

## Dýchací soustava

- zajišťuje **přívod kyslíku ze vzduchu a odchod oxidu uhličitého z těla**

Dýchání zajišťují dýchací svaly

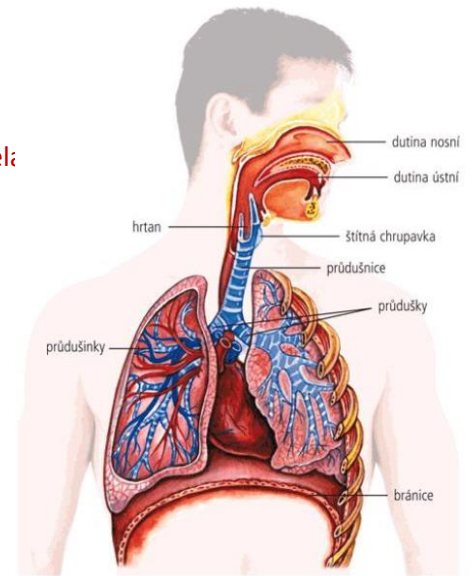
Dýchací soustavu tvoří:

### Dýchací cesty

- dutina nosní
- nosohltan
- hrtan
- průdušnice
- průdušky
- průdušinky – na jejich koncích jsou plicní sklípky, které v sobě mají vlásečnic - jimi se do krve dostává kyslík a oxid uhličitý se naopak z krve dostává do plic – při výdechu je vylučován z těla.

### Plíce

- párový orgán
- uložený v hrudníku



Nemoci dýchací soustavy: chřipka, zápal plic, tuberkulóza, astma, plicní rakovina ...

Mnoho nemocí se přenáší vzduchem = **kapénkovou infekcí** (pokud jsme nemocní = při řeči, smrkání nebo kýchnutí se do vzduchu dostanou kapky hlenu, které obsahují zárodky nemoci). Takto se šíří např. rýma, kašel, chřipka, angína...

Ochrana před kapénkovou infekcí:

- při kýchnutí a kašli zakrývat ústa a nos jednorázovým kapesníkem
- důležité je umývání rukou
- nemoc dál nešířit, léčit se doma

Hygiena dýchacích cest:

- nepohybovat se v zakouřených místnostech
- častý pobyt na čerstvém vzduchu
- nevdechovat příliš studený vzduch
- dýchat nosem – vzduch se zbaví prachu, ohřeje se, než se dostane do plic