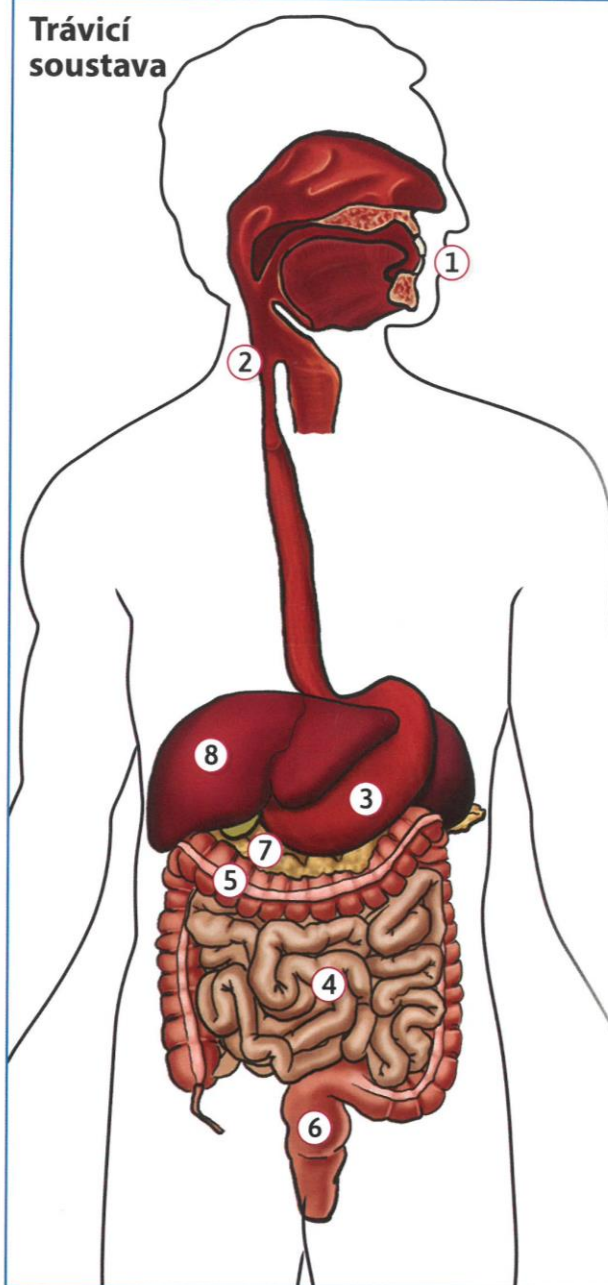


TRÁVICÍ SOUSTAVA

Trávicí soustava nám zajišťuje **příjem a zpracování** potravy tak, aby z ní naše tělo využilo důležité živiny a vitamíny. Živiny jsou dále krví rozváděny k potřebným orgánům. Nestrávené zbytky potravy jsou z těla vyloučeny. Hlavními částmi trávicí soustavy jsou: **ústní dutina, hltan, jícen, žaludek, tenké střevo, tlusté střevo a konečník**. Dalšími důležitými orgány trávicí soustavy jsou **slinivka břišní a játra**.

Trávicí soustava



① Dutina ústní

V dutině ústní najdeme **jazyk** a **zuby**. Potrava se zde smísí se slinami a dojde k rozmělnění sousta. Sliny obsahují hodně vody a látku, která pomáhá štěpit cukry.

② Hltan a jícen

Polknutím pokračuje sousto do hltanu a jícnu.

③ Žaludek

V žaludku se potrava promíchá se žaludečními šťávami a látkami, které pomáhají štěpit potravu na jednodušší složky. Vzniká kašovitá **trávenina**.

④ Tenké střevo

Trávenina pokračuje do dlouhého tenkého střeva (3-5 m), kde dochází k dalšímu štěpení látek. Důležité látky a vitamíny se vstřebávají do krve.

