



# Пищеварение

## Что происходит после глотания





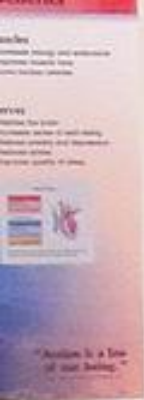




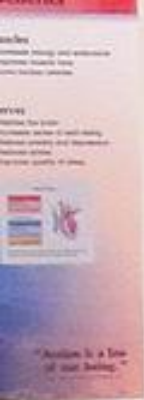
































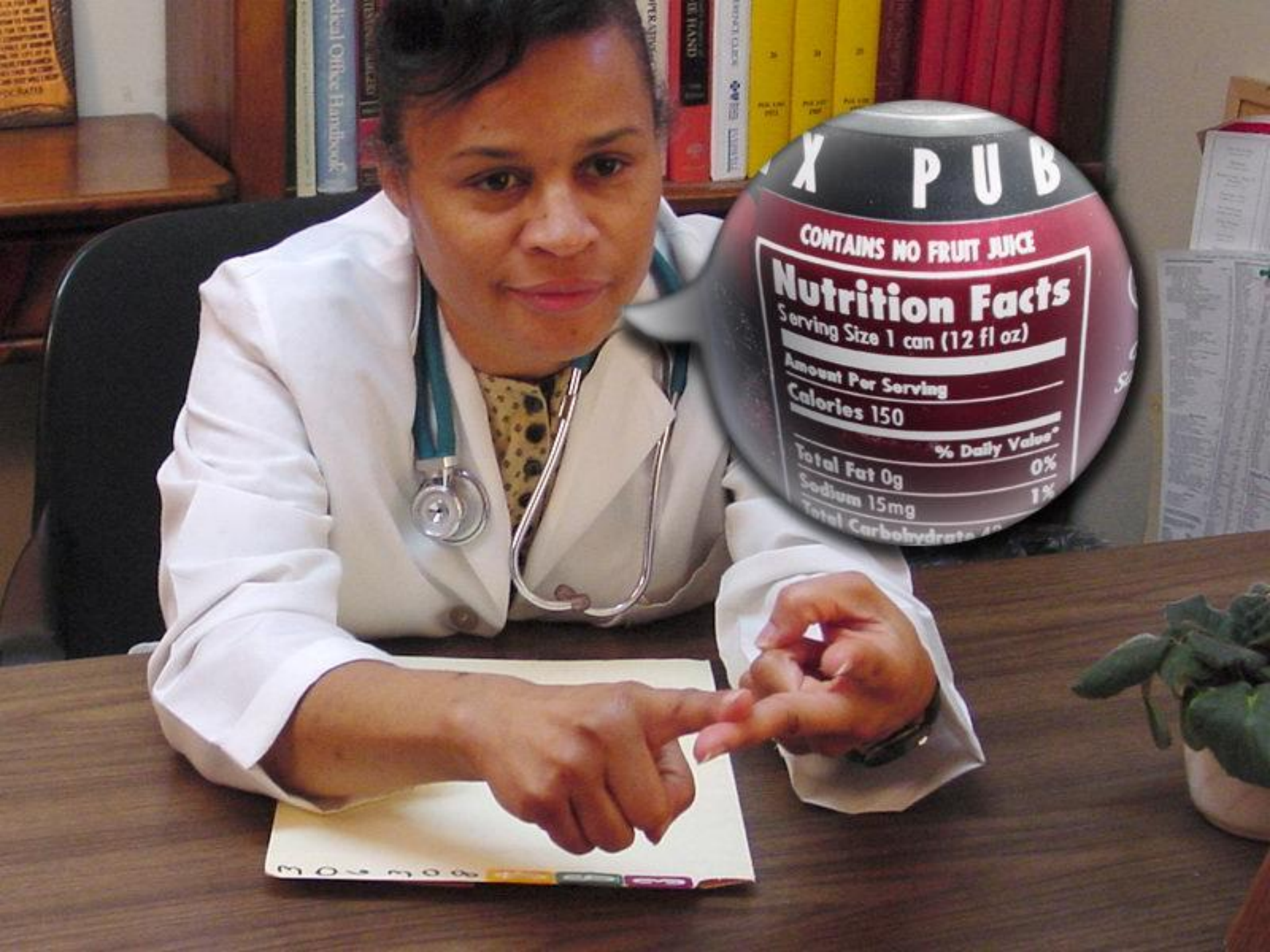












X P U B

CONTAINS NO FRUIT JUICE

**Nutrition Facts**

Serving Size 1 can (12 fl oz)

Amount Per Serving

Calories 150

Total Fat 0g 0%

Sodium 15mg 1%

Total Carbohydrate 40g































of our being."

"Let Nutrition  
be your Medicine."



