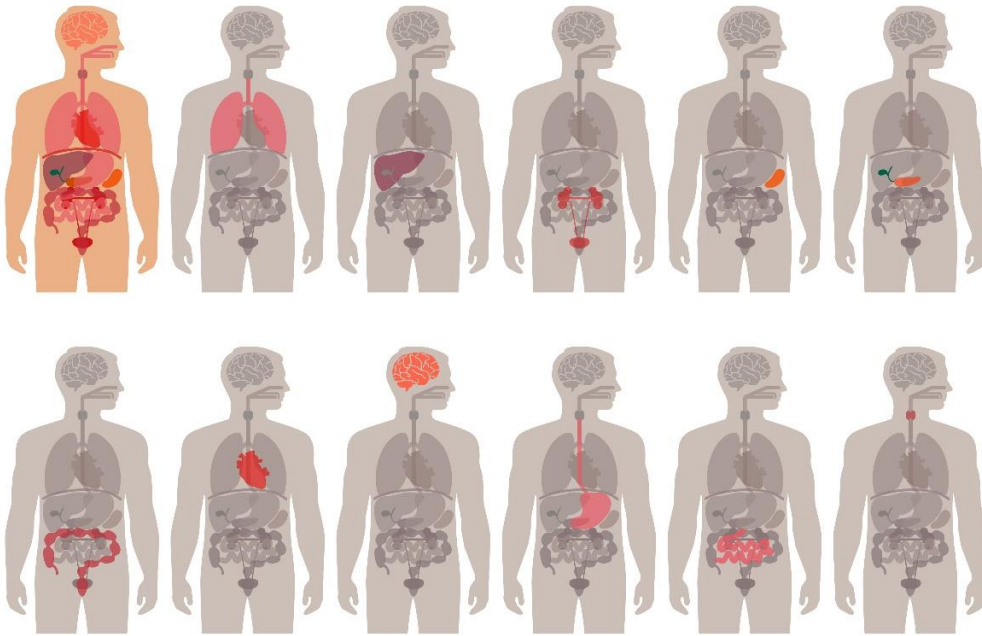


KROPPENS ORGANER

XUBNAHA JIRKA



Adobe Stock / eveleen007

Kroppen vår er satt sammen av mange forskjellige organer. Alle ser forskjellige ut, og alle har hver sin oppgave. Vi bruker kroppens organer hele tiden. Noen av organene bor inni kroppen. Det er de indre organene, og de kan vi ikke se med bare øynene våre. Men vi vet at de er der og jobber, til og med når vi sover.

Kan du kjenne at hjertet ditt banker? Det er fordi akkurat nå pumper hjertet ditt blod, uten at du tenker på det. Visste du at det er umulig å kile seg selv? Det er fordi hjernen din vet at du planlegger å kile deg selv, og overser den følelsen.

Alt som skjer i kroppen har en mening. Organene i kroppen trenger hverandre for å gjøre en god jobb, de må samarbeide.

Visste du at du bruker 17 muskler bare når du smiler?

Jidhkeenu wuxu ka koobanyahay xubno fara badan oo kala duwan. Dhammaan way kala duwanyihiin, midkastaana waxa uu qabtaa shaqo u gaar ah. Waynu isticmaallaa xubnaha jirka waqti kasta. xubnaha qaar waxa ay ku yaalaan jirka gudihiisa, waana xubnaha gudaha, mana arki karro waayo gudaha jirka ayey ku yaallaan, laakiin waynu ognahay in ay jiraan oo ay shaqaynayaan, xataa marka aan hurudno.

Ma dareemi kartaa in wadnahaagu garaacayo? Waxa weeyi wadnahaagu dhiig ayuu shubayaa hadda, tiyoo aadan adigu ka fikirayn. Ma ogtahay in aanay suurta gal ahayn in aad adigu is xanxantayso? Sobobtu waxa weeye maskaxdu way ogtahay inaad doonayso in aad is xanxantaynayso, waanay is dhaafisaa dareenkan.

Wax kasta oo ka dhaca jirka gudihiisu macne ayuu sameeyaa. Xubnaha jirkuna way isku baahanyihiin si ay shaqo wanaagsan u qabtaa, waa in ay wada shaqeeyaan.

Ma ogtaha in aad isticmaasho 17 muruq marka aad qoslayso oo keli ah?

Hjernen

Hjernen er som en datamaskin som styrer kroppen vår. Vi trenger hjerne til å tenke med og til å bevege kroppen vår. Hjernen styrer også mange ting vi ikke

bestemmer selv. Den styrer for eksempel hvor fort hjertet slår, hvor sultne vi blir og hvor mye vi må sove.

Hjernen tar imot beskjeder fra sansene våre. Hvis du for eksempel brenner deg, får hjernen beskjed om at det er vondt. Da sender hjernen beskjed tilbake om at hånda må bort fra varmen. Alt vi ser, hører, lukter og opplever lagrer seg i hjernen. Slik lærer vi og får kunnskap om det som skjer rundt oss.

Vi har to hjernehalvdeler. Hjernehalvdelen ser nesten helt like ut, men de virker forskjellig. Den venstre hjernehalvdelen styrer kroppens høyre side, mens den høyre styrer venstre side av kroppen.

Hjernen ligger og flyter i saltvann og er festet med blodårer og nerver til hodeskallen. Hjernen er så bløt at den ikke tåler sin egen vekt. Hjernen trenger en liter blod i minuttet, ellers kan vi bli bevisstløse.

Maskaxda

Maskadu waxay jirkeena u xukuntaa sida kombiyuutar oo kale. Maskaxda waan u baahannahay si aan u fekkero, in aan jirka dhaqdhaqaaqinno. Maskaxdu waxa kale oo ay kantarooshaa waxyaabo badan oo aynaan inagu go'aankooda lahayn. Tusaale ahaan waxa ay kantarooshaa xowliga uu wadnuhu garaacayo, gaajada inna haysaa intay dhantahay iyo inta aan hurdi karro.

Maskaxdu waxa ay heshaa fariimo ka imanaya dareemayaasha. Tusaale, haddii aad gubato, maskaxdu waxa ay heshaa farriin odhanaysa waa xanuun. Markaa ayey maskadu fariin celisaa ah in gacanta dabka laga qaado. Wax kasta oo aynu aragno, maqallo, urunno ama la kulanno waxa ay ku kaydsamaan maskaxda. Sidaa ayaan ku baranaa oo aqoon ugu helaa waxa agagaarkeena ka dhaca.

Maskaxdeenu waxay u qaybsantaa laba qaybood. Labada qaybood aad ayey iskugu egyihiin, laakiin si kala duwan ayey u shaqeeyaan. Qaybta bidix waxa ay xukuntaa jirka qaybtiisa midig, halka qaybta midig ee maskaxdu xukunto qaybta bidix ee jirka.

Maskaxdu waxa ay dhextaal oo dhex sabaysaa biyo cusbo leh, waxan ku xiran xidido dhiigeedyo iyo dareemayaal ku xidhan madaxa. Maskaxdu waxay u jilicsantahay si aanay culayskeeda u xajin karin. Maskaxdu waxa ay u baahantahay litir dhiiga daqiiqadiiba, haddii kale waan miyir beelaynaa.

Hjertet

Hjertet er en muskel som sitter i brysthulen. Det består av fire rom, eller kammer som vi også kaller det. Kamrene heter høyre forkammer, venstre forkammer, høyre hjertekammer og venstre hjertekammer. Hjertet ligger på

venstre side av brystkassen. Hvis du legger hånda di på brystkassen, kan du kjenne hjertet slå.

Hjertets viktigste oppgave er å pumpe blod i kroppen. Det slår cirka 100 000 ganger i løpet av døgnet, uten at vi trenger å tenke på det. Når du hviler pumper hjertet cirka fem liter blod i minuttet. Når vi blir løper, blir redde eller sinte, slår hjertet fortere enn vanlig. Også når vi spiser, slår det fortere. Hjertet er ikke en muskel vi kan styre. Derfor kan vi ikke bestemme om vi skal bruke det. Hjertet er på en måte en blodpumpe som jobber hele tiden.

Hjertets størrelse er forskjellig fra person til person. Det finnes en enkel måte å måle hvor stort hjertet ditt er på. Et barns hjerte er omtrent på størrelse med hans egen neve, og et voksent hjerte er på størrelse med den voksnes to never presset sammen.