⑤ Tlusté střevo

Tlusté střevo (dlouhé 1-1,5 m) neobsahuje žádné trávicí šťávy. Shromažďuje nestravitelné zbytky potravy, které se zahušťují. Voda se vstřebává do krevního oběhu.

⑥ Konečník

Z nestrávených zbytků vzniká stolice, která se hromadí v konečníku. Naplnění konečníku vyvolává pocit nucení na stolicí a dochází tak k jejímu vyprazdňování.

⑦ Slinivka břišní

⑧ Játra

Mezi nejběžnější onemocnění trávicí soustavy patří zubní kaz, průjem, zácpa. Mezi nebezpečné infekční choroby řadíme salmonelózu a žloutenku (nemoc „špinavých“ rukou).

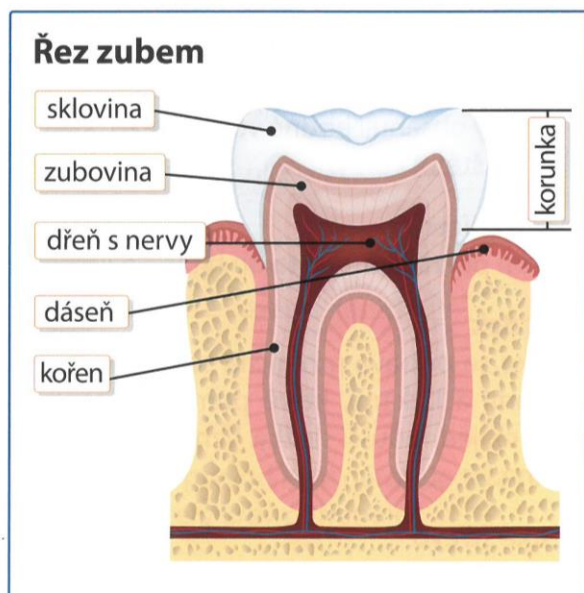
CO TO JE?

Apendix – červovitý výběžek slepého střeva. Při zánětu musí být slepé střevo chirurgicky odstraněno.

Slepé střevo – část tlustého střeva (slepý výběžek)

Zuby

Zuby slouží v ústní dutině k rozmělnění potravy. **Dětský chrup** tvoří 20 „mléčných“ zubů, které postupně kolem šestého roku věku vypadávají. Nahradí je **chrup trvalý** (dospělého člověka) se 32 zuby. Další zuby už člověku nenarostou. Proto je třeba se o chrup pečlivě starat – aspoň **ráno a večer si zuby pečlivě vyčistit**, omezit jídlo a nápoje s velkým množstvím cukru, pravidelně chodit na **zubní prohlídky**.



CO TO JE?

Paradentóza – onemocnění dásní, které je doprovázeno krvácením a vypadáváním zubů.

VÍŠ, ŽE...?

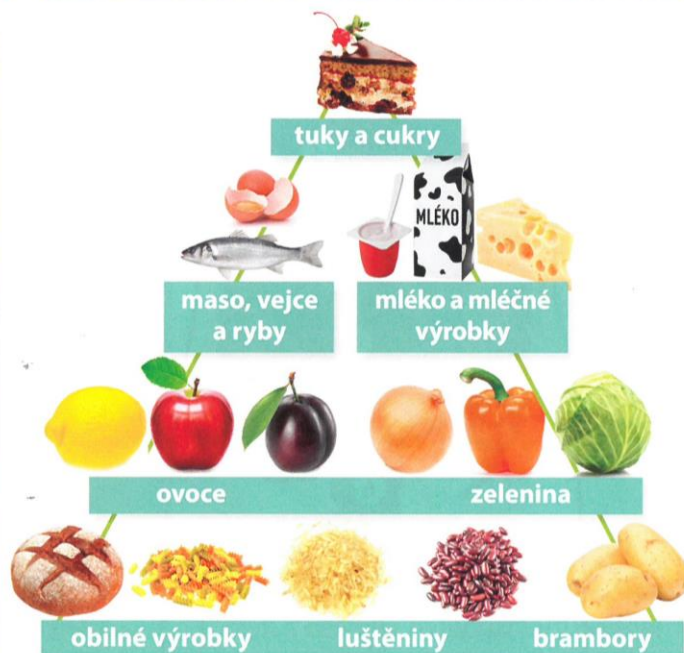
- ◆ U dospělého člověka určujeme tyto druhy zubů: řezáky, špičáky, zuby třenové a stoličky. Poslední stoličky označujeme jako **zuby moudrosti**.
- ◆ Abychom při polykání nevdechli sousto do dýchacích cest, máme v oblasti hltanu **příklopku**, která se při polknutí uzavře.
- ◆ Kyselé prostředí žaludku nám zajišťuje **kyseľina chlorovodíková**.