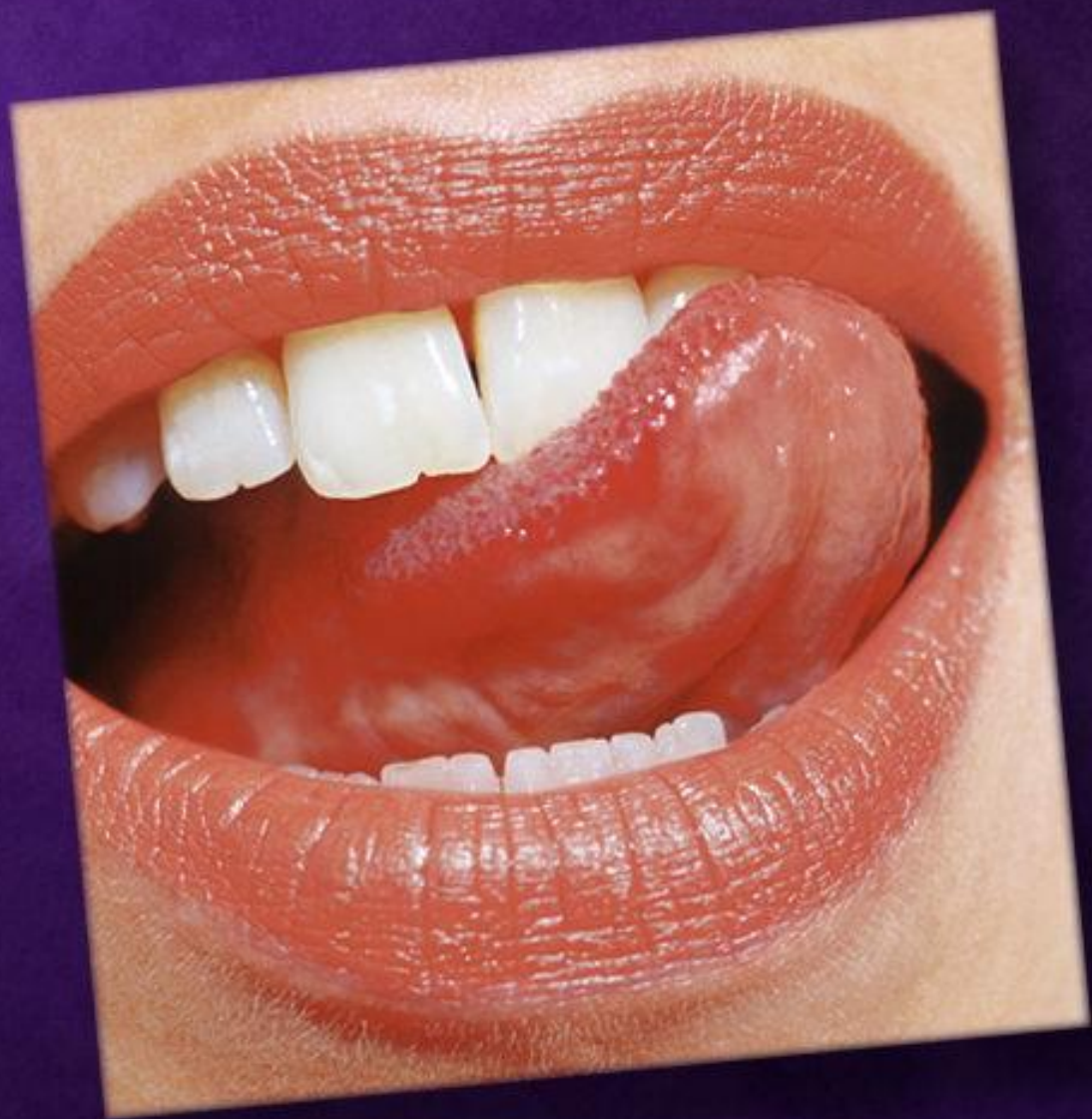































# Расщепление углеводов





# Расщепление белков

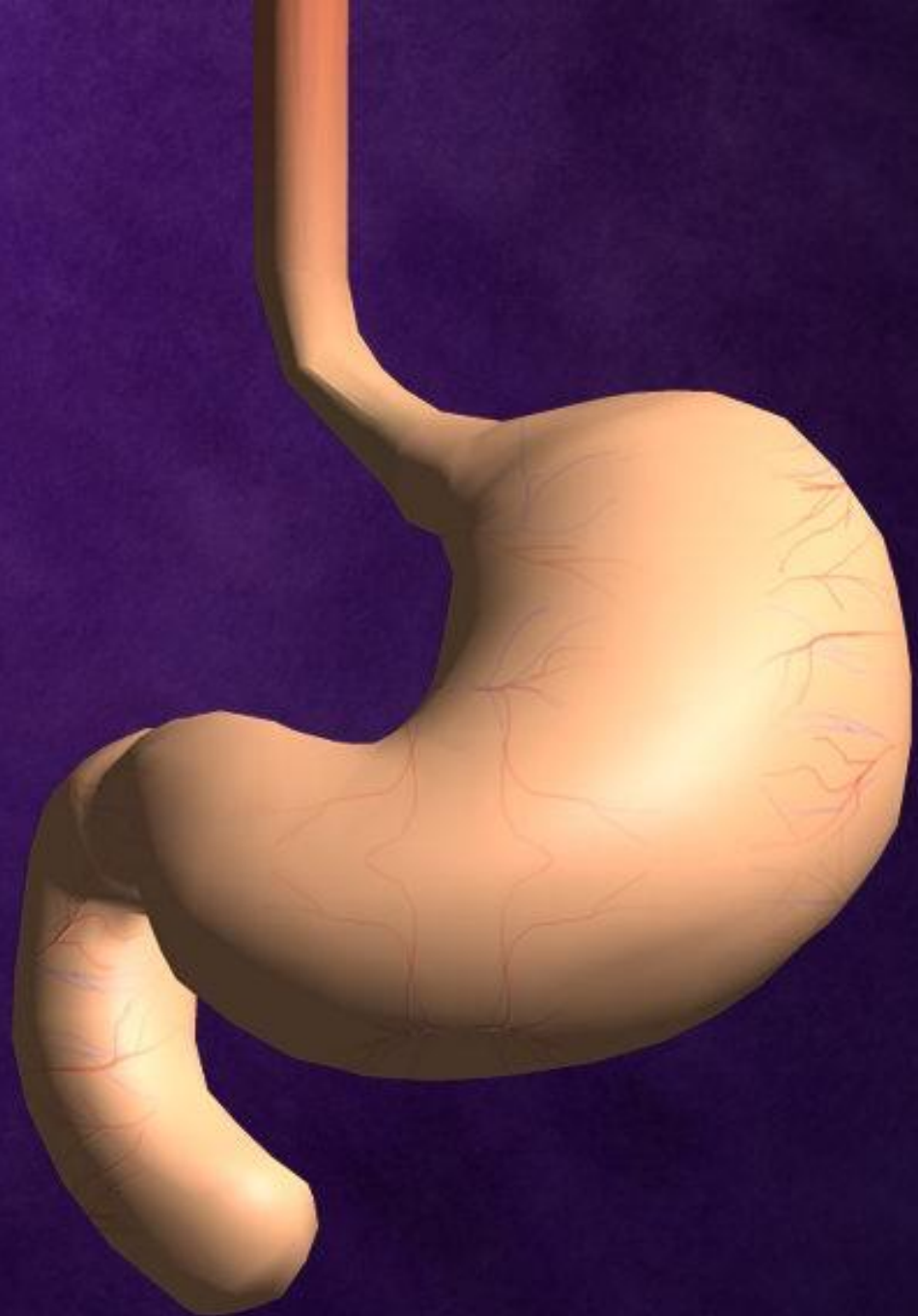


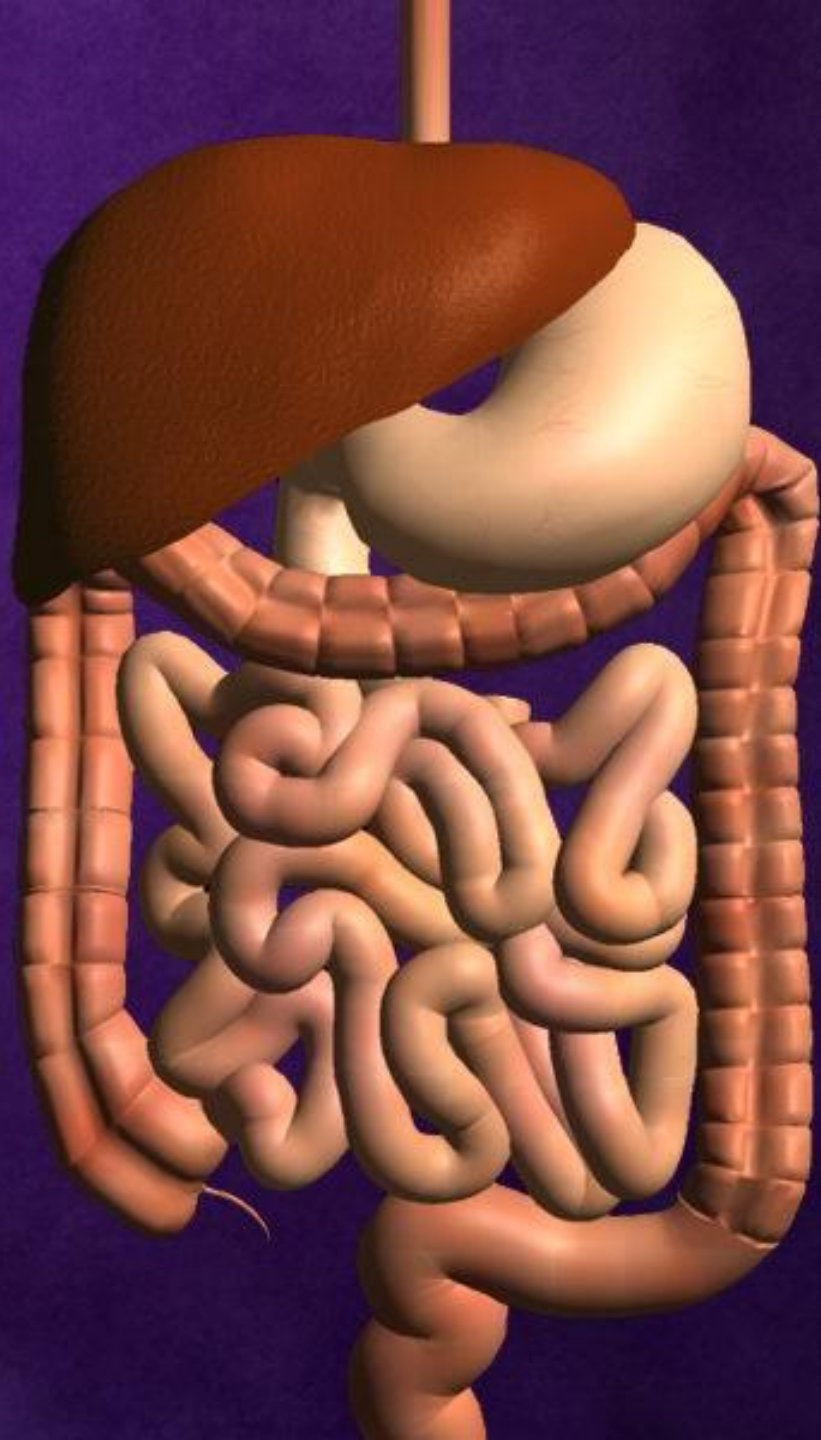
An anatomical illustration of the human digestive system, showing the large and small intestines. The large intestine is depicted as a thick, segmented tube forming a large loop in the upper abdomen. The small intestine is shown as a long, thin, and highly convoluted tube filling the central and lower abdominal cavity. The illustration is overlaid on a human torso wearing a light-colored short-sleeved shirt. The background is a solid purple color.

