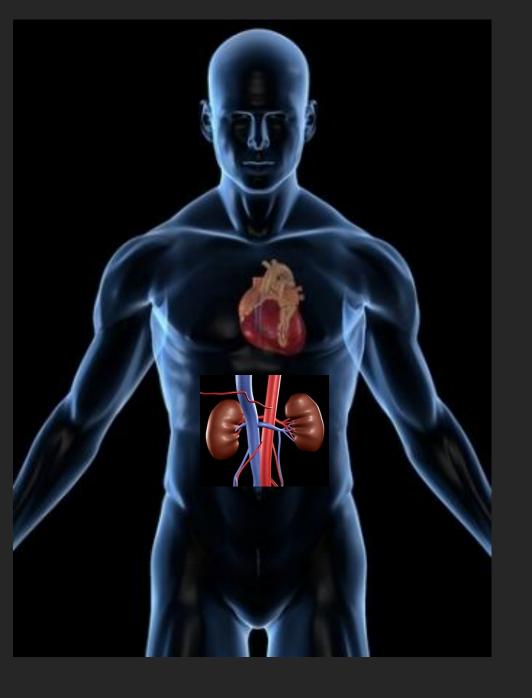


Внеклассная работа учителя биологии МОУ Сынковской СОШ



Жизнедеятельность человеческого организма обеспечивается сосудистой системой

(артерии, вены, капилляры, лимфососуды).

Принято называть ее сердечнососудистой, но сердце - занято лишь механической работой,

а руководят всеми сосудами - почки

за 8-12 минут через почки проходит вся кровь, очищаясь от шлаков и токсинов.

Почки влияют на все процессы в организме, ...

От почек зависит:

- □ как работает наше сердце;
- □ общая энергетика в энергетических каналах нашего тела;
- □ соотношение кальция в нашем организме;
- □ температурный режим в разных частях и органах нашего тела;
- □ наличие опухолей в организме;
- наличие жидкости в плевре легкого;
- красота и гармония нашего тела;
- умственные способности;
- 🛘 кровообращение;
- 🛘 работа желудка



...все процессы влияют на почки.

Причиной развития почечной недостаточности являются:



✓ наличие воспалительного процесса в организме. несбалансированное питание. слабая регенеративная способность попадание в организм ядов лекарств, отравленной пищи, принятие сильнодействующих мочегонных средств нарушение биоэнергетики - это самый главный фактор почечной недостаточности.

Почки и алкоголь

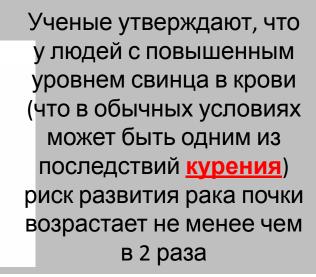
несовместимы

Вследствие употребления чрезмерных доз, алкоголь вызывает токсическое отравление всего организма. В первую очередь от токсического отравления страдают почки. Здоровые почки и алкоголь являются несовместимыми понятиями. Токсины, вырабатываемые при расщеплении алкоголя ферментами печени, оседают в почках. В результате этого у человека наблюдается отечность конечностей, лица, а также внутренних органов

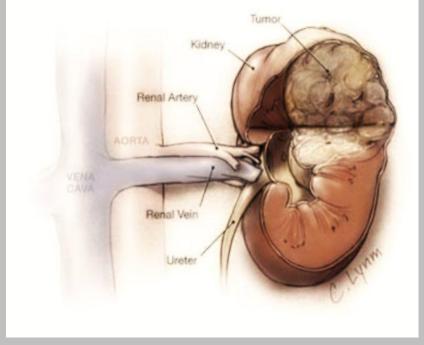


Каждая затяжка

- удар по почкам

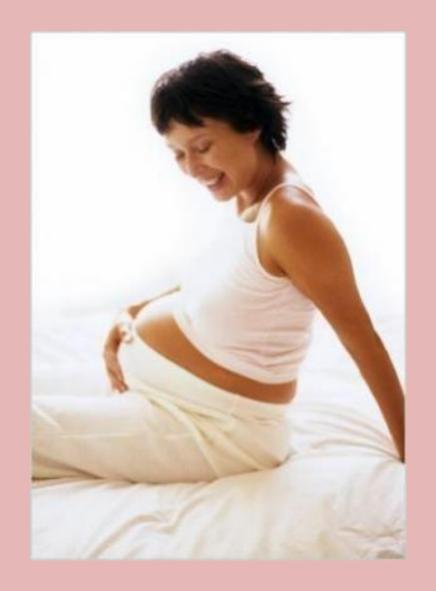






Стресс, запущенный ринит, переохлаждение, любое инфекционное заболевание ведут к заболеваниям почек – пиелонефриту.