19 Přines si do školy pomůcky, které používáš k péči o svůj chrup. Porovnej je se spolužáky. Nacvičujte správné čištění zubů.

20 Naše strava by měla být vyvážená a pestrá. Prohlédni si obrázek potravinové pyramidy a zjisti, co bychom měli jíst nejvíce a co bychom měli omezit.

21 @ Jak se jmenuje nemoc, která trápila především námořníky při dlouhých plavbách po moři? Použij internet nebo encyklopedii.

22 AJ Jak se řekne anglicky: zub, ústa, jazyk? Dokážeš říct v angličtině, že máš hlad, co jsi měl(a) k obědu, jaké je tvé oblíbené jídlo? Tvoř jednoduché věty.

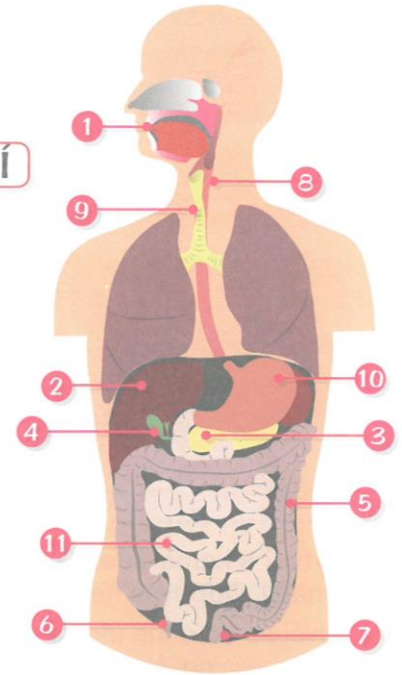


ZAPAMATUJ SI!

Trávicí soustava nám zajišťuje **příjem, zpracování potravy, rozvádění živin** k potřebným orgánům a **odstranění nestrávených zbytků potravy**. Skládá se z těchto částí: **ústní dutina, hltan, jícen, žaludek, tenké střevo, tlusté střevo, konečník, slinivka břišní a játra**. Abychom byli zdraví, měla by naše strava být pravidelná, vyvážená a pestrá. Nedílnou součástí je také dostatek tekutin.

9 Popiš orgány na obrázku. Pomocí barevných čtverečků sestav odpověď na otázku pod obrázkem.

- 1 D N Ú
- 2 T
- 3 L I A B Í
- 4 Ž Č
- 5 T L É O
- 6 P S
- 7 K Č
- 8 L
- 9 J
- 10 D K
- 11 E K V



Co člověku umožňuje zpracovávat potravu? Řešení:



10 Vyber si z nabízených možností a doplň správné počty.

- 32 2 až 3 pětkrát 20 aspoň dvakrát

- Kolikrát denně by se správně mělo jíst?
- Kolik mléčných zubů mají děti?
- Kolik zubů má dospělý člověk?
- Kolikrát denně bychom si měli čistit zuby?
- Kolik litrů tekutin bychom měli denně vypít?