**Расщепление  
жиров**



- **Дробление  
пищи**
- **Всасывание  
жидкости**
- **Выделение  
кислоты**













4 часа









6-9 часов







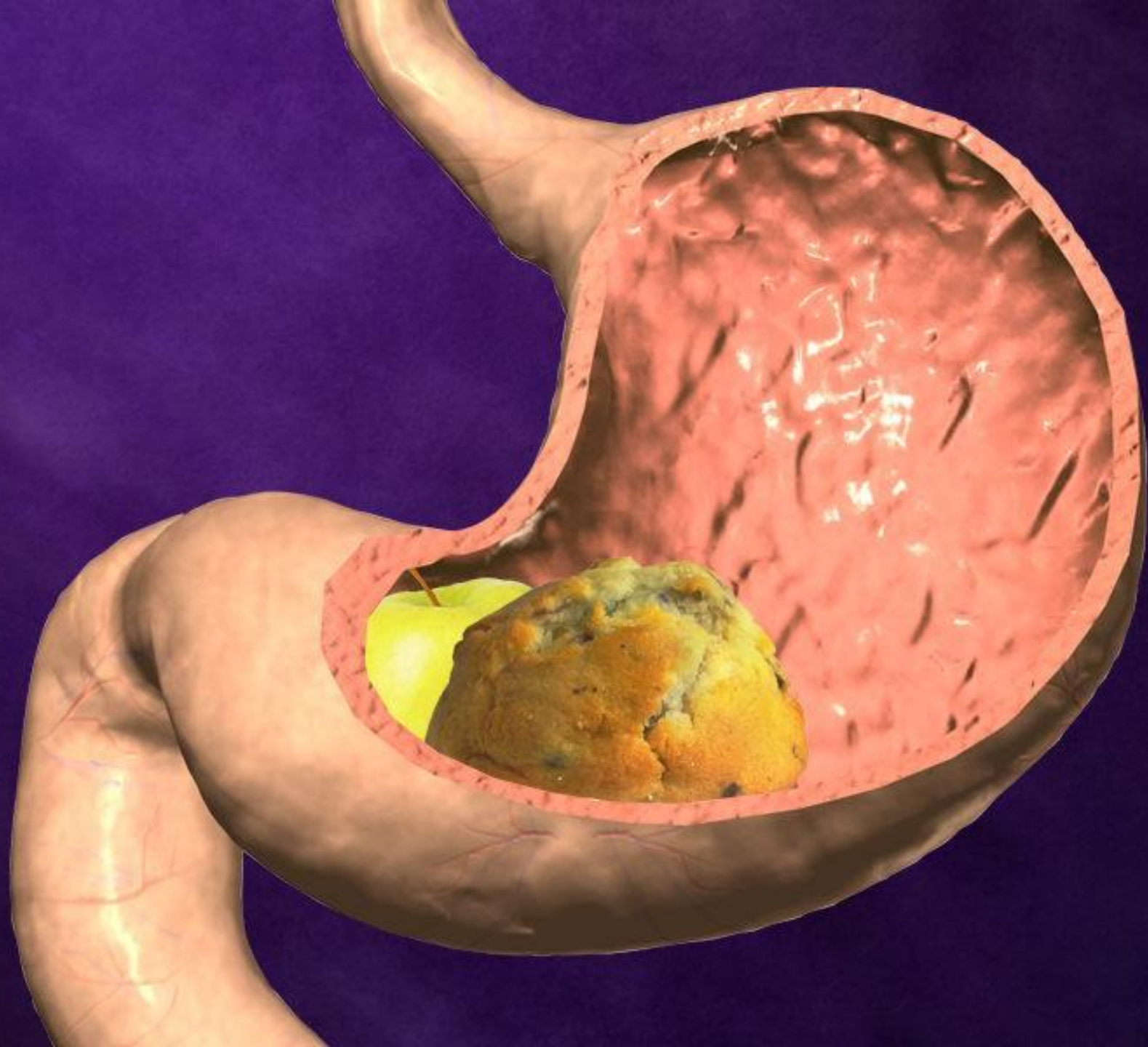


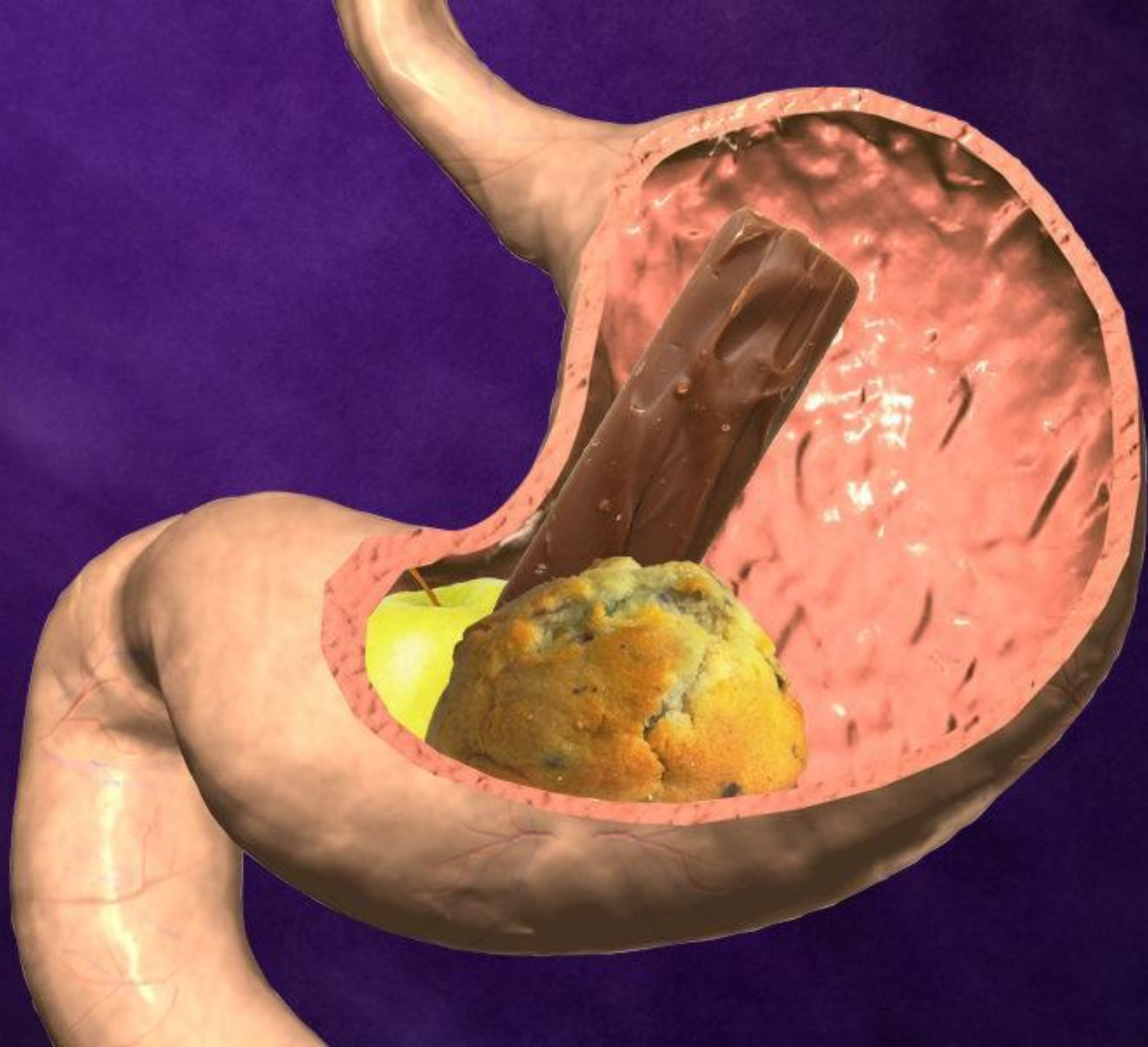
13

часов

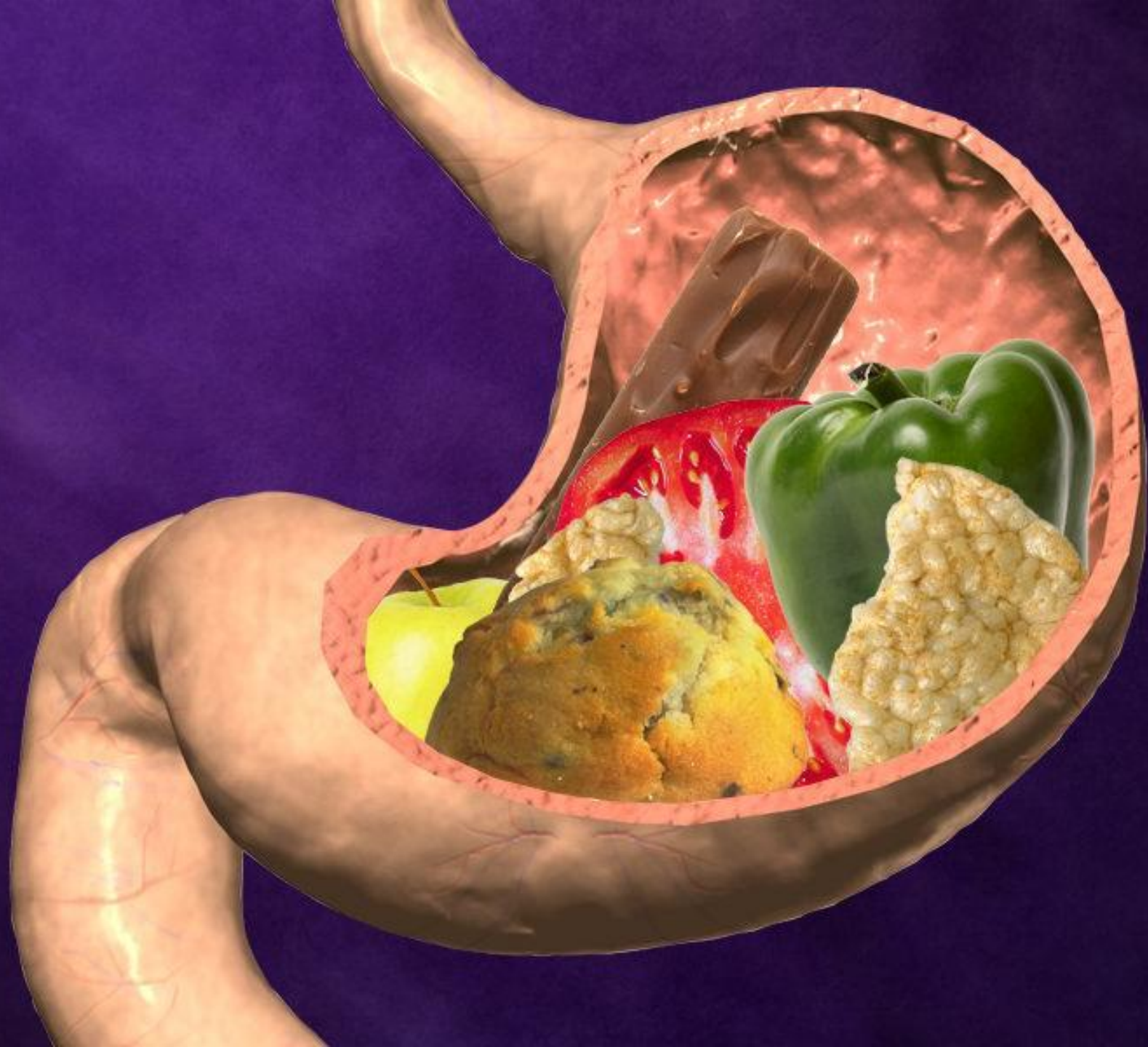


