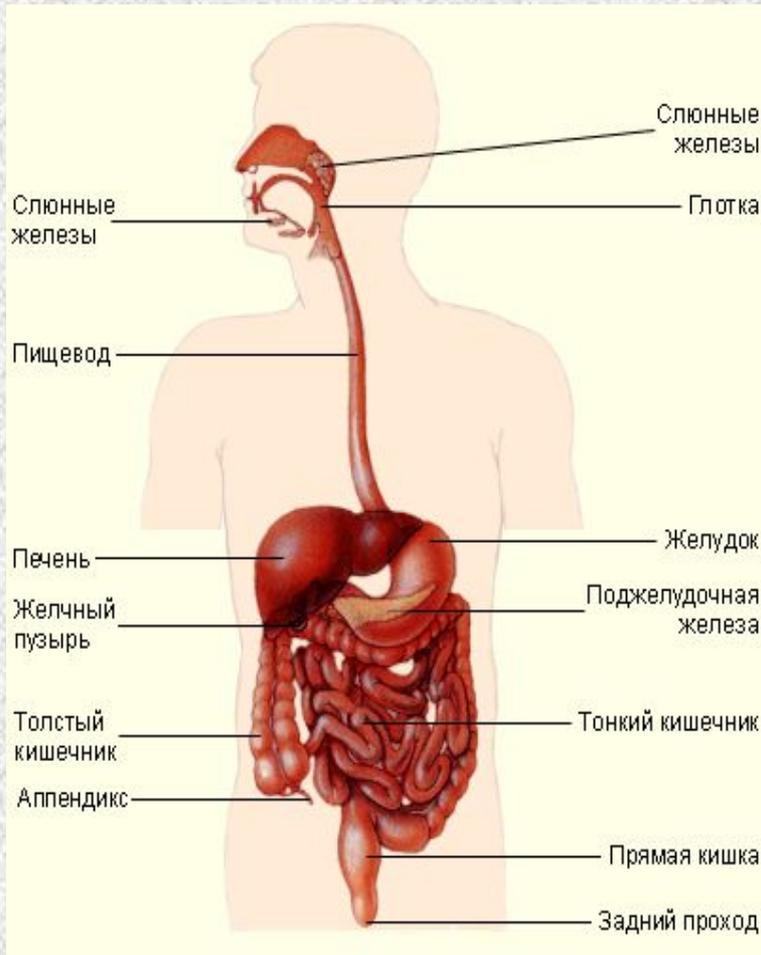


Органы пищеварения



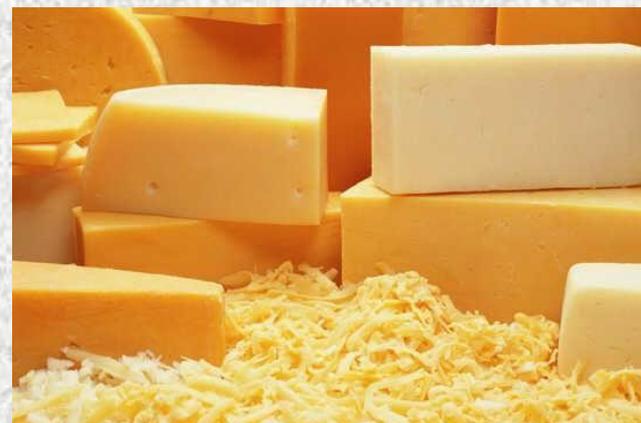
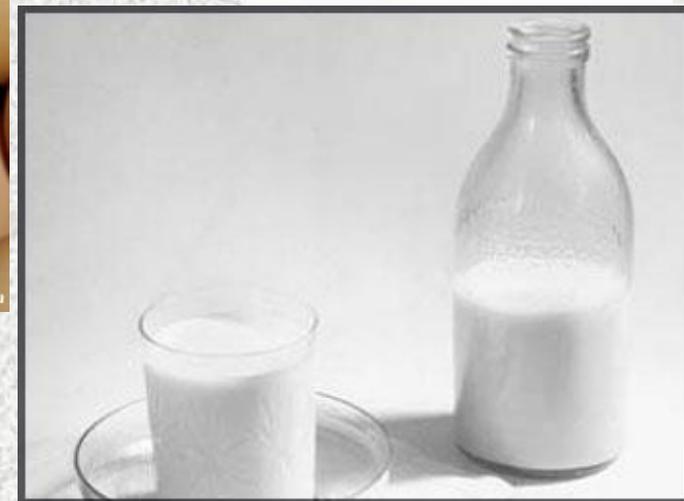
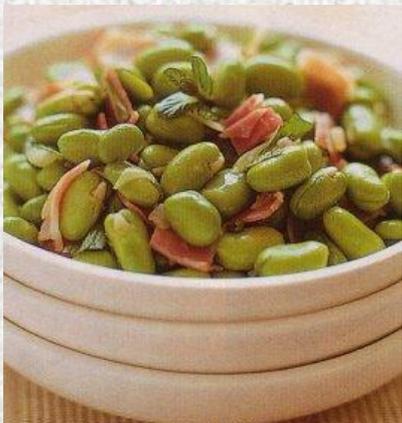
Почему человек должен регулярно питаться?



