

ذات مرة شاهدت حصة طبيّة على التلفاز، حضر فيها أطباء مختصون في الجهاز الهضمي و الجهاز التنفسي . بدأت المنشّطة في طرح بعض الأسئلة التي تسمح للمشاهد أن يفهم أكثر حول بعض الأمراض الباطنية و من بينها عسر الهضم .

فبادر الطبيب المختص يُعطي التفاصيل المهمّة ، حيث قال : أولاً يجب على كلّ شخص أن يعرف المسار الذي تتخذه اللقمة في الجهاز الهضمي الذي يتكوّن من الأعضاء التالية ،

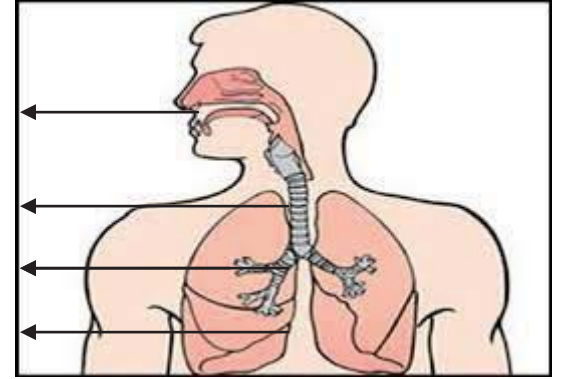
التعلّمة 1 : أدّكر ممّا يتكوّن الجهاز الهضمي ؟

1 الفم 2 المريء 3 المعدة 4 المعى الدقيق 5 المعى الغليظ

كما أنّه عرّفنا بأنّ عمليّة الهضم تكون عندما تتعرّض الأغذية للتفكيك التدريجي خلال مسارها في النبوب الهضمي فيتغير مظهرها

التعلّمة 2: أكمل تعريف عمليّة الهضم

– و بعده مباشرة تدخل الأخصائي في الأمراض التنفسية حيث استعمل جهاز العرض الدّاتاشو ليوضح كيف تتم عمليّة التنفس عند الإنسان . إليك الرّسم البياني للجهاز التنفسي ، صغّ بيّاناته ؟



المنخران – الرغامى – القصبة الهوائية – الرئة

– بعد نقاش طويل حول الجهازين الهضمي و التنفسي، طلبت المنشّطة من أحد الأطباء أن يُقدّم نصائح و إرشادات حول كيفية المحافظة و الإهتمام بهما .

التعلّمة 3 : أكمل الجدول التالي ببعض النصائح

كيف أحمي جهازى الهضمي	كيف أحمي جهازى التنفسي
عدم تناول الوجبات السريع / تناول الوجبات في أوقاتها المحددة / عدم تكبير اللقمة / تنظيف الاسنان و اليدين / ممارسة الرياضة	عدم التدخين و الابتعاد عن المدخنين / ممارسة الرياضة / تجديد هواء الغرفة / تجنب المناطق الملوثة مثلاً بدخان المصانع

على التلميذ ذكر البعض منها فقط

– وَ قَبْلَ زِهَايَةِ الْحِصَّةِ عَلِمْتُ أَنَّ هُنَاكَ عِلَاقَةً بَيْنَ الْجِهَازِ الهَضْمِيِّ وَ الْجِهَازِ التَّنَفُّسِيِّ وَ دَوْرَانِ الدَّمِّ فِي جِسْمِنَا وَ إِلَيْكُمْ الْحَوْصَلَةُ لِكُلِّ مَادَارٍ فِي النَّقَاشِ:

التعلّمة 4 : أَكْمِلِ النَّاقِصَ لِتَسْهِيلِ الْفَهْمِ.

تَتَعَرَّضُ الْأَغْذِيَّةُ إِلَى الْهَضْمِ فِي الْأَنْبُوبِ الْهَضْمِيِّ فَتَتَحَوَّلُ إِلَى عُنَاصِرٍ دَقِيقَةٍ، تَنْتَقِلُ مِنَ الْمَعِيِّ الدَّقِيقِ

إِلَى الدَّمِّ أَمَّا الْأَغْذِيَّةُ الْغَيْرُ الْمَهْضُومَةُ فَتَتَرَاكُمُ فِي الْمَعِيِّ الْغَلِيظِ ثُمَّ تَطْرَحُ عَلَى شَكْلِ فَضَلَاتٍ

– يَدْخُلُ هَوَاءُ الشَّهِيْقِ الْغَنِيِّ بِالْأَكْسِجِينِ إِلَى الرِّئَةِ أَيْنَ يَتَغَيَّرُ تَرْكِيْبُهُ فَيَنْتَقِلُ غَاِزُ الْأَكْسِجِينِ إِلَى الدَّمِّ بَيْنَمَا يَنْتَقِلُ غَاِزُ الْفَحْمِ وَ بَخَارُ الْمَاءِ مِنَ الدَّمِّ إِلَى الرِّئَةِ لِيُطْرَحَ فِي هَوَاءِ الزَّفِيرِ

– أَثْنَاءَ دَوْرَانِ الدَّمِّ يُزَوَّدُ الْجِسْمُ بِـ الْأَغْذِيَّةِ وَ يَغَاِزُ الْأَكْسِجِينِ الصَّرُورِيَّانِ لَهُ وَ يَخْلُصُهُ مِنَ الْفَضَلَاتِ.

بالتوفيق