Кожа и ее производные элементы

Введение

Что такое кожа? Какой она бывает? Из чего она состоит?

Вряд ли люди задают себе такие вопросы.

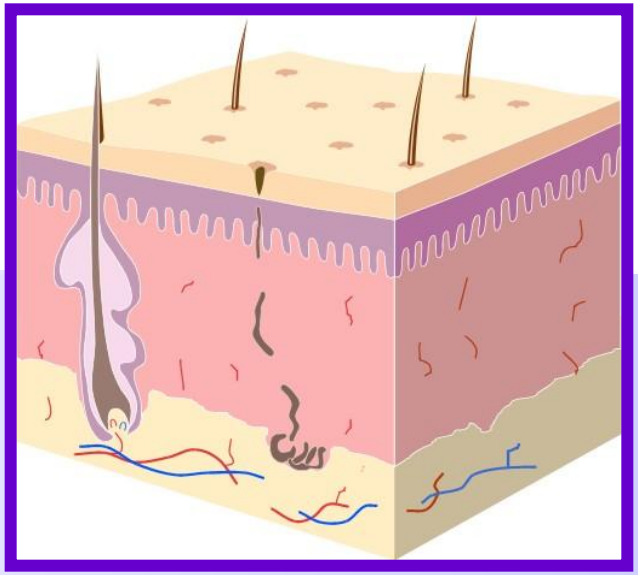
Мы не задумываемся над тем, какое значение кожа имеет для нас.

Кожа защищает нас от внешних воздействий, помогает во время жары и холода, ее производные элементы: волосы и ногти, могут, как и испортить нашу внешность, так и украсить ее.

В своей работе я расскажу, о том огромном значении, какое кожа имеет для человека.

1. Кожа человека

Кожа — наружный покров организма животного, защищающий тело от широкого спектра внешних воздействий, участвующий в дыхании, терморегуляции, обменных и многих других процессах.



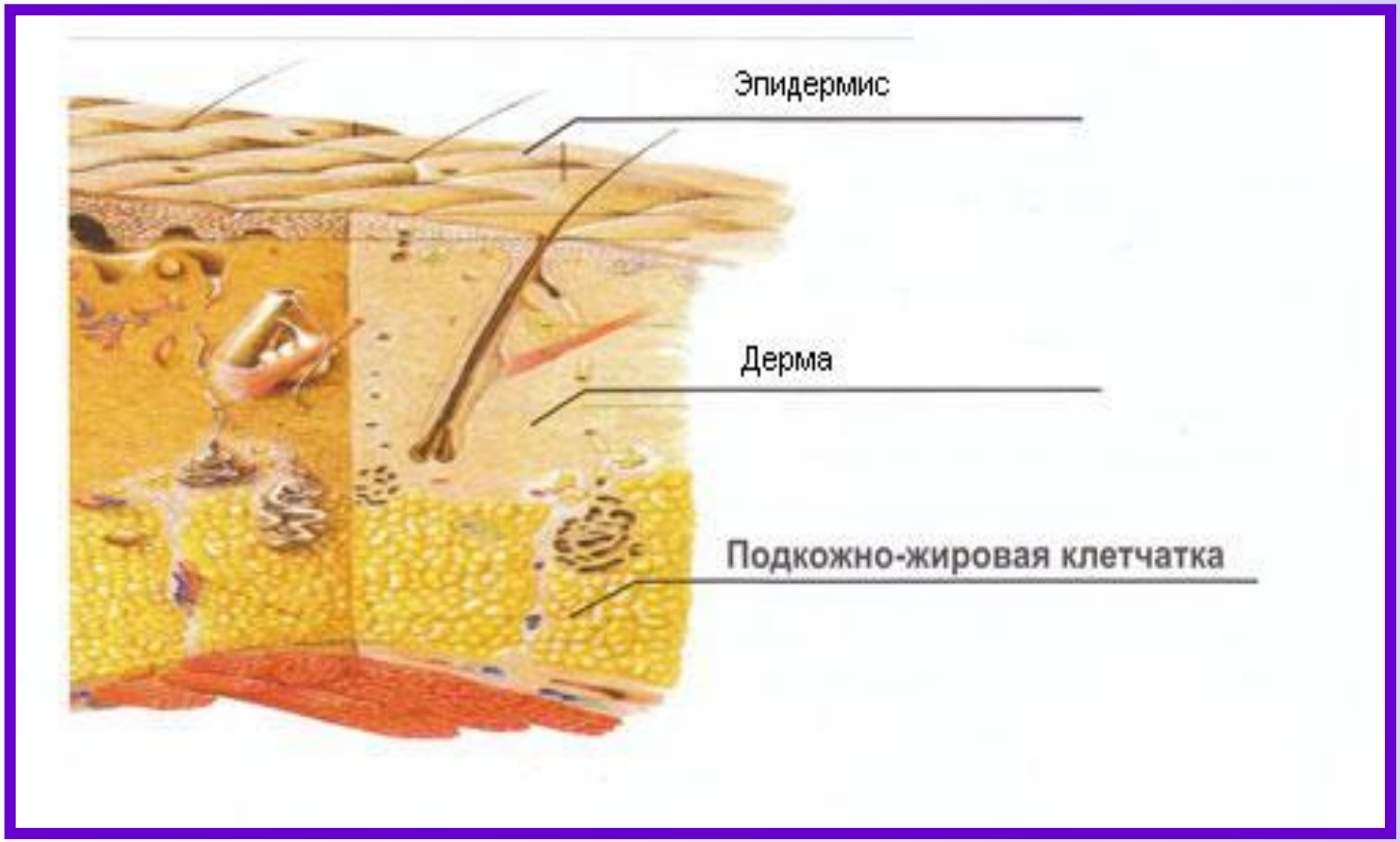
Площадь кожи у взрослого человека достигает 1,5 — 2,3 м², а масса кожного покрова — 15 % всей массы человека.