12.10.2018

Кузьмина Н. В.

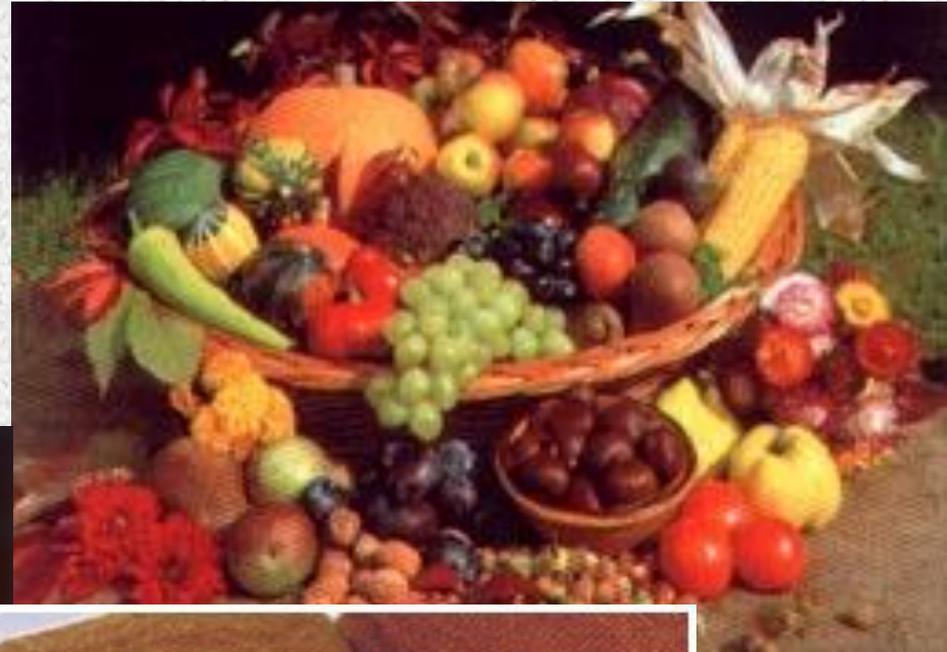
Белки в пище:



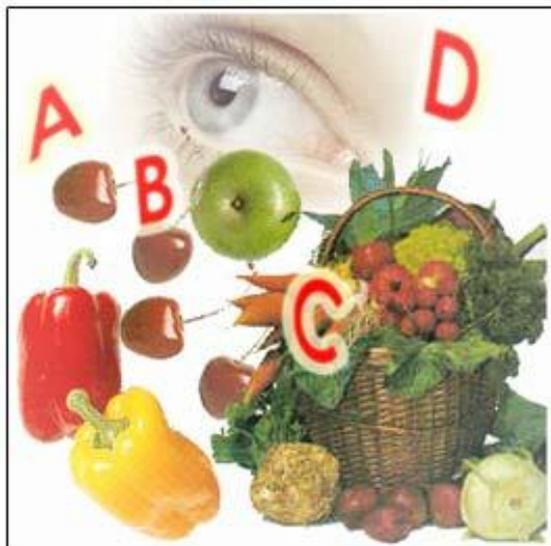
Жиры в пище:



Углеводы в пище:



Витамины:



Вода:



Минеральные соли:





Пища, которую мы едим, проходит через пищеварительную систему.

Здесь происходит переваривание пищи

Какие питательные вещества человек получает с пищей?



12.10.2018

Кузьмина Н. В.

Правила питания

- 1. Пища должна быть разнообразной.**
- 2. Тщательно пережёвывай пищу.**
- 3. Старайся есть в одно и то же время.**
- 4. Пища не должна быть очень горячей.**
- 5. Не надо есть много жареного, копчёного, солёного, острого.**
- 6. Поменьше ешь сладкого, мучного.**
- 7. Обязательно завтракай.**
- 8. Ужинай не позже, чем за 2 часа до сна.**

