

Како се твоје тело брани од болести ?



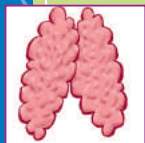
Свакога дана твоје тело се бори против извора инфекције, као што су вируси, бактерије и паразити. Ови нападачи се називају патогени или антигени, а најјача одбрана којом се тело штити од њих је твој ИМУНИ СИСТЕМ. Својим одбрамбеним снагама он уништава ове нападачае и тако твоје тело и твој организам одржава у здравом стању.

Да би имуни систем био успешан у одбрани, многи делови твога тела морају удружено да се супротставе изазивачима инфекција (патогенима/антигенима).

Најважнији делови твог имуног система су:



1 Тонзиле или Крајници – налазе се у задњем делу грла и штите „улазна врата“ твојих органа за дисање (тзв. респираторни систем, од речи респирација=дисање) и за исхрану (тзв. дигестивни тракт, од речи дигест=варење); крајници те штите тако што уништавају бактерије уз помоћ белих крвних зрнаца (тзв. леукоцити).



2 Жлезда Тимус – смештена је испод врата у средини твог грудног коша, а изнад срца. Тимус у себи чува бела крвна зрнца док не sazру довољно, а тада их подржава да обаве свој посао (белих крвних зрнаца има неколико врста и свака од њих има посебан задатак у одбрани тј. у сусрету са бактеријама и другим изазивачима инфекције).



3 Лимфни чворови – су мали, величине зрна, чворовићи на лимфним судовима и каналима, смештени пре свега испод пазуха и у препонама. Они филтрирају патогене и склањају их из лимфног система.



4 Коштана срж – налази се унутар костију, она ствара/производи бела и црвена крвна зрнца/крвне ћелије. Црвена крвна зрнца преносе кисеоник до других ћелија и делова тела и одстрањују из тела карбон-диоксид. Бела крвна зрнца трагају за патогенима и уништавају их. Белих крвних зрнаца има три врсте: фагоцити, Б-ћелије и Т-ћелије.



5 Слезина – је највећи лимфоидни орган у лимфном систему, а лоцирана је са леве стране стомака. Слезина уклања патогене из крви, уколико се у њој нађу.



6 Јетра – је највећи унутрашњи орган у твоје тело, у њој су бела крвна зрнца. Приликом проласка крви кроз јетру, ове ћелије уништавају бактерије које се нађу у крви. Јетра, такође, прерађује хранљиве материје у крви и ствара жуч која помаже варењу хране.



7 Крв– чине је бела и црвена крвна зрнца, која путују кроз крвне судове у твојем телу. Док се бела зрнца боре против патогена, црвена крвна зрнца хране твоје тело.



Сада када знаш како те твој имуни систем штити од инфекција, да ли прихватиш да му помогнеш тако што ћеш се трудити да своје тело очуваш здравим правилном исхраном и вежбањем? Неки људи се рађају са имуним системом који не ради тако добро као код других. До тога долази наслеђивањем. То је Урођени недостатак имунитета, због чега је та особа болесна чешће од других. За више информација о свему, посети сајтове: www.pospid.org.rs и www.info4pi.org

Сада када знате како ваш имуни систем функционише, помозите му и чувajte своје здравље правилном исхраном и вежбањем.



Имуни систем у одбрани нашег здравља

Свакога дана твоје тело се, заједно са бројним помагачима – који чине имуни систем, бори са инфекцијама, микробима, бактеријама и паразитима или деструктивним нападачима, које називамо патогенима.

Задаци и питања која следе помоћи ће ти да научиш више о твом имуном систему, а тачне одговоре потражи у дну стране.

Шта знаш о свом имуном систему

Провери колико знаш о имуном систему тако што ћеш код сваке доле наведене тврдње означити да ли је сматраш тачном или погрешном.

- 1) Ћелије крви се стварају у коштаном сржи која испуњава унутрашњост свих твојих костију.
 Тачно Нетачно
- 2) Микроби и вируси активирају твоја црвена крвна зрнца да крену у одбрану.
 Тачно Нетачно
- 3) Неке бактерије живе у твом телу и помажу му да се одбрани од микроба.
 Тачно Нетачно
- 4) Твој Тимус, жлезда у којој нека бела крвна зрнца постају Т- ћелије, временом се смањује.
 Тачно Нетачно
- 5) Бела крвна зрнца понекад, грешком, нападају здраве ћелије у твом телу.
 Тачно Нетачно

Откриј свој имуни систем

Повежи наведене појмове са њиховим тачним значењима:

- | | |
|-----------------------|-------------------|
| 1. Имуни систем _____ | 4. Антитела _____ |
| 2. Прехлада _____ | 5. Патогени _____ |
| 3. Крајници _____ | |

- A) Сви страни организми и ћелије који нападају твоје тело, као што су микроби, вируси и бактерије.
- B) Лоцирани су у дну грла, поред душника, штите улаз у твоје дисајне/респираторне органе и органе за варење, тако што уништавају бактерије које се ту наћу.
- C) Ћелије и органи који раде заједно на томе да очувају твоје тело здравим и који се боре са микробима, бактеријама, вирусима и инфекцијама.
- D) Протеин који бела крвна зрнца користе да њима означе ћелије вируса како би друга бела крвна зрнца препознала вирус и напала га.
- E) Телесна температура већа од 38 степени – некада када твоја бела крвна зрнца открију да је у твом телу вирус, она ће да јаве мозгу да подигне телесну температуру и учине тело превише топлим да у њему опстане вирус и умножи се.

Направи ред међу словима

Слова у речима које су дате су измешана. Ако их поређаш онако како треба, добићеш речи којима се називају неки важни делови твог имуног система.

РАЈЕТ	УМСИТ	ИНАЈКЦИ
_____	_____	_____
ИМФЛИН РОВЧ	АШТОНКА ЖРС	
_____	_____	

РАЗМИСЛИ!
Колико нових и другачијих речи можеш да конструишеш користећи слова из назива „имуни систем“

1. Тачно. Коштану срж је највећа унутрашња органима у телу.
2. Грешно. Црвена крвна зрнца се стварају у коштаном сржи.
3. Тачно. Тимус је жлезда која се налази у грудима и производи ћелије које се боре са микробима.
4. Тачно. Тимус је жлезда која се налази у грудима и производи ћелије које се боре са микробима.
5. Тачно. Антитела је беланчевина која се налази у крви и бори се са микробима.
6. Тачно. Патогени су организми који могу да узрокују болест.