Функции кожи

- ***защитная*** защищает организм от действия механических и химических факторов, ультрафиолетового излучения, проникновения микробов, потери и попадания воды извне
- ***терморегуляторная*** за счет излучения тепла и испарения пота
- ***экскреторная*** выведение с потом продуктов обмена, солей и лекарств
- ***иммунная*** захват и транспорт антигенов с последующим развитием иммунной реакции.

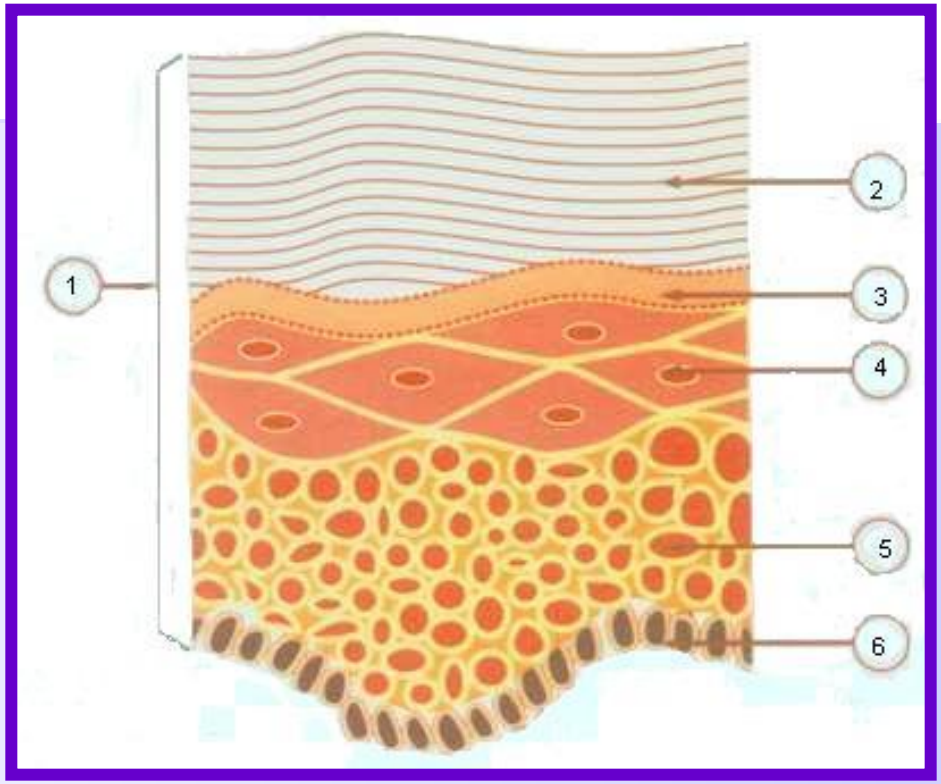
Строение кожи.

Кожа состоит из эпидермиса, дермы и гиподермы



Эпидермис включает в себя пять слоев эпидермальных клеток.

1. Эпидермис
2. Роговой слой
3. Блестящий слой
4. Зернистый слой
5. Шиповатый слой
6. Базальный слой.