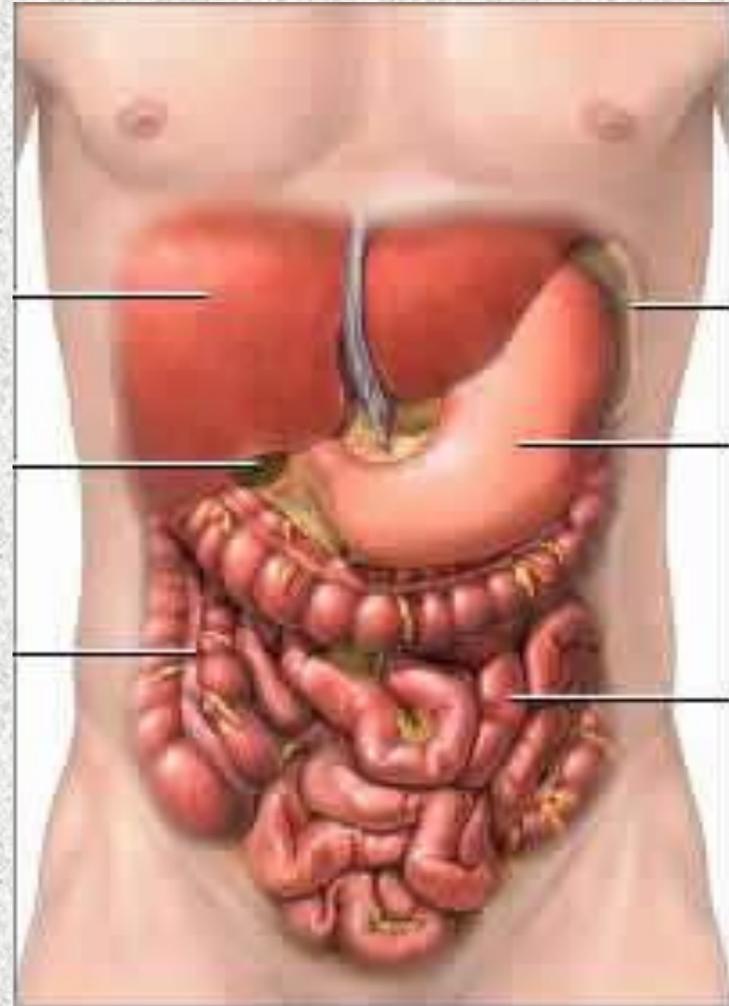
Здоровые зубы - залог крепкого здоровья



Зубы чисти утром и на ночь перед сном.

Давай проверим:

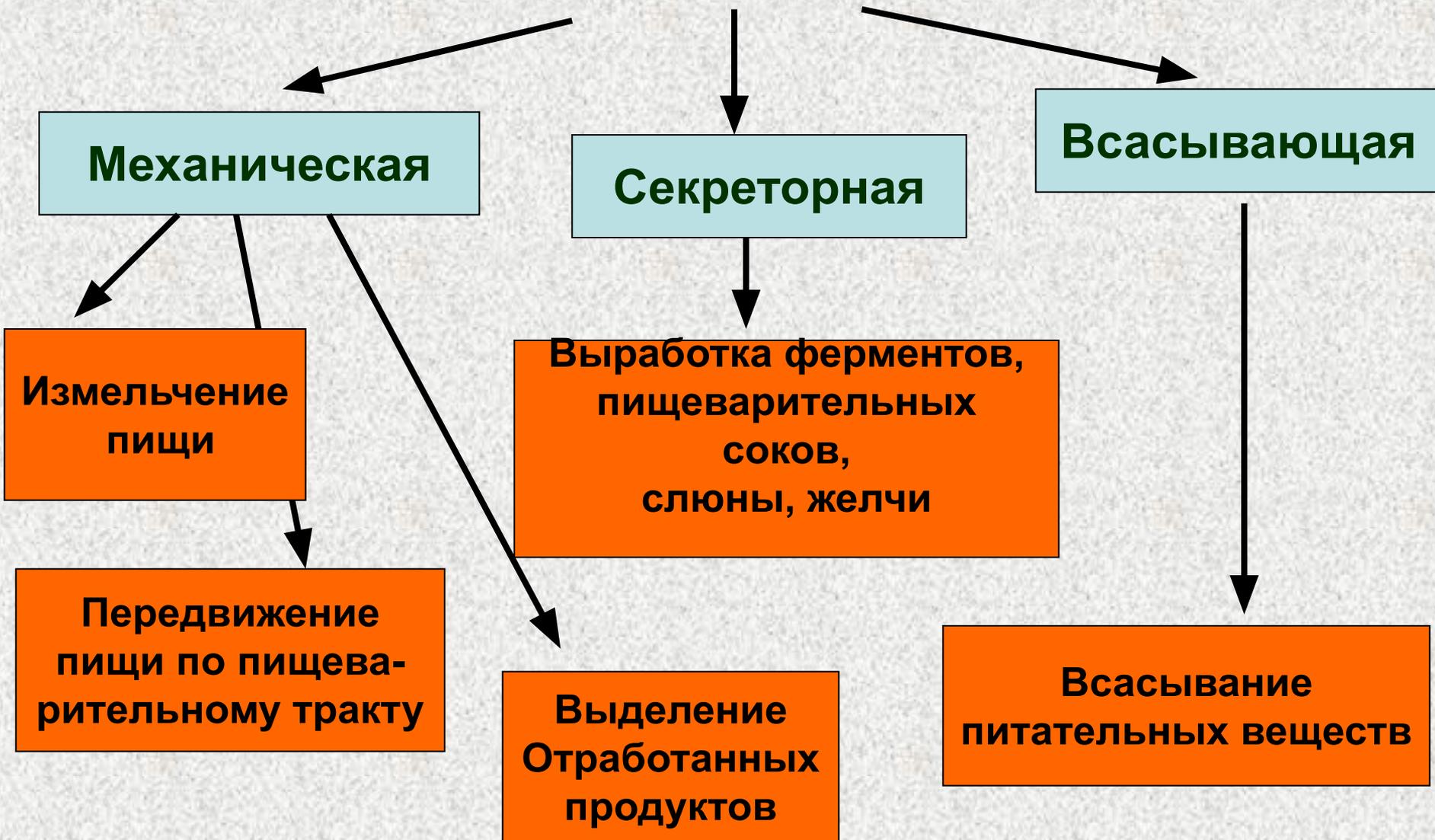
1. Назовите органы пищеварения.
2. Какой путь проходит пища в нашем организме?
3. Почему пища должна быть разнообразной?
4. Почему пищу нужно хорошо пережёвывать?
5. Отчего портятся зубы?



