

Naziv škole : Osnovna škola Vladimir Pavlović u Čapljini

Razred : IX

Nastavni predmet : Biologija

Datum : 27.04.2020

Nastavna jedinica : Živi zdravo – čuvaj zdravlje probavnog sustava

Artikulacija sata

Uvodni dio :

Iz prethodne nastavne jedinice naučili ste da pravilnom prehranom te životnim i higijenskim navikama pridonosimo zdravlju probavnog sustava i organizma kao cjeline.

Glavni dio :

Danas ćemo upoznati neke bolesti probavnog sustava, te na koji način čuvati zdravlje istog. Zaštita je osnovno pravilo prehrane koja podrazumijeva : uzimanje raznolike hrane, uzimanje redovitih dnevnih obroka te prevencija (stomatološki i sistematskih pregleda).

Bolesti probavnog sustava mogu se podijeliti na :

1. Nezarazne bolesti u koje spadaju
 - Zubni karijes (uzrokuju bakterije, liječenje, plombiranje a neliječenje dovodi do gnojnih vrećica. Svakodnevna njega, pravilna prehrana te redovita stomatološka kontrola može spriječiti zubni karijes.
 - Gastritis – upala sluznice želuca – nastaje pretjeranim izlučivanjem klorovodične kiseline koju uzrokuje preveliki stres i bakterije.
 - Čir (vrijed) želuca i dvanaesnika čiji uzrok je također pretjerana količina klorovodične kiseline. Kiselina nagriza i oštećuje želuca i dvanaesnika te se javljaju jaki bolovi.
 - Upala crvuljka slijepog crijeva nastaje zbog nakupljanja ostatka crijevnog sadržaja kojega razgrađuju bakterije pa se javljaju bolovi u donjem desnom dijelu trbušne šupljine. Upaljeni crvuljak slijepog crijeva se odstranjuje kirurškim putem.
 - Rak debelog crijeva najčešća zloćudna bolest današnjice, a najčešći uzroci su : genetske sklonosti, polipi, smanjena fizička aktivnost
2. Zarazne bolesti (Uzročnici zaraznih bolesti mogu se prenositi prljavim rukama, zaraženom hranom i pićem. Navike redovnog pranja toplom vodom i sapunom stvaraju se već u ranom djetinjstvu. Najčešće zarazne bolesti su :
 - Viroze – virusi – ljetni mjeseci
 - Hepatitis A – bolest prljavih ruku, sa zaražene osobe na zdravu osobu, virus koji napada jetru i uzrokuje zaraznu žuticu. Bolest zahtjeva duži oporavak zbog nepostojanja odgovarajućih lijekova.
 - Griže (dizenterije) najčešće uzrokuju bakterije ili amebe u zaraženoj vodi.
 - Bakterijske bolesti – bakterija salmonela – ljetni mjeseci (kolači, sladoledi, majoneza).

Pored bolesti probavnog sustava postoje i poremećaji u prehrani :

- Pretilost – problem modernog doba – unos hrane veće energetske vrijednosti u odnosu na naše potrebe

- Anoreksija –posljedica izgladnjivanja – psihološki poremećaj
- Bulimija – psihološki poremećaj – potreba za unošenjem velike količine hrane te namjerno izazivanje povraćanja iste.

U probavnom sustavu čovjeka mogu se pojaviti i crijevni nametnici kao posljedica nehygiene ruku, zaraženog mesa.

- Dječja glista
- Trihina
- Trakavice

O ovim nametnicima upoznali ste se u osmom razredu.

Završni dio

Ponavljjanje pređene jedinice uz pomoć plana ploče i pitanja iza jedinice

PLAN PLOČE

ŽIVI ZDRAVO – ČUVAJ ZDRAVLJE PROBAVNO SUSTAVA

Zaštita – osnove pravilne prehrane :

- Jesti raznoliku hranu
- Jesti redovito
- Prevencija

Nezarazne bolesti probavnih organa :

- Karijes – granulom
- Gastritis
- Vrijed ili čir (želuca i dvanaesnika)
- Upala crvuljka slijepog crijeva
- Rak probavnih organa

Zarazne bolesti probavnih organa :

- Viroze
- Hepatitis A – bolest prljavih ruku
- Bakterije (salmonela) – prenosi se hranom
- Trovanje hranom
- Griža ili dizenterija (uzročnik bakterija ili ameba)

Poremećaj prehrane :

- Pretilost
- Anoreksija
- Bulimija

Crijevni nametnici :

- Dječja glista – prenosi se neopranim rukama i hranom
- Trihina – prenosi se zaraženim mesom
- Trakavica – prenosi se zaraženim mesom