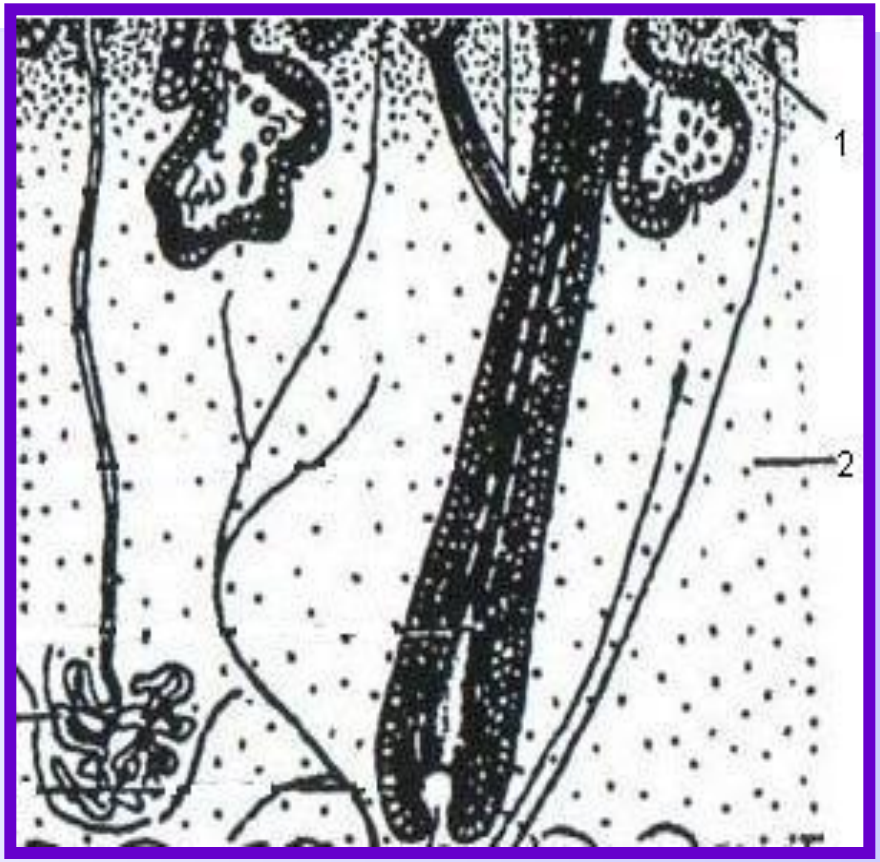


Эпидермис также содержит меланин, который окрашивает кожу и вызывает эффект загара.

Дерма, или собственно кожа, состоит из 2-х слоев:

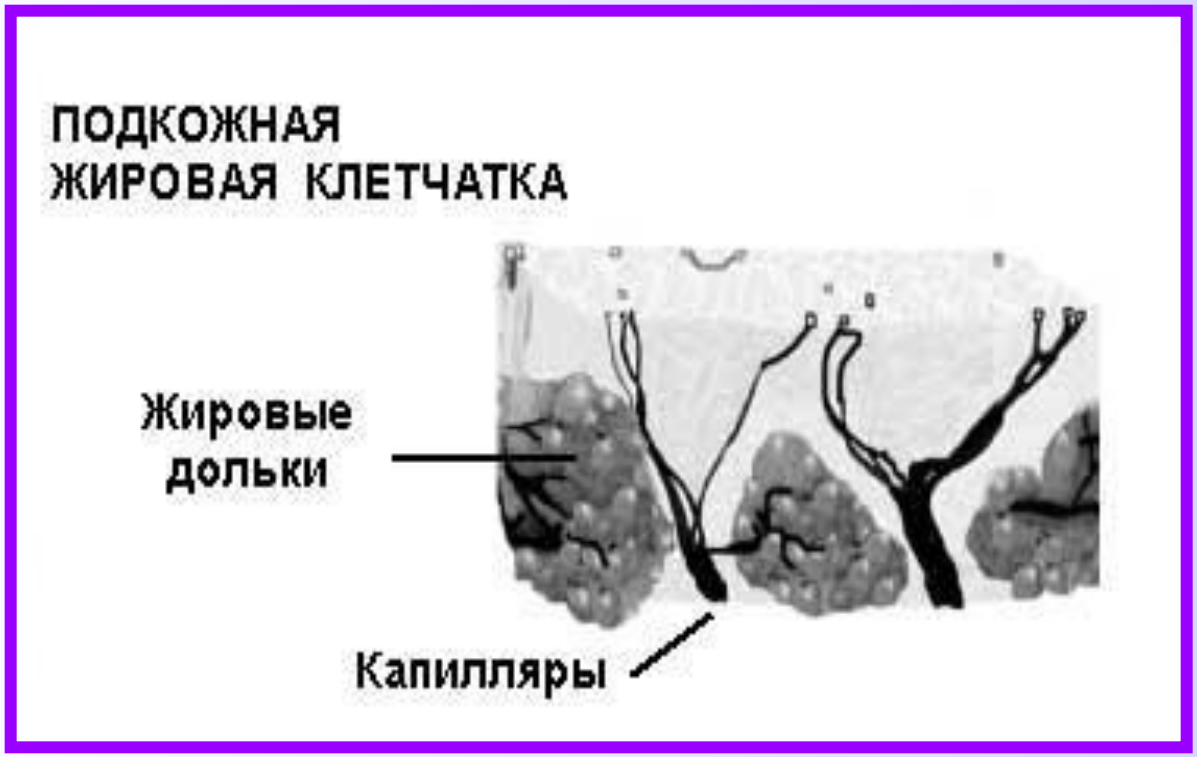
1. Сосочкового слоя, на котором располагаются многочисленные выросты, содержащие в себе петли капилляров и нервные окончания.

2. Сетчатого слоя, содержащего кровеносные и лимфатические сосуды, нервные окончания, фолликулы волос, железы, а также эластические, коллагеновые и гладкомышечные волокна, придающие коже прочность и эластичность.



Гиподерма состоит:

1. Пучков соединительной ткани.
2. Жировых скоплений, пронизанных кровеносными сосудами и нервными волокнами.