• ***Пищеварение*** — это сложный процесс, при котором происходит переваривание пищи и её усвоение клетками.



ФУНКЦИИ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ:

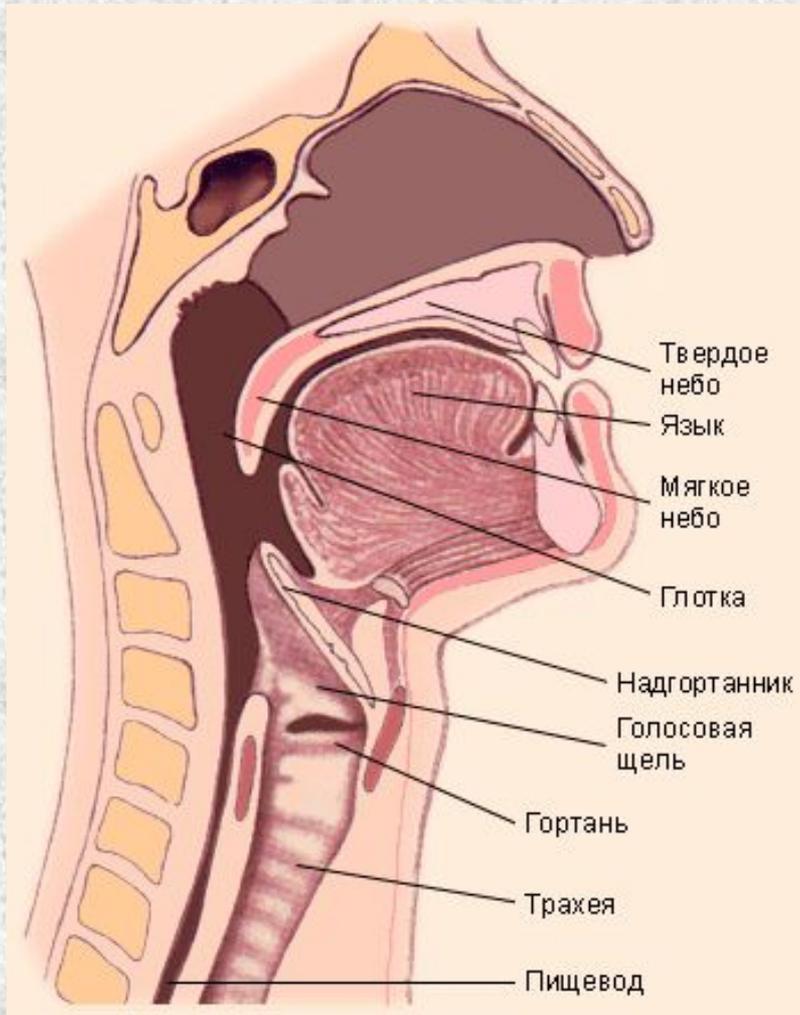


Систему органов пищеварения образуют:

- ротовая полость,
- пищевод,
- желудок,
- кишечник,
- пищеварительные железы.

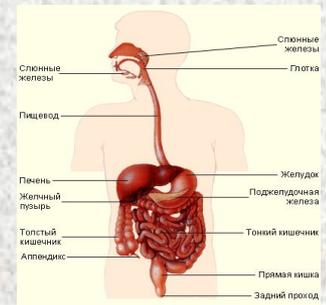


Ротовая полость:



В ротовой полости происходит первичная обработка пищи, которая состоит в её механическом измельчении с помощью языка и зубов и превращении в пищевой комок.

