TRÁVICÍ SOUSTAVA

* Je soustava orgánů, které se podílejí na příjmu potravy, jejím zpracování /trávení/, vstřebávání živin a odstraňování nestrávených zbytků.

Trávicí soustavu tvoří:

* dutina ústní
* hltan
* jícen
* žaludek
* tenké střevo
* tlusté střevo
* konečník

**Jak pracuje?**

* ÚSTA - při kousání (Zuby: mléčné- 20, stálé- 32) se potrava

rozmělňuje na malé kousky

* ke zpracování pomáhá také jazyk – chuť (kyselá, hořká, slaná,

sladká)

* potrava se promísí se slinami
* po spolknutí putuje potrava do HLTANEM A JÍCNEM DO ŽALUDKU – rozmělňování, trávení + žaludeční šťávy
* dále potrava putuje do TENKÉHO STŘEVA – látky přiváděné z jater a slinivky břišní pomáhají dalšímu trávení, živiny se vstřebávají do krve
* TLUSTÉ STŘEVO - nestrávené zbytky se zhušťují = vzniká stolice
* stolice pokračuje do konečníku a odchází z těla řitním otvorem

ČLOVĚK KE SVÉMU ŽÍVÉTU POTŘEBUJE POTRAVU

Nejzdravější je přijímat vyváženou potravu – obsahující bílkoviny, vitamíny, minerální látky, tuky, cukry a dostatečné množství vody.

Strava bohatá na tuky a cukry vede k tloustnutí.

Zdravější je jíst méně, ale častěji (5krát denně).

Nedostatek potravy způsobuje podvýživu.