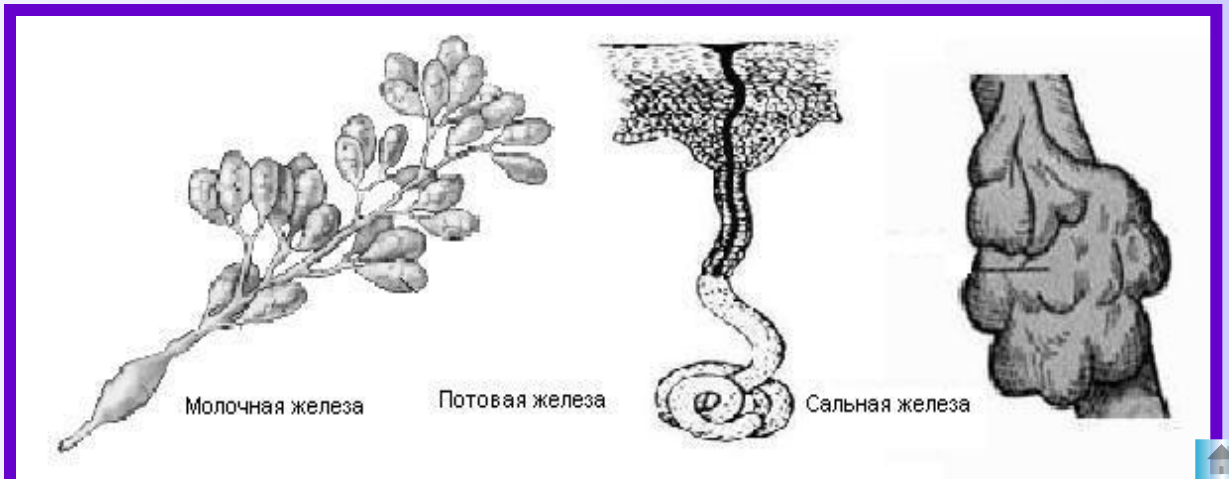


Это интересно

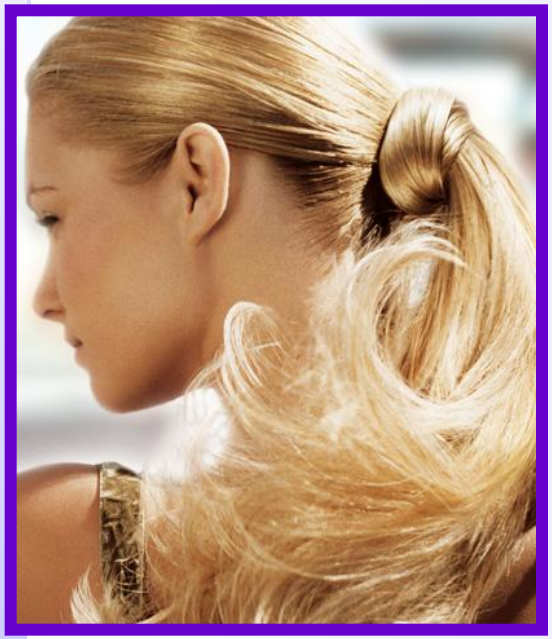
- на кусочке человеческой кожи размером с пятирублевую монету находится 3 000 000 клеток, 1 метр кровеносных сосудов и 35 метров нервных волокон, более 1000 нервных окончаний, 645 потовых желез, 75 сальных желез и 65 волосяных мешочков.
- кровеносные сосуды, находящиеся в коже, могут вмещать до одного литра крови.
- человек среднего возраста ежечасно теряет 600 тысяч частичек кожи, а за год "потеря" достигает 675 грамм.
- кожа может дышать: она поглощает около 1% всего вдыхаемого нами кислорода.

2.Производные элементы кожи

1. волосы
2. ногти
3. кожные железы, которые включают в себя:
   - сальные железы
   - потовые железы
   - молочные железы

