

Адреналин - гормон активных действий.



- Я хочу знать.
- Я об этом уже знаю.
- Надо сделать.
- План моих действий.
- Результаты.
- Анализирую результаты.
- В связи с этим у меня возникли вопросы:
«В надпочечниках вырабатывается один гормон?»
- Что это за гормон активных действий? Полезен ли он? Какими железами вырабатывается?
- Я знаю, что гормоны вырабатываются железами внутренней секреции. Гуморальная регуляция-это химическая регуляция.
- Составил план самообразования на каждый день.
- Нашел информацию в научной медицинской литературе, в пособиях по биологии для обучающихся, на интернет сайте.
- Результаты: это гормон адреналин. Его выделяют в кровь надпочечники. В моей жизни были ситуации, когда приходилось проявлять фантастическую выносливость. Например, не раз перемахивать через забор, убежать от разъяренного пса. Все это возможно благодаря адреналину.

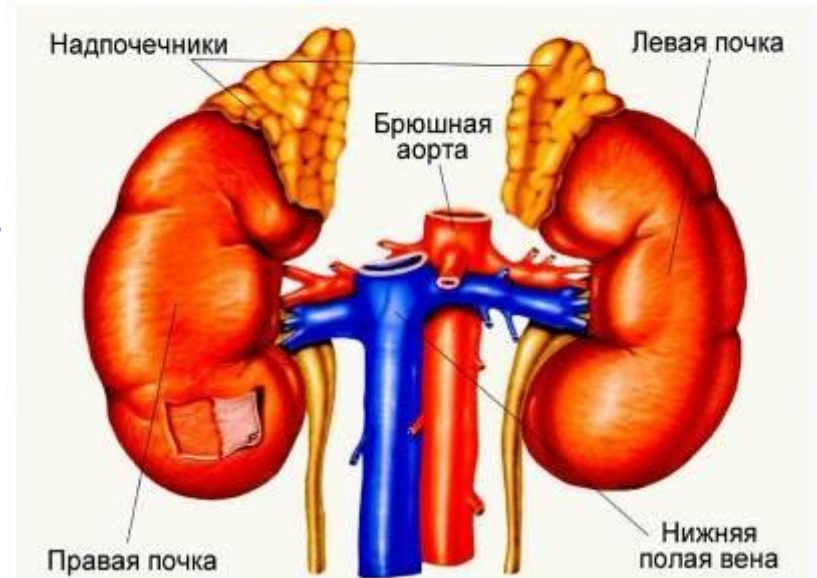


Надпочечники

- Маленькие по массе надпочечники образуют большое количество гормонов. Они регулируют обмен углеводов, жиров, влияют на содержание в организме Na, K, стимулируют деятельность сердечно-сосудистой системы. Адреналин в экстремальных ситуациях вырабатывается в больших количествах. Сердце учащенно бьется, кровеносные сосуды сужаются, в считанные секунды мобилизуются все силы. С таким допингом нестрашны повседневны трудности и стрессы.

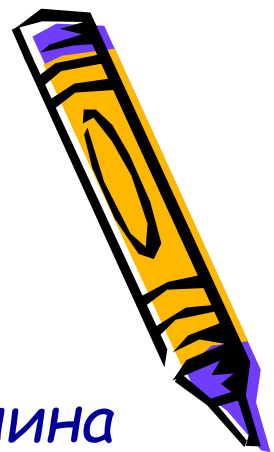


Надпочечники



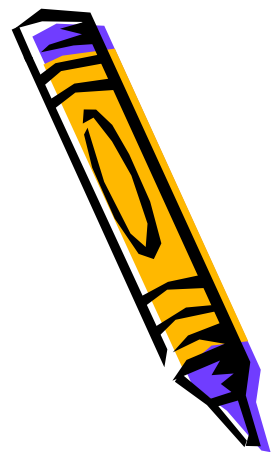


- Секреция адреналина резко повышается при стрессовых состояниях, пограничных ситуациях, ощущении опасности, при тревоге, страхе, при травмах, ожогах и шоковых состояниях.





- Надпочечники вырабатывают гормон кортизол, который снимает боль и воспаление. В экстремальных ситуациях он поставляет мышцам дополнительную энергию. При недостатке кортизола нарушается работа надпочечников, что приводит к бронзовой болезни.



Кортизол - гормон смерти?

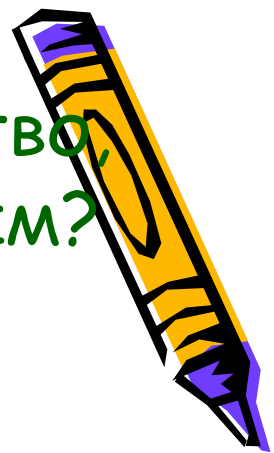


- Большинство врачей категорически несогласно с этим названием. У совершенно здорового человека количество этого гормона в крови увеличивается, начиная с трех - пяти часов утра ежедневно.

Благодаря ему люди, просыпаясь в это время, чувствуют себя очень активно и даже способны на плодотворный труд. Существует масса примеров научных деятелей или людей искусства, которые умело используют этот утренний гормональный выброс на пользу своему делу. Причем именно кортизол так сильно повышает работоспособность ума и тела.

Если же этого «гормона смерти» в теле недостаточно, многие системы будут работать из рук вон плохо. Человек будет просыпаться вялым и ему потребуются искусственная стимуляция. Например, в виде крепкого чая или кофе.





Почему называют гормоном смерти вещество, которое делает организм человека активным?

- Под действием этого гормона происходит питание организма сахарами, также происходит и переработка белков в организме. Именно по этой причине и называют некоторые ученые кортизол гормоном смерти. Ведь под его действием расщепляются белки в организме. Но ведь это тоже необходимый процесс. Вот если гормона этого переизбыток в теле человека, тогда он действительно начинает разрушать лишнее. Да ведь избыток любого гормона ведет к тяжелым последствиям для здоровья человека.





- От гормонов зависит здоровье, настроение, красота. Они вырабатываются железами внутренней секреции и при сохранении их равновесия организм работает четко и слаженно.
- Поддерживают это равновесие два механизма: нервная и гуморальная регуляция.