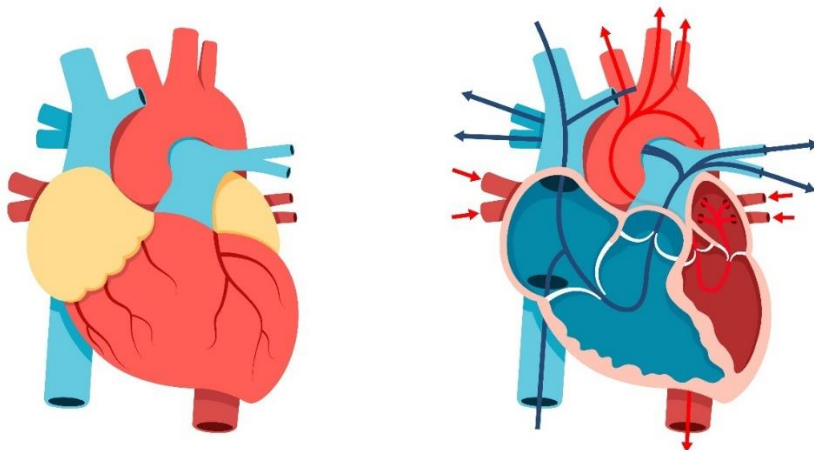
Menneskehjertet likner på grisehjertet.

Wadnaha

Wadnuhu waa muruq ku fadhiya godka laabta. Waxa uu ka koobanyahay 4 qol. Qolalka waxa loogu yeeraa dhegyarta midig, dhegyarta bidix, caloolyarta midig iyo caloolyarta bidix. Wadnuhu waxa uu ku yaalaa dhanka bidix ee laabta. Haddii aad gacantaada dulsaarto laabta waad dareemaysaa wadnaha garaaciisa.

Shaqada ugu muhiimsan ee uu wadnuhu qabtaa waxa weeyi in uu jirka gaadhsiiyo dhiigga. Wadnuhu ilaa 100,000 oo mar ayuu garaacaa habeen iyo

maalin(dharaartii), innaga oo aan u baahnayn inaan ka fekero. Marka aan nasanayno wadnuhuu wuxa uu soo tuuraa ilaa 5 litir oo dhiig ah daqiiqadiiba. Marka aan orodno, cabsanno ama xanaaqno(caroono) wadnu degdeg ayuu u garaacaaxa, xataa marka aan wax cunayno xoog ayuu u garaacaa. Wadnuhu maahan muruq aan xukumi karno, sidee dartee ma og,aamin karro sida aan u isticmaalayno. Wadnuhu waa sida qasabad dhiig ah oo shaqaysa waqti kasta. Qofkasta cabirka wadnihiisu wuu ka duwan yahay qofka kale. Waxa jira hab fudud oo lagu cabiri karo inta wadnahaagu le,egyahay. Cabirka wadnaha ilmaha yari waxa uu le,egyahay farihiisa oo feedhduub loo qabtay(tamuujo), qofka weyn wadnihiisuna waxa uu le,egyahay labadiisa gacmood oo feedhduub loo qabtay oo la isku soo cadaadiyey.



Adobe Stock / Taleseedum

Wadnaha dadku waxa uu u egyahay ka doofaarka.

Blodårene

Blodet strømmer i myke rør som går ut fra hjertet. De forgreiner seg til mange årer som er tynnere enn hår. Så svinger de tilbake til hjertet. Og slik fortsetter det.

Vi har blodårer med blod overalt i kroppen vår. Blodårene er viktige for å fordele blodet rundt til kroppens organer. Hver eneste celle i kroppen trenger å være i

nærheten av en blodåre slik at den kan motta og kvitte seg med stoffer og varme.
Kan du se noen av blodårene dine?

Hvorfor ser blodet i årene blått ut?

Xididada dhiigga

Dhiigu wuxu qul qulaa tuunbooyin jilicsan oo wadnaha ka yimaada. Waxay isku qaybiyaan aroorayaal badan oo ka dhuuban timaha. Waxanay dib ugu noqdaan wadnaha. Sadaa ayeyyna ku socotaa.

Waxa aynu jirka oo dhan ku leenahay xididdo dhiig oog dhiig sida. Xididada dhiigu waxa ay muhiim u yihiin in ay dhiigga gaadhsiiyaan xubnaha jirka oo dhan. Unug kasta oo jirka ahi waxa uu u baahanyahay inuu ku dhawaado xidid dhiig si uu u helo walxaha uu u baahanyahay iskagan saaro kuwa aanu u baahnayn iyo kulaylka. Marki kartaa qaar ka mida xididadaada dhiigga?