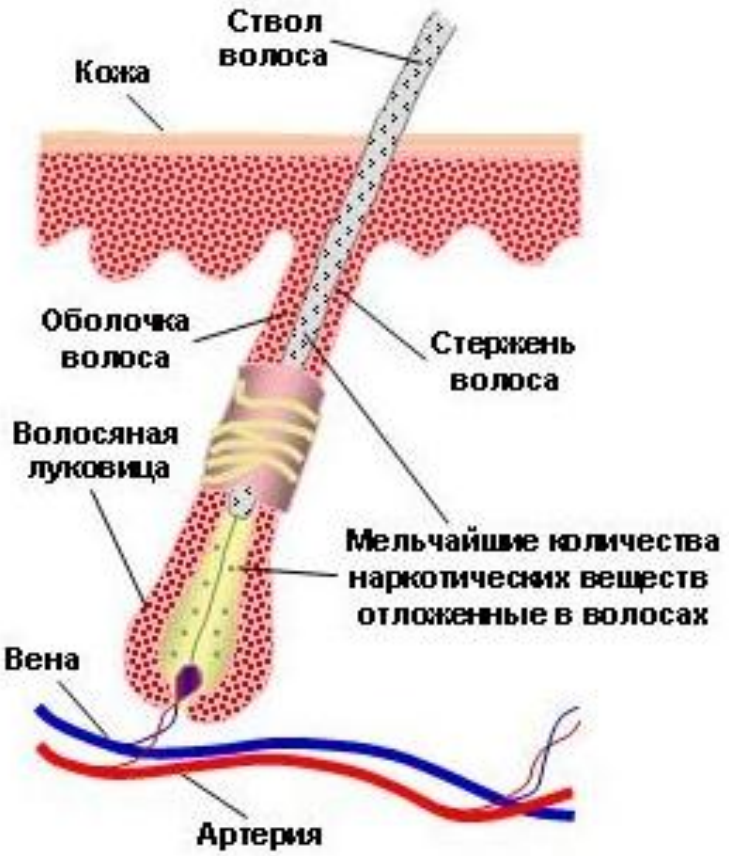


2.1.Волосы



Волосы — составная часть защитного покрова, главным образом, у млекопитающих. У животных густой волосяной покров называется мехом или шерстью. Так называемые «волосы» также найдены на растениях.

Строение волоса



Видимая часть волоса называется стержнем. Часть волоса, находящаяся под кожей, называется волосяным корнем (или волосяной луковицей). Луковица окружена волосяным мешочком — фолликулом.

Тип волос

На теле человека два типа волос:

- пушковые — тонкие, часто бесцветные, покрывают всё тело
- стержневые — растут на голове, у мужчин на лице

Цвет волос

Цвет волос зависит от соотношения двух видов пигмента (меланина): эумеланина и феомеланина.

Черные волосы содержат больше эумеланина

У шатенов немного больше эумеланина чем феомеланина

Натуральные блондины имеют в избытке феомеланин

Рыже-коричневый оттенок, если феомеланина и эумеланина примерно одинаково

Гигиена волос

Волосы мыть в горячей воде по мере необходимости. Перед мытьем волосы массировать кончиками пальцев. Полезно расчесывать волосы жесткой щеткой, что способствует приливу крови к волосам и очищает их.

Народные средства по уходу за волосами

- Отвар из ромашки придаст волосам золотистый оттенок.
- Каштановый оттенок способна придать волосам настойка из грецких орехов.
- Избавиться от седины можно, применяя отвар луковой шелухи.
- Для осветления волос используют сок лимона.

Это интересно

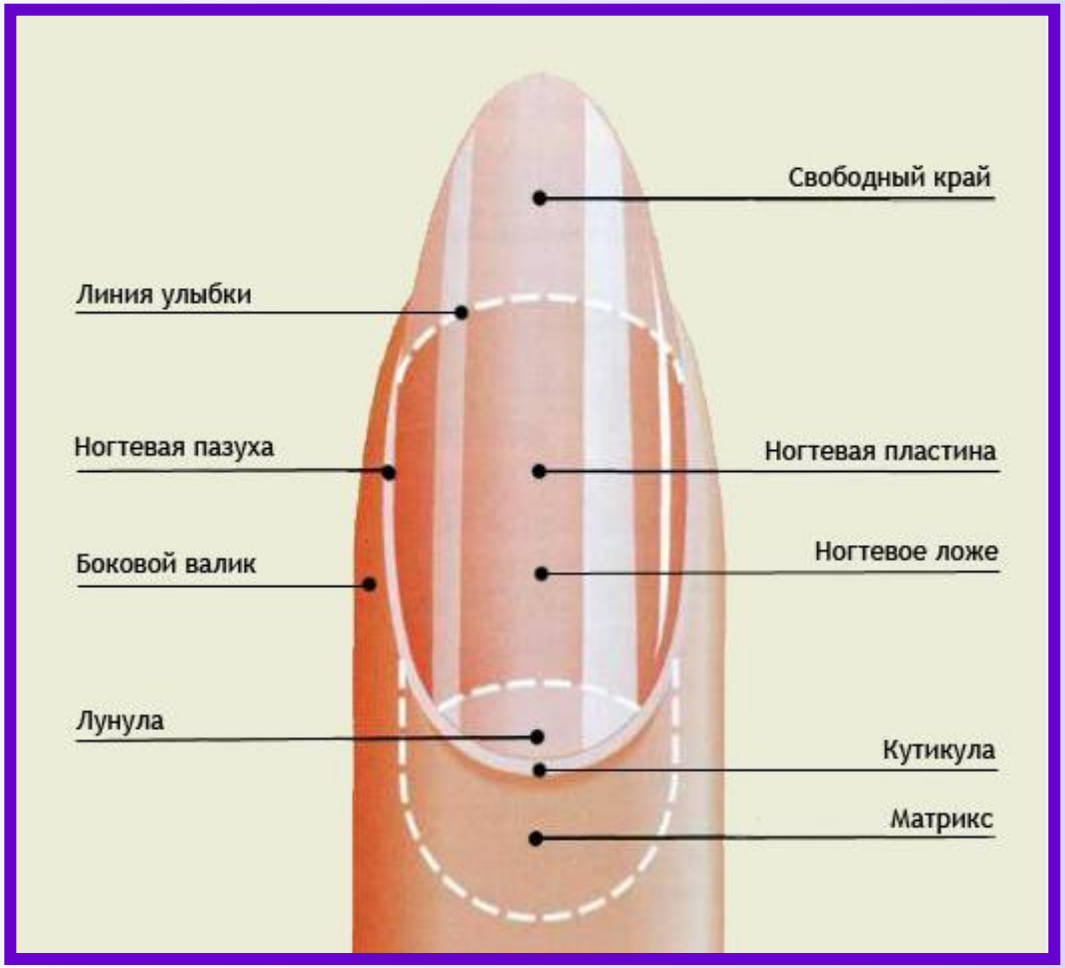
Жительница Волгограда попала в Книгу рекордов Гиннеса, увековечив свое имя в этом почетном фолианте благодаря своим волосам, длина которых достигает 2-х метров 65 сантиметров. Процесс расчесывания шевелюры занимает около трех часов.