Больше всех к гестационному пиелонефриту расположенны беременные, которые когда-то уже переболели пиелонефритом либо циститом





Профилактика пиелонефрита:

- подвижный образ жизни при беременностичастые пешие прогулки, ходьба не менее 30 минут в день;
- соблюдение специальной диеты;
- регулярное опорожнение мочевого пузыря;
- потребление жидкости не менее 2 литров в день (при условии отсутствия отеков!).

Осложнения пиелонефрита при беременности:

- внутриутробное инфицирование плода;
- выкидыши;
- внутриутробная гибель плода;
- преждевременные роды;
- повышению артериального давлению, отекам;
- почечная недостатость у беременной, развитие тяжелых гнойно-септических осложнений, которые могут привести к гибели как матери, так и плода.



Как сохранить и сберечь почки



 не переедать соленой, копченой, острой пищи;

2. ограничить жирные продукты, но не отказываться от них совсем. Жидкость вымывает жир из почек, и, если есть все время только обезжиренную пищу, его будет не хватать, и почки станут рыхлыми;

3. есть продукты, богатые витамином A - он способствует выведению токсинов;

- 4. больше двигаться;
- 5. не переохлаждаться.





Будьте здоровы и

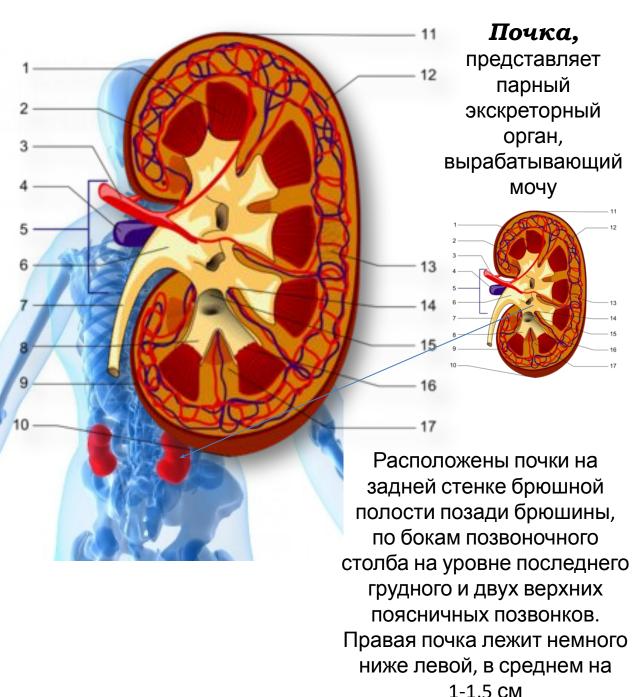
счастливы



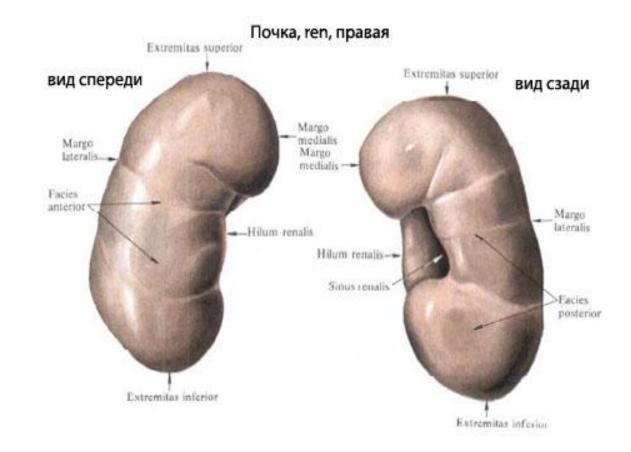
Что осталась за кадром ...

Строение почки:

- 1. Мозговое вещество и почечные пирамиды
- 2. Выносящая клубочковая артериола
- 3. Почечная артерия
- 4. Почечная вена
- 5. Почечные ворота
- 6. Почечная лоханка
- 7. Мочеточник
- 8. Малая почечная чашка
- 9. Фиброзная капсула почки
- 10. Нижний полюс почки
- 11. Верхний полюс почки
- 12. Приносящая клубочковая артериола
- 13. Нефрон
- 14. Почечная пазуха
- 15. Большая почечная чашка
- 16. Вершина почечной пирамиды
- 17. Почечный столб



Почка имеет бобовидную форму. Вещество ее с поверхности гладкое, темнокрасного цвета. В почке различают верхний и нижний концы, extremitas superior и inferior, края латеральный и медиальный, margo lateralis и medialis. и поверхности, facies anterior и posterior.



Области соприкосновения почек со смежными органами, вид спереди