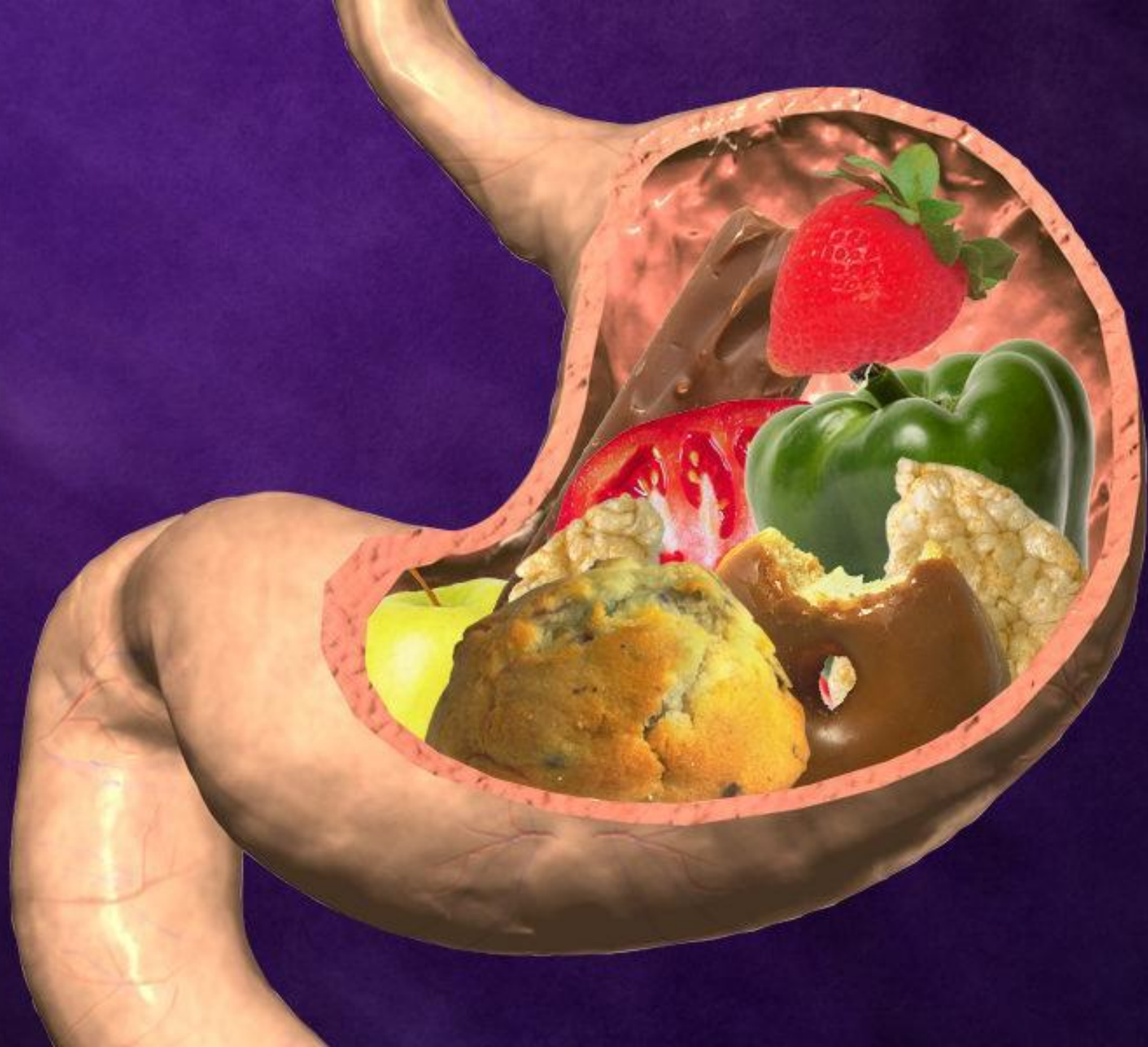




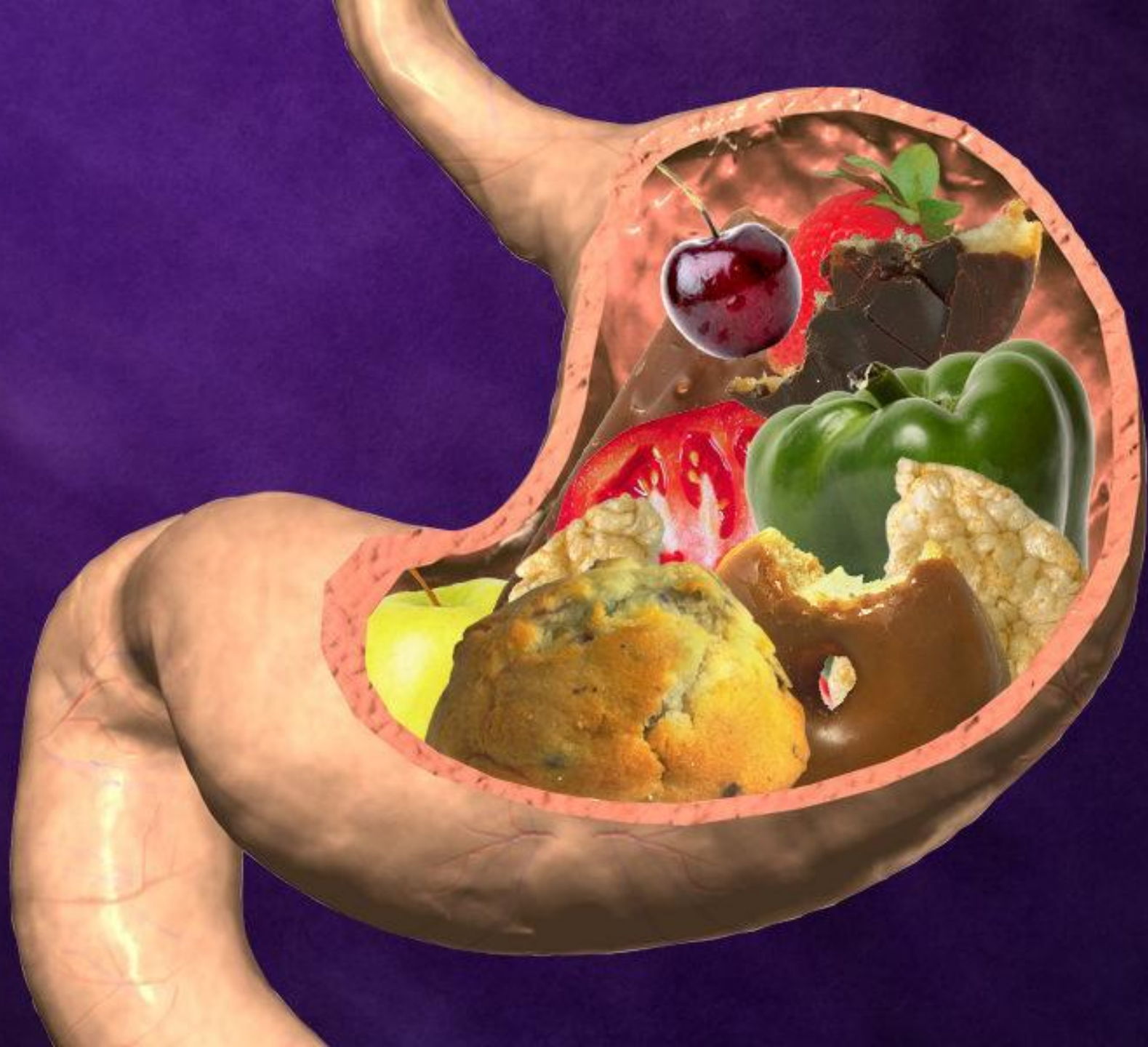


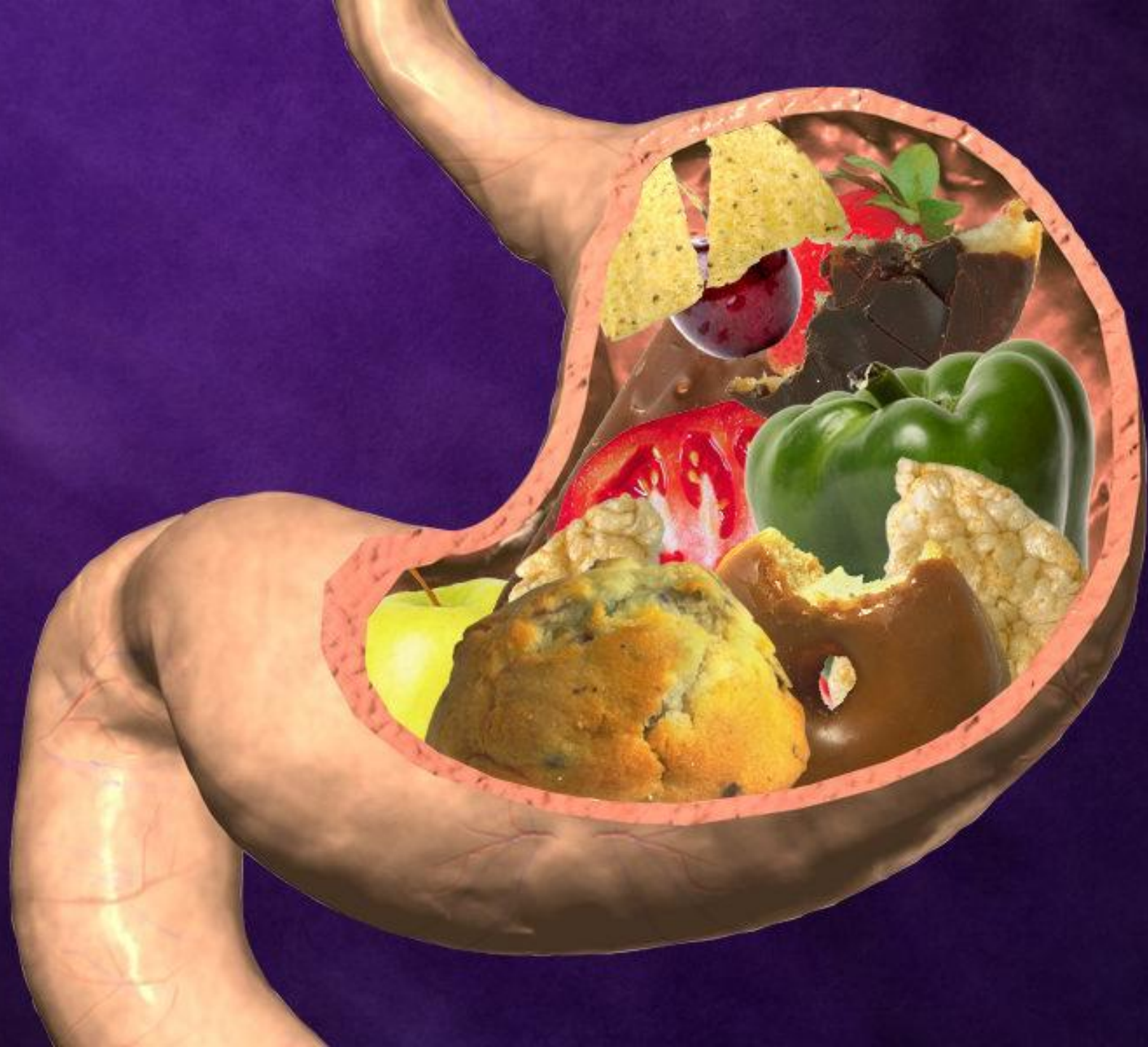














**Избыток жира  
замедляет  
пищеварение**



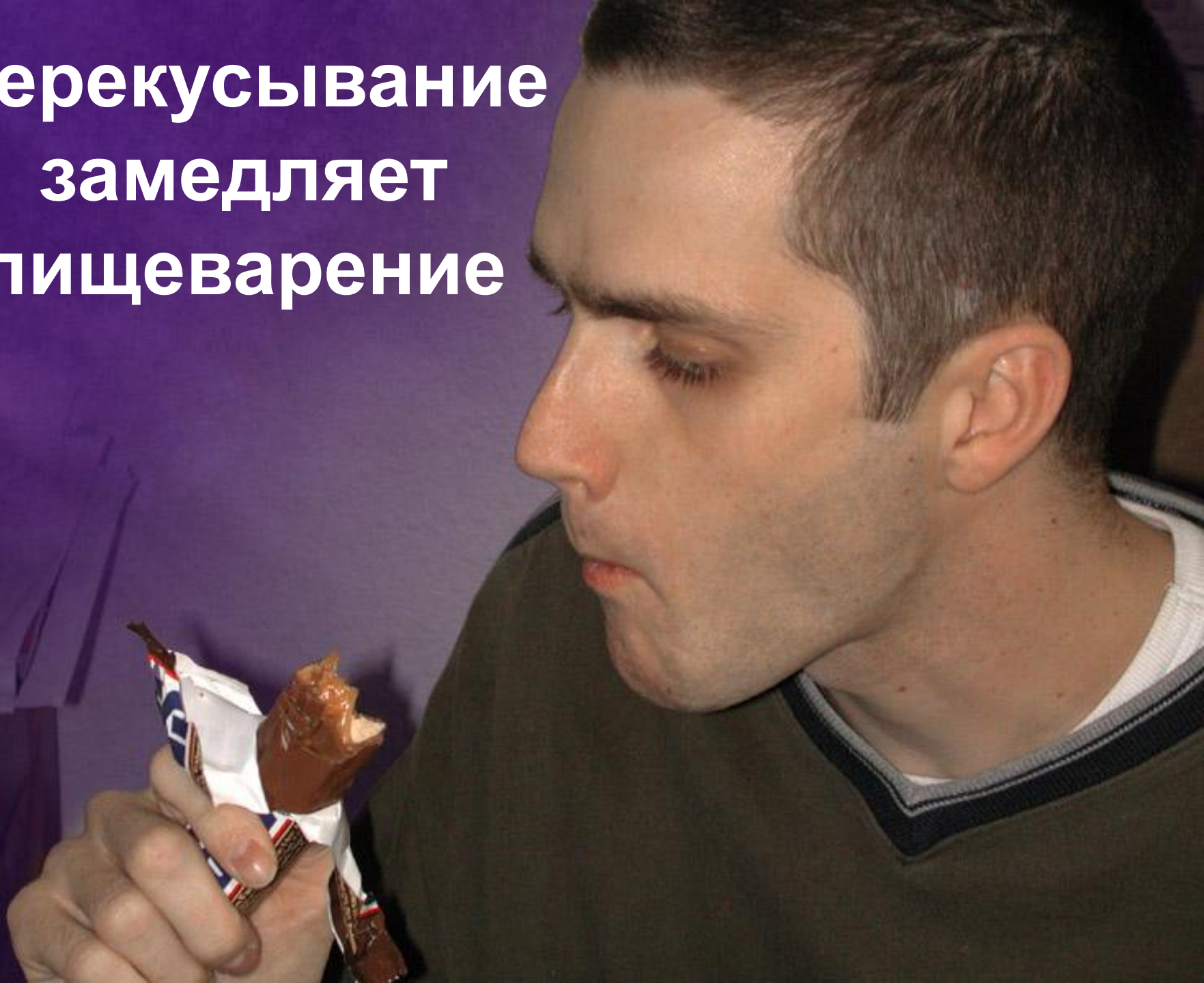
5-6

часов

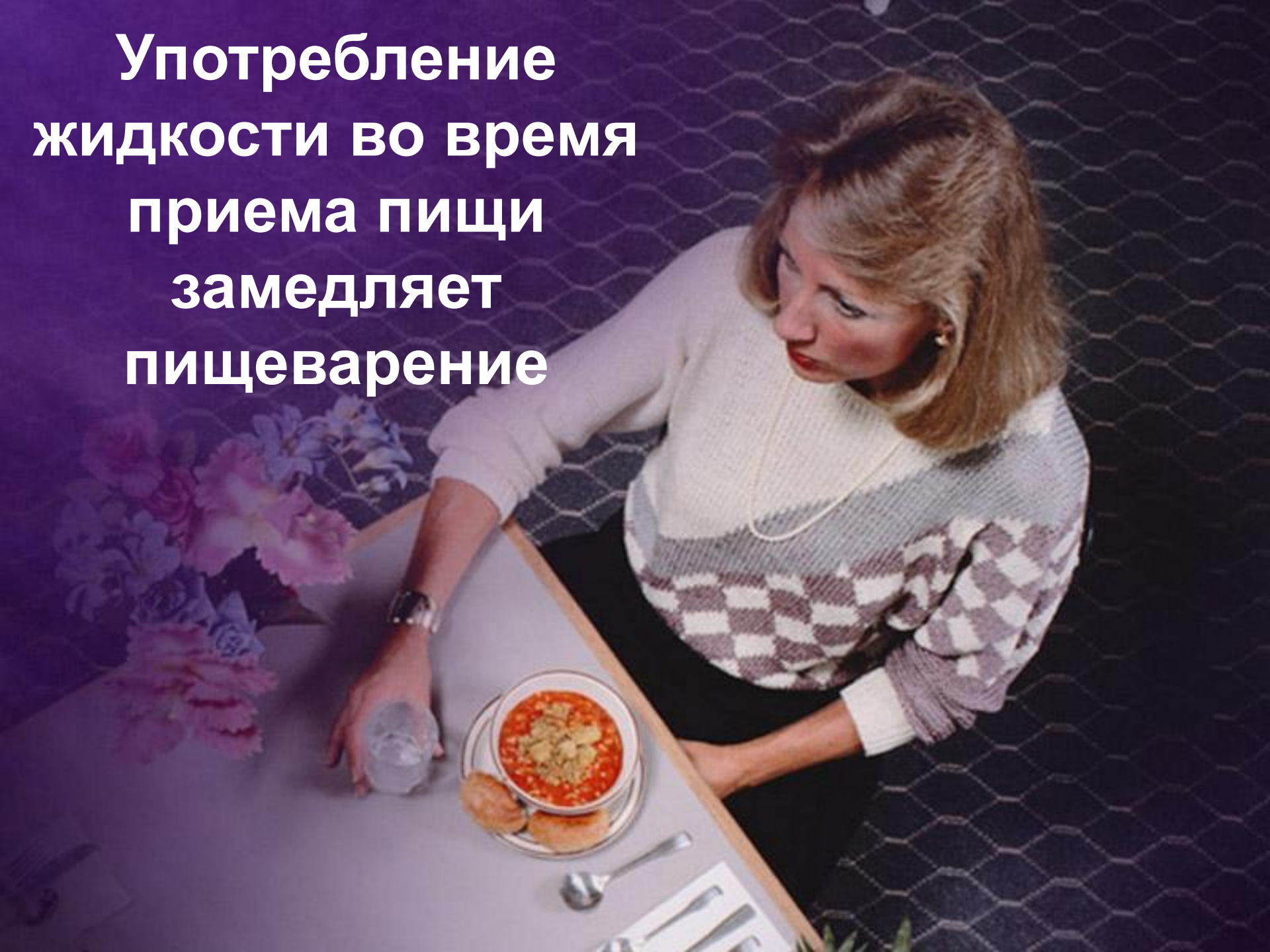