Тран Ван Хай, который не был у парикмахера 31 год, собирается попасть в Книгу рекордов Гиннеса в качестве обладателя самых длинных волос мира. По его словам, за последние 7 лет его волосы выросли на 1,2 метра, а последний раз он мыл их 6 лет назад.

2.2.Ногти

Ногти — это роговые пластинки на тыльной поверхности концов пальцев верхних и нижних конечностей приматов. Ногти являются производными эпидермиса.

Строение ногтя



Гигиена ногтя

Ногти должны быть подготовлены ежедневным уходом и постоянно проводимым гигиеническим маникюром, который включает в себя, главным образом, правильную стрижку ногтя и основательную чистку передних участков ногтевого желобка.

Народные средства по уходу за ногтями

Разные варианты ванночек для ногтей:

- Можно разрезать лимон на половинки
- С растительным маслом
- Настой шалфея

Это интересно

У жителя Индии, общая длина ногтей составляет 6 метров 15 сантиметров, благодаря чему он и попал в книгу Рекордов Гиннеса.

У Ли Редмонд, жительницы города Солт-Лейк-Сити в США, длинные ногти на обеих руках! Ее рекорд официально зарегистрирован в книге Рекордов Гиннеса, как самые длинные ногти на руках.

А длина ногтей - ни много, ни мало - составляет 33 дюйма или 84 сантиметра.

3. Заболевания кожи и производных

Гипертрихоз -

заболевание, проявляющееся в избыточном росте волос, не свойственному данному участку кожи, не соответствующему полу и возрасту.

Угревая сыпь (акне, прыщи, угри) - воспаление сальных желёз.

Крапивница –
синдром преимущественно аллергической этиологии, характеризующийся внезапным появлением сыпи на коже, в виде волдырей, сопровождающихся зудом.

Бородавки (кондиломы, папиллома – вирусная инфекция) – преимущественно доброкачественное новообразование кожи, зачастую вирусной этиологии, имеющее вид узелка или сосочка.

Заболевания волос

Педикулез

Перхоть

Облысение

Себорея

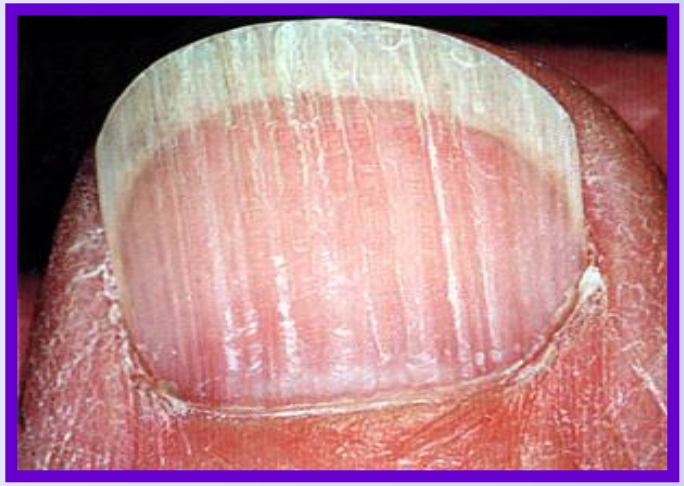
Ногти — показатели болезни

Бледные желтоватые ногти являются результатом:

- курения
- плохого кровообращения

Бороздки на поверхности ногтевой пластинки появляются при:

- анемии
- несбалансированном питании



Если вмятины и углубления придают ногтю вид наперстка - это сигнал, предупреждающий о псориазе