Слюнные железы:

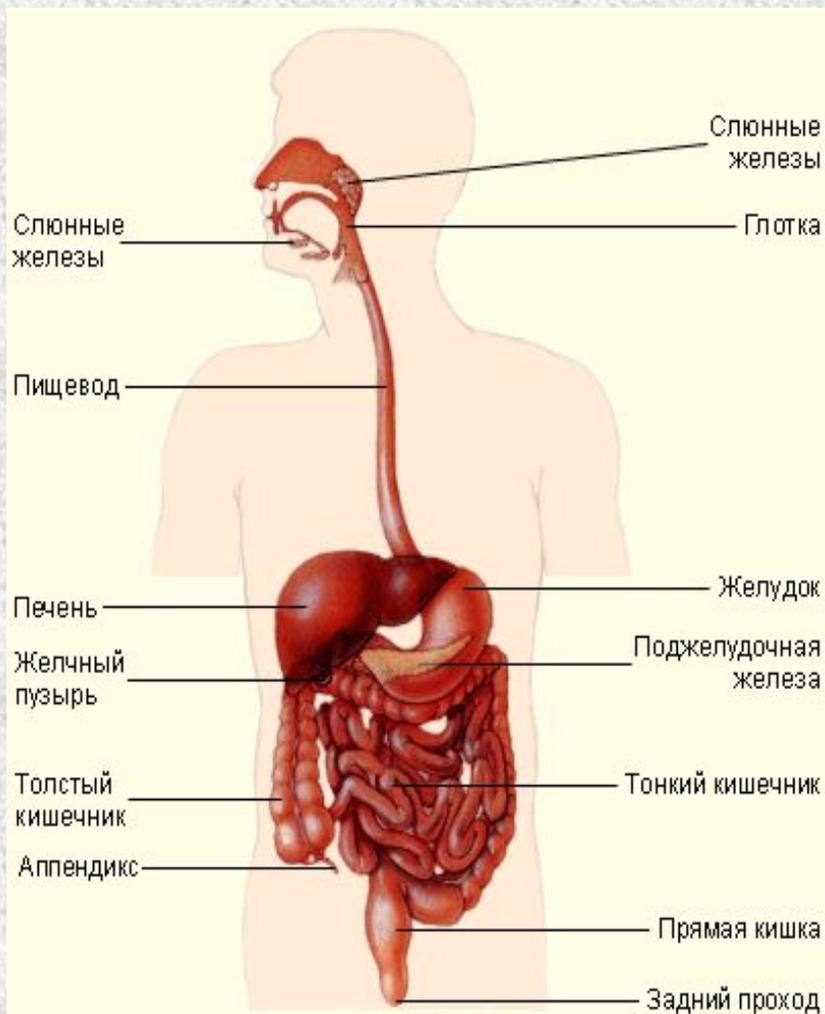


Где образуется слюна?



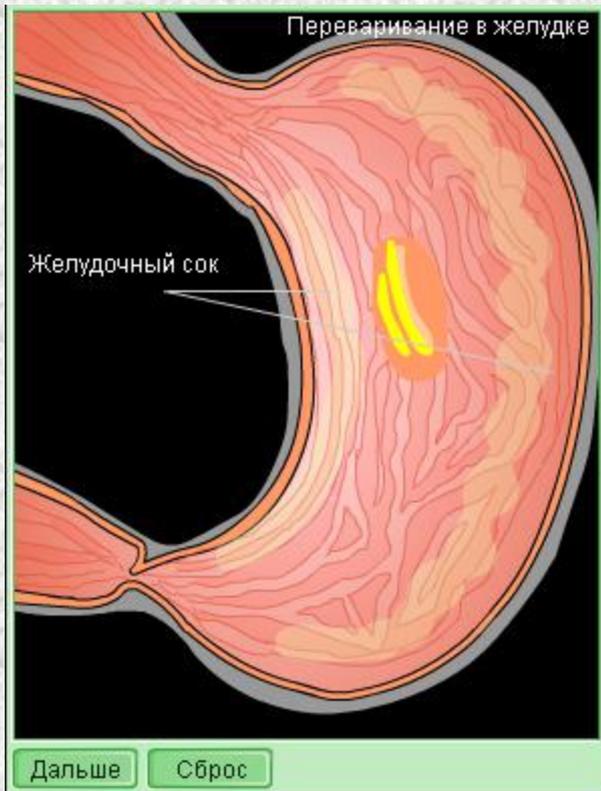
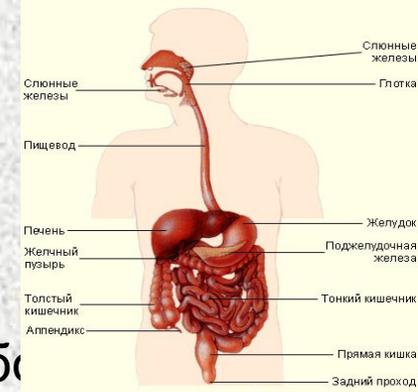
Слюнные железы выделяют слюну, ферменты которой начинают расщепление содержащихся в пище углеводов.