**Перекусывание  
замедляет  
пищеварение**



**Употребление  
жидкости во время  
приема пищи  
замедляет  
пищеварение**





**За 30 минут до приёма пицци**  
**Через 2 часа после приёма пицци**

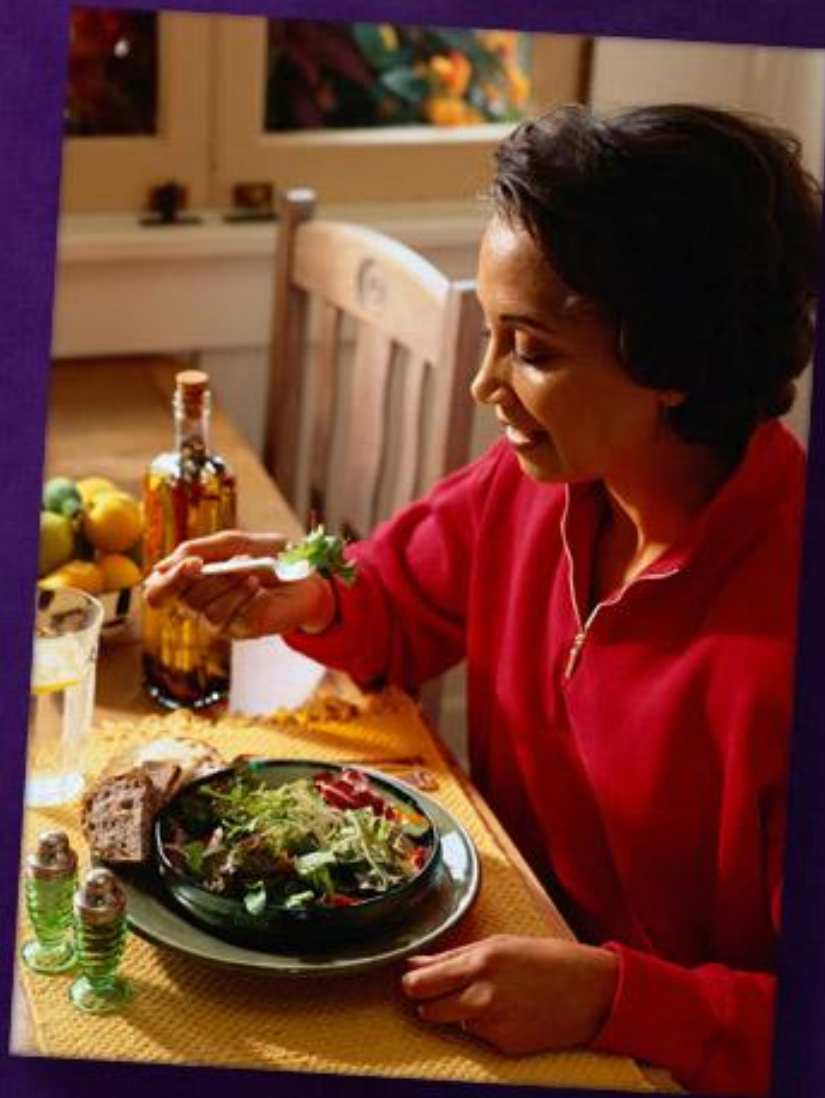









- несварение
- боли в сердце
- раздражительность
- бессонница
- утомление
- избыточный вес





A painting of a king in a blue and gold crown, looking down with a somber expression. The background is dark, and the lighting highlights the king's face and the details of his crown.

**«Благо тебе, земля, когда...  
князья твои едят вовремя,  
для подкрепления, а не  
для пресыщения!»**

**Еккл. 10:17**

**«Не знаете ли, что тела ваши суть храм живущего в вас Святаго Духа. Посему прославляйте Бога в телах ваших и в душах ваших, которые суть Божьи».**

**1 Коринфянам 6:19-20**