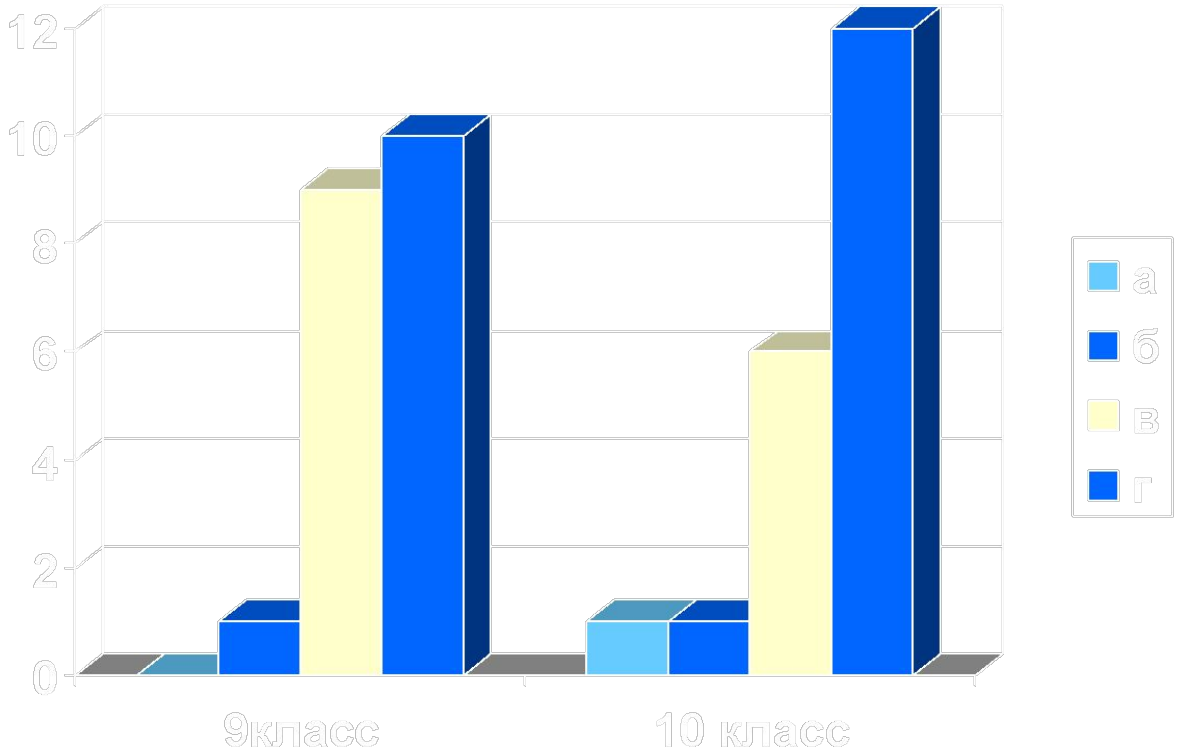
Изменение цвета свидетельствует о развитии патологии внутренних органов

4. Тестирование среди учащихся 9-10 классов.

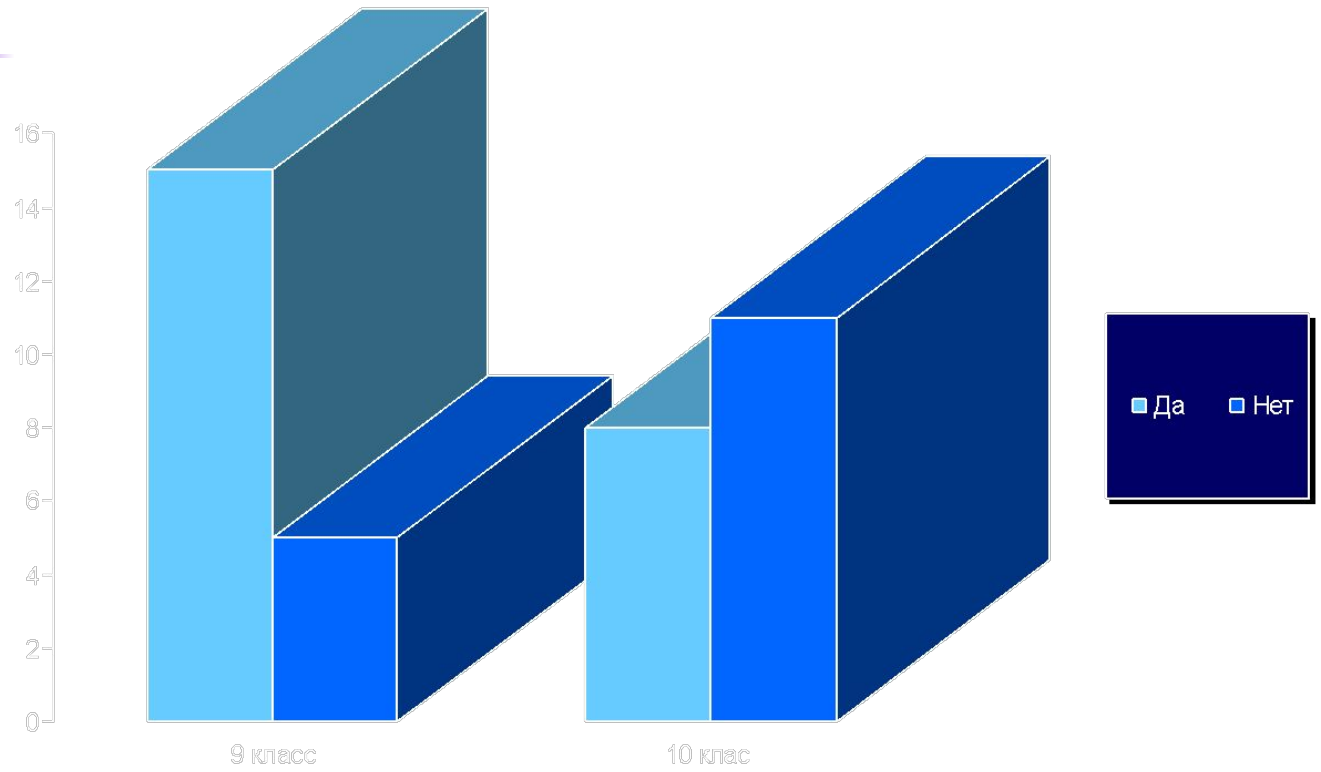
Им были заданы следующие вопросы:

1. Какого типа у вас кожа?
   а) сухая (шелушится)
   б) жирная (блестящая)
   в) комбинированная (местами блестящая)
   г) нормальная
2. Пользуетесь ли вы какими-нибудь кремами?
3. Красите ли вы волосы?

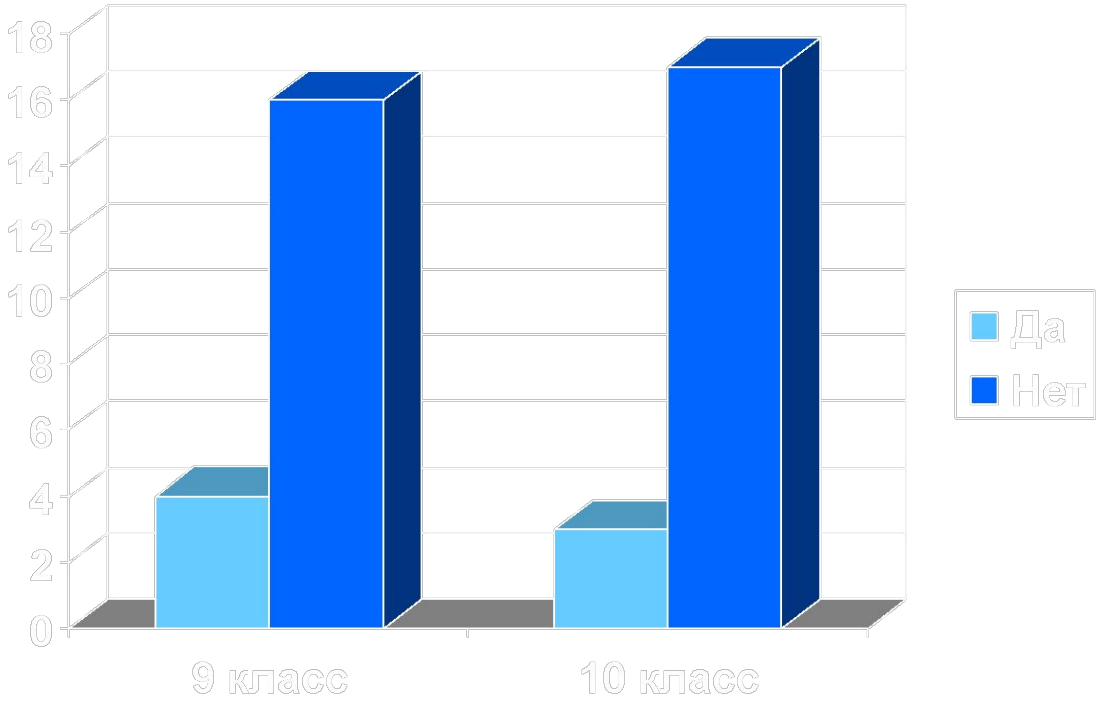
1. Какого типа у вас кожа?
   а) сухая (шелушится)
   б) жирная (блестящая)
   в) комбинированная (местами блестящая)
   г) нормальная



2. Пользуетесь ли вы какими-нибудь кремами для рук?



3. Красите ли вы волосы?



С какого возраста можно красить волосы?

Даже взрослым рекомендуется красить волосы в щадящем режиме. Ребенку же (даже если ему уже 14-15 лет) делать это не стоит.

5.Заключение

Проделав данную работу, я ответила на все вопросы, которые меня интересовали о значении кожи и ее производных для человека.

Теперь я могу дать советы по уходу за кожей, ногтями и волосами своим близким, знакомым и ученикам.

Я думаю, что для любой девушки данные советы будут очень полезны и интересны.

Думаю, что и Вы, с удовольствием воспользуетесь моими рекомендациями, ведь каждый человек заботится о своем внешнем виде и хочет выглядеть ухоженно, красиво и элегантно.

Успехов Вам в этом деле!!!

6. **Литература**

http://ru.wikipedia.org/wiki/Кожа

http://ru.wikipedia.org/wiki/Волосы

http://ru.wikipedia.org/wiki/Ногти

http://top.rbc.ru/wildworld/20/06/2005/69077.shtml

http://nails.com.ua/item/id/11-obladateli-samyh-dlinnyh-nogtei