Глотка и пищевод:



Затем через **глотку** и **пищевод** пища попадает в желудок, где под действием желудочного сока переваривается.

Пищеварение в желудке:



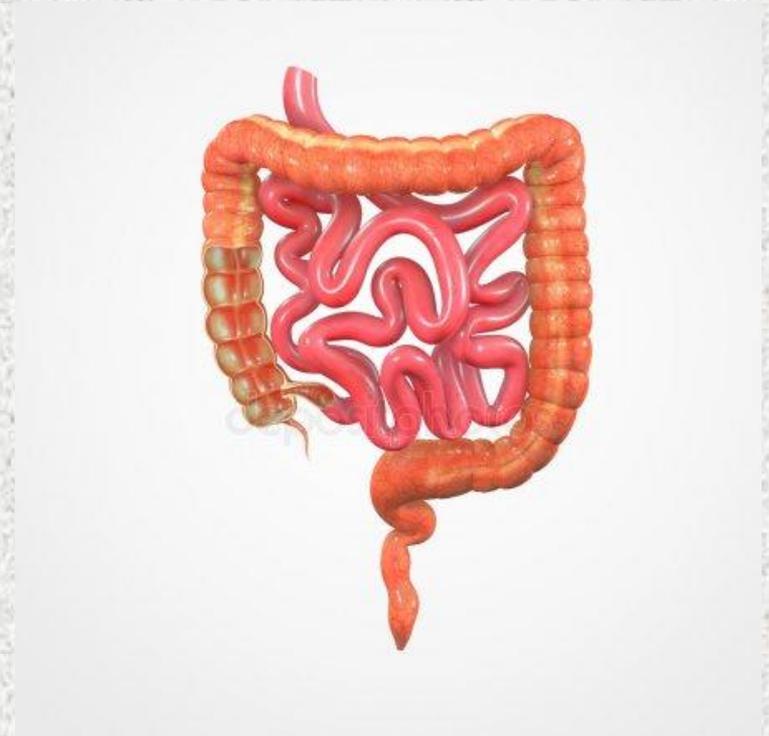
Желудок представляет собой толстостенный мышечный мешок, находящийся под диафрагмой в левой половине брюшной полости. Путём сокращения стенок желудка его содержимое смешивается. Множество желёз, сосредоточенных в слизистой стенке желудка, выделяют желудочный сок, содержащий ферменты и соляную кислоту. После этого частично переваренная пища попадает в передний отдел тонкого кишечника – двенадцатиперстную кишку.

Пищеварение в кишечнике:

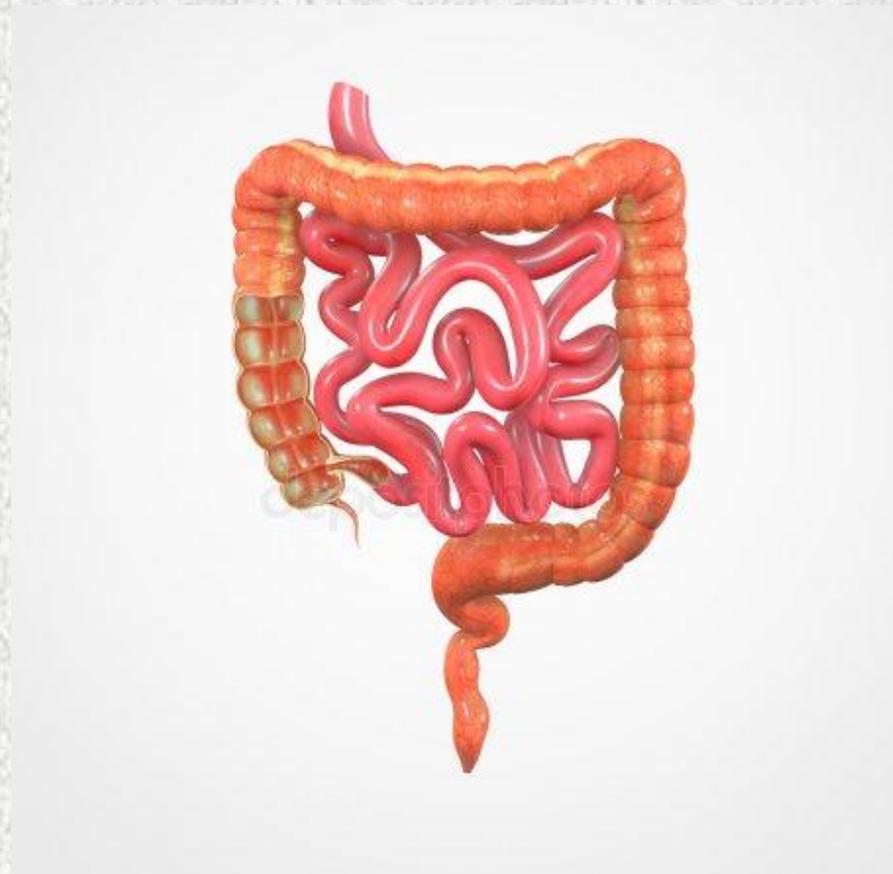
Тонкий кишечник состоит из двенадцатиперстной, тощей и подвздошной кишок.

В **двенадцатиперстной кишке** пища подвергается действию поджелудочного сока, желчи, а также соков желез, находящихся в её стенке.

В **тощей** и **подвздошной кишках** происходит окончательное переваривание пищи и всасывание питательных веществ в кровь.



Не переваренные остатки поступают в **толстую кишку**. Здесь они накапливаются и подлежат удалению из организма. Начальная часть толстой кишки называется **слепой**. От неё отходит червеобразный отросток – **аппендикс**.



Пищеварительные железы:

К пищеварительным железам относятся слюнные железы, микроскопические железы желудка и кишечника, поджелудочная железа и печень.

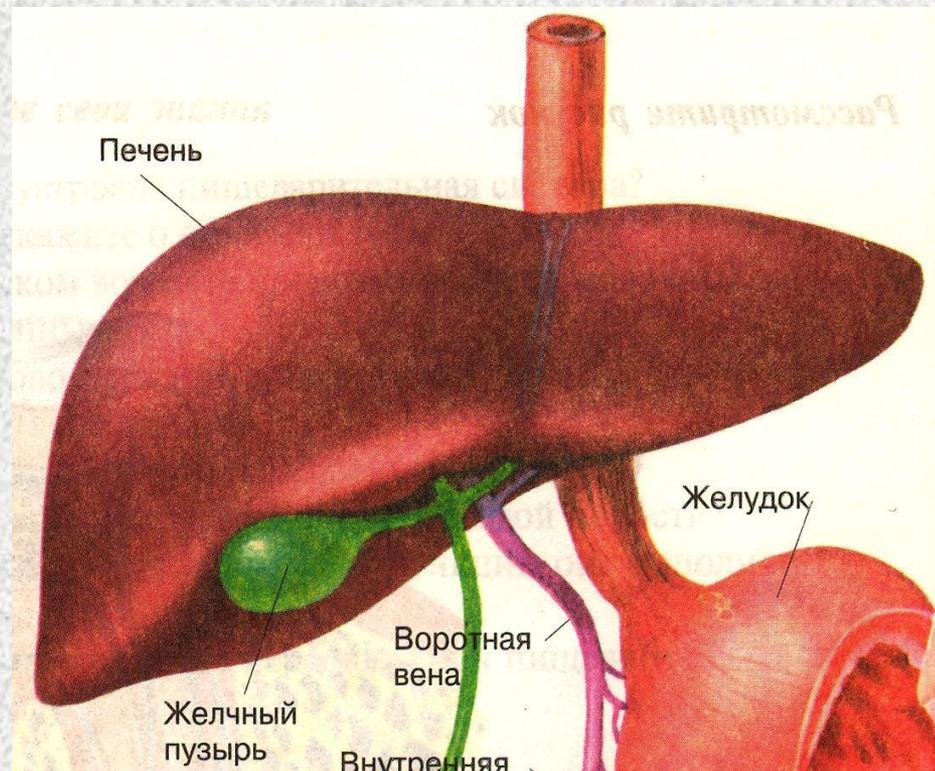


Печень:

Печень – самая крупная железа человеческого организма. Она располагается справа под диафрагмой.

В печени вырабатывается желчь, которая по протокам поступает в желчный пузырь, где накапливается и по мере надобности поступает в кишечник.

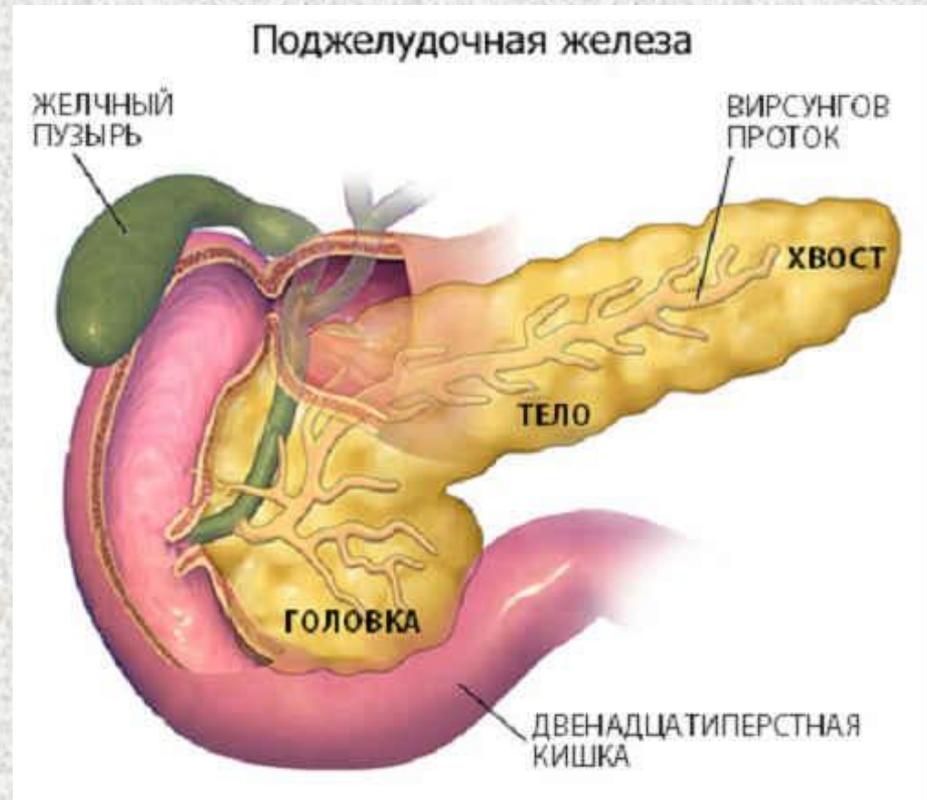
Печень задерживает ядовитые вещества и защищает организм от отравления.



