

Kako se tvoje telo brani od bolesti?



Svakoga dana tvoje telo se bori protiv izvora infekcije, kao što su virusi, bakterije i paraziti. Ovi napadači se nazivaju patogeni ili antigeni, a najjača odbrana kojom se telo štiti od njih je tvoj IMUNI SISTEM. Svojim odbrambenim snagama on uništava ove napadače i tako tvoje telo i tvoj organizam održava u zdravom stanju.

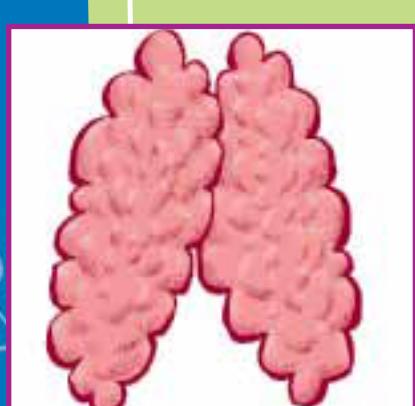
Da bi imuni sistem bio uspešan u odbrani, mnogi delovi tvoga tela moraju udruženo da se suprotstave izazivačima infekcija (patogenima/ antigenima).

Najvažniji delovi tvog imunog sistema su:



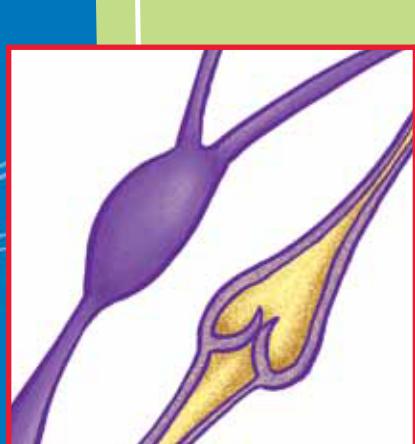
1

Tonzile ili Krajnici – nalaze se u zadnjem delu grla i štite „ulazna vrata“ tvogih organa za disanje (tzv. respiratorični sistem, od reči respiracija=disanje) i za ishranu (tzv. digestivni trakt, od reči digest=varenje); krajnici te štite tako što uništavaju bakterije uz pomoć belih krvnih zrnaca/ćelije (tzv. leukociti).



2

Žlezda Timus – smeštena je ispod vrata u sredini tvog grudnog koša, a iznad srca. Timus u sebi čuva bela krvna zrnca dok ne sazru dovoljno, a tada ih podržava da obave svoj posao (belih krvnih zrnaca ima nekoliko vrsta i svaka od njih ima poseban zadatak u odbrani tj. u susretu sa bakterijama i drugim izazivačima infekcije).



3

Limfni čvorovi – su mali, veličine zrna, čvorici na limfnim sudovima i kanalima, smešteni pre svega ispod pazuha i u preponama. Oni filtriraju patogene i sklanjavaju ih iz limfnog sistema.



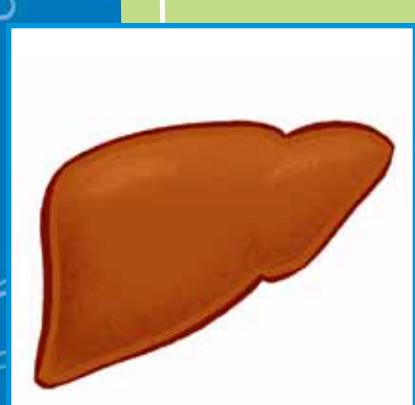
4

Koštana srž – nalazi se unutar kostiju, ona stvara/proizvodi bela i crvena krvna zrnca/krvne ćelije. Crvena krvna zrnca prenose kiseonik do drugih ćelija i delova tela i odstranjuju iz tela karbon-dioksid. Bela krvna zrnca tragaju za patogenima i uništavaju ih. Belih krvnih zrnaca ima tri vrste: fagociti, B - ćelije i T - ćelije.



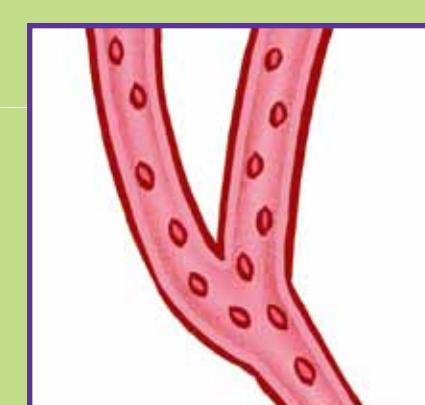
5

Slezina – je najveći limfoidni organ u limfnom sistemu, a locirana je sa leve strane stomaka. Slezina uklanja patogene iz krvi, ukoliko se u njoj nađu.



6

Jetra – je najveći unutrašnji organ u tvome telu, u njoj su bela krvna zrnca. Prilikom prolaska krvi kroz jetru, ove ćelije uništavaju bakterije koje se nađu u krvi. Jetra, takođe, prerađuje hranljive materije u krvi i stvara žuč koja pomaže varenju hrane.



7

Krv – čine je bela i crvena krvna zrnca, koja putuju kroz krvne sudove u tvom telu. Dok se bela zrnca bore protiv patogena, crvena krvna zrnca hrane tvoje telo.



Sada kada znaš kako vaš imuni sistem funkcioniše, pomožite mu i čuvajte svoje zdravlje pravilnom ishranom i vežbanjem.

jm

Jeffrey Modell
Foundation

POSPID

Sada kada znaš kako te tvoj imuni sistem štiti od infekcija, da li prihvataš da mu pomogneš tako što ćeš se truditi da svoje telo očuvaš zdravim pravilnom ishranom i vežbanjem?

Neki ljudi se rađaju sa imunim sistemom koji ne radi tako dobro kao kod drugih. Do toga dolazi nasleđivanjem. To je Urođeni nedostatak imuniteta, zbog čega je ta osoba bolesna češće od drugih. Za više informacija o svemu, poseti sajtove:

www.pospid.org.rs i www.info4pi.org.