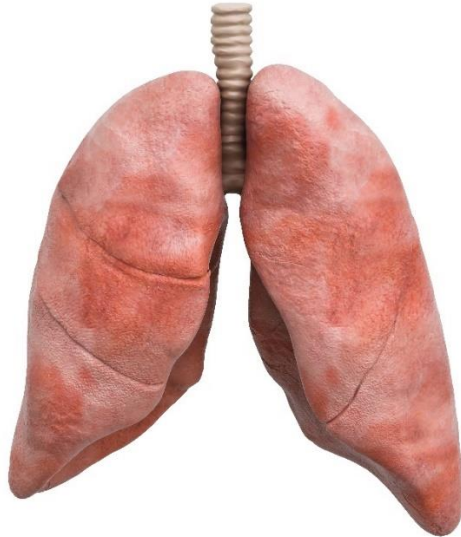
Waayo dhiigga xidida ku jiraa uu midabka bluugga ah ugu egyahay?

Lungene

Lungene pumper luft inn og ut uten at vi tenker på det. Hvis vi hadde brettet ut lungene, ville de vært like store som en halv fotballbane.

Lungene er kjegleformet. Høyre lunge er litt bredere og større enn venstre lunge. Lungene skal beskytte oss mot infeksjoner og luftforurensninger.

Lungene trenger vi for å puste. De slipper inn den lufta vi trenger (oksygen), og slipper ut den oppbrukte lufta. Vi tar inn luft gjennom pusterøret som sitter inne i halsen. Når voksne hviler, tar de 12-16 åndedrag per minutt. De puster inn cirka en halv liter luft hver gang.



Adobe Stock / alexlmx

Sambabada

Sambabadu waxay soo turaan ama soo nuugaan neefta inaga oon u baahnayn in aan ka fekerro. Haddii lakala bixiyo sombobada waxay le,egyihiin qiyaastii garoonka kubadda barkiis.

Sanbabadu waxa ay leeyihiin qaabka koorta oo kale. Sababka midig waa u uka yar balaaranyahay ka bidix. Sanbabadu waxa ay innaga difaacaan xanuunada iyo wasaqda xawada la socota.

Sanbabada waynu u baahanahay si aan u neefsanno. Waxa soo daayaan neefta aynu u baahanahay oo ogsigiinta ah , waxanay dibadda u soo tuuraan neefta la isticmaalay. Waxanka qaadanaa neefta dhuunta hawada ee ku taal cunaha. Marka dadka waaweyni nasanayaan waxay neefsadaan 12-16 goor daqiiqadiiba. Waxay qaataan neef dhan nus litir markiiba.

Leveren

Leveren er det største organet i kroppen vår. Den har veldig mange viktige oppgaver. Leveren renser blodet i kroppen og lagrer vitaminer og jern som

kroppen trenger. Leveren hjelper tarmene til å jobbe slik de skal. Den lager et stoff som heter galle. Leveren kan også gjøre giftige stoffer ufarlige og ødelegge gamle blodceller.

Leveren ligger høyt oppe i magen og veier cirka 1,5 kilo. Fargen er rødbrun, og den har en myk utside. Leveren blir mindre etter hvert som kroppen blir eldre.

Beerka

Beerku waa xubinta ugu weyn jirkeena. Waxa uu qabtaa shaqooyin badan oo muhiim ah. Beerku waxa uu sifeeya dhiigga, waxanu kaydiyaa fiitamiinada iyo birta uu jirku u baahanyahay. Beerku wuxu caawiyaa midhicadadu inay u shaqeeyaan sidii loogu talo galay. Waxa kale oo uu sameeye dheecaan la yiraahdo galle.

Beerku waxyaabaha sunta ahna waxa u uka dhigaa kuwo aan khatar innagu ahayn waxanu burburiyaa unugyada dhiigga ee gaboobay.

Beerku waxa uu ku yaala xagga sare ee caloosha, culayskiisuna waa ilaa 1,5kg. Midabkiisu waa gaduud bunni ah, xagga saran waa khafiif. Beerku wuu soo yaraadaa marka uu jirku da, noqdo.

Tarmene