Поджелудочная железа:

Поджелудочная железа находится между желудком и двенадцатиперстной кишкой.

- Сок поджелудочной железы содержит ферменты, расщепляющие белки, жиры и углеводы
- В сутки выделяется 1–1,5 литра сока поджелудочной железы.



Первая помощь при отравлении:

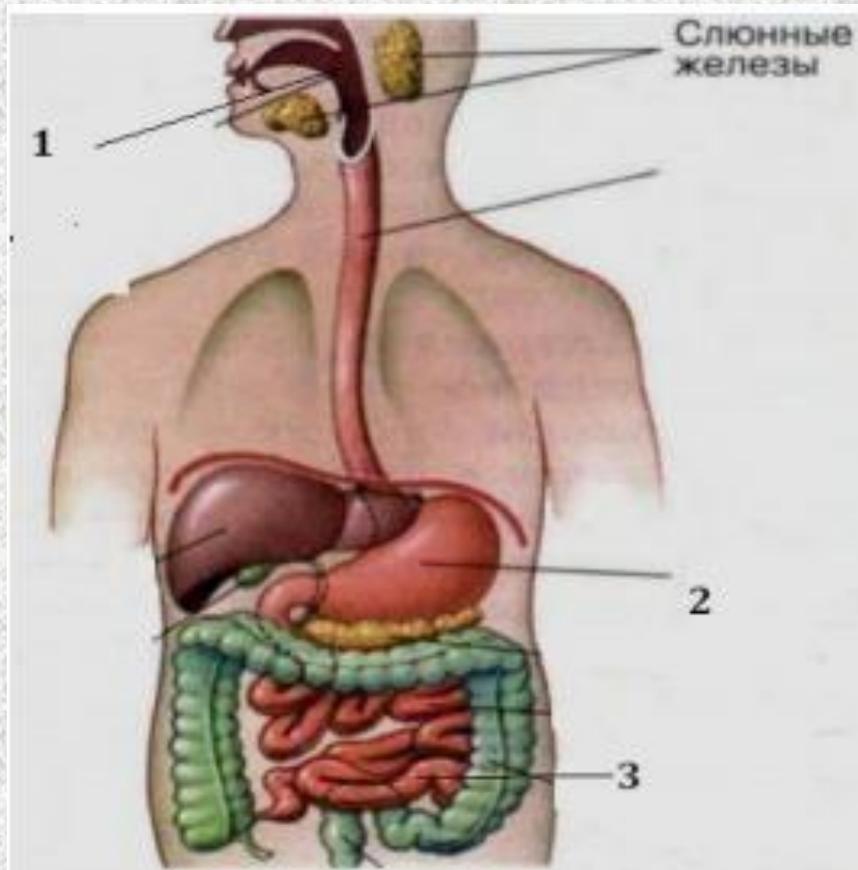
В случае попадания в пищеварительную систему несвежих продуктов или ядовитых веществ (мышьяка, соединений меди, природных ядов) наступает пищевое **отравление**.

Острые отравления требуют применения экстренных мер для быстрого удаления яда ещё до приезда врача: промывание желудка, вызывание рвоты и т.п.



В каком порядке пища проходит через пищеварительный тракт?

- Желудок
- Глотка
- Толстая кишка
- Прямая кишка
- Ротовая полость
- Тонкая кишка
- Пищевод



ЭТО ИНТЕРЕСНО:

- За свою жизнь человек в среднем съедает 10 тыс. яиц, 5 тыс. буханок хлеба, 100 мешков картофеля, 3 быков, 2 баранов, случайно 70 насекомых. Женщины - около 4 кг. губной помады.