

29.10.20

מה קורה בגוף שלנו כאשר חם מאד?

מזיעים כדי לקרר את עצמנו.

מה עוד קורה מלבד הזעה?

מה קורה כאשר רצים 2 קילומטר?

דופק עולה בעקבות ריצה.

התנשפות - לקבל עוד אוויר - לקבל עוד חמצן.

כאב בצד - בגלל שהגוף צריך עוד חמצן.

הפנים נעשים אדומים. בגלל עליית הטמפרטורה בגוף. זורם יותר דם לפנים.

התופעה נקראת - הרחבת כלי דם היקפיים.

צמאים ורוצים לשתות.

מה קורה בגוף שלנו כאשר חם מאד?

הזעה, הרחבת כלי דם היקפיים.

מה זה הזעה?

הפרשה של מים מבלוטות מיוחדות בגוף. מה קורה למים? איך המים מקררים את הגוף? מה עושה מאוורר? הרוח גורמת למים להתאדות. מה זה אידוי? שינוי מצב צבירה - מנוזל לגז. שינוי מצב צבירה דורש אנרגיה - החלקיקים מתרחקים וזזים יותר מהר. החלקיקים צריכים אנרגיה, והם מקבלים אנרגיית חום - מהגוף שלנו. כתוצאה מכך, הגוף שלנו מתקרר. העור מתקרר, הדם שקרוב לעור מתקרר וחוזר פנימה ומקרר את האיברים הפנימיים.

אם אין רוח או מאוורר הזיעה נשארת על הגוף, ופחות מרגישים קירור.

מה זה הרחבת כלי דם היקפיים?

הרחבה של כלי דם קרובים לעור, במיוחד בפנים. התרחבות כלי דם היקפיים מובילה יותר דם לעור, כדי לקרר אתו, ושיחזור בטמפרטורה יותר נמוכה.

מה קורה בגוף שלנו כאשר חם מאד?

הזעה, הרחבת כלי דם היקפיים.

מהו תהליך הזעה?

תהליך לצינון הגוף. חלק מההומיאוסטאזיס.

הזיעה מכילה מים וחומרים שונים. הזיעה מופרשת

מבלוטות מיוחדות על העור.

מה קורה למים שנמצאים על העור?

המים מתאדים - שינוי מצב צבירה מנוזל לגז.

מולקולות הנוזל והגז זזות כל הזמן. כדי לזוז מולקולות

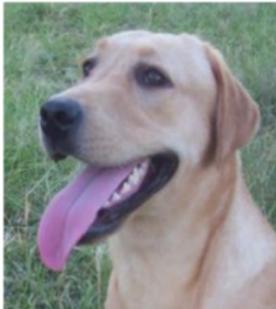
הגז צריכות אנרגיה - הן לוקחות אנרגיית חום מהגוף

שלנו.

כך הגוף מתקרר.

מה עוד קורה כאשר חם לנו?

הפנים שלנו נעשות אדומות לאחר ריצה. יש התרחבות כלי דם היקפיים. הלב פועל מהר יותר, כדי להזרים את הדם מהר יותר. השרירים פועלים חזק יותר. השרירים צריכים חמצן וגלוקוז, שהדם מביא להם. השרירים מייצרים אנרגיה, שחלק ממנה היא אנרגיית חום. הדם מוביל את עודפי החום אל העור והחוצה. כלי הדם שקרובים לעור מתרחבים ופולטים את החום החוצה. אנחנו רואים, שהעור נעשה אדום.



מה עושה הכלב?

תהליך של הלחתה. קירור של הלשון על ידי אידוי מים לסביבה. כלבים וחתולים לא מזיעים כי אין להם בלוטות זיעה.

מה קורה בגוף שלנו כאשר קר מאד?

רועדים.

מה קורה לפנים? האף, כפות הידים והרגלים - נעשות כחולות - פחות זרימת דם, הצרת כלי דם היקפיים. כדי שחום הגוף לא ייפלט החוצה.
עור ברוז.

מה קורה כאשר קר לנו?

אנחנו רועדים - כתוצאה מכך מופעלים השרירים, שמייצרים אנרגיית חום, שמחמם אותנו.
עור ברווז - בעלי חיים עם שערות או פרווה יוצרים מירוח גדול של שערות סביב הגוף.
שמיכה - השמיכה לא מחממת. הגוף שלנו פולט חום, והשמיכה שומרת על החום. השמיכה מבודדת את חום הגוף שלנו מהטמפרטורה הנמוכה של הסביבה.
שפתיים כחולות - גם אצבעות הידים והרגלים נעשות כחולות. יש התכווצות של כלי דם היקפיים. בגלל שלגוף קר אנחנו לא רוצים לפלוט חום לסביבה, כלי הדם שקרובים לעור נעשים צרים יותר, וכתוצאה מכך נפלט פחות חום לסביבה.

אדם חסר בית (הומלס), ששתה הרבה אלכוהול. מה עלול לקרות לו בלילה חורפי קר במיוחד?

בלי אלכוהול -

היפותרמיה - ירידת טמפרטורת הגוף.

מה הגוף ירגיש? רעידות, צבע עור כחול - הצרת כלי דם היקפיים - פחות דם זורם לעור.

עלול לגרום למוות.

מה גורם אלכוהול?

חומר משכר / משקר? - גורם לעירפול מחשבות.

פוגע ביכולת לקבל החלטות מתאימות.

פגיעה בחוש הראייה.

נזק לכבד.

תגובות אגרסיביות.

הקאות.

גורם לנימנום - רצון לישון.

תחושת חום בגוף - הרחבת כלי דם היקפיים. תחושה שחם לנו - החום

נפלט מהגוף החוצה. בטווח הרחוק הגוף מתקרר. הכי מסוכן.

עד כאן - 29.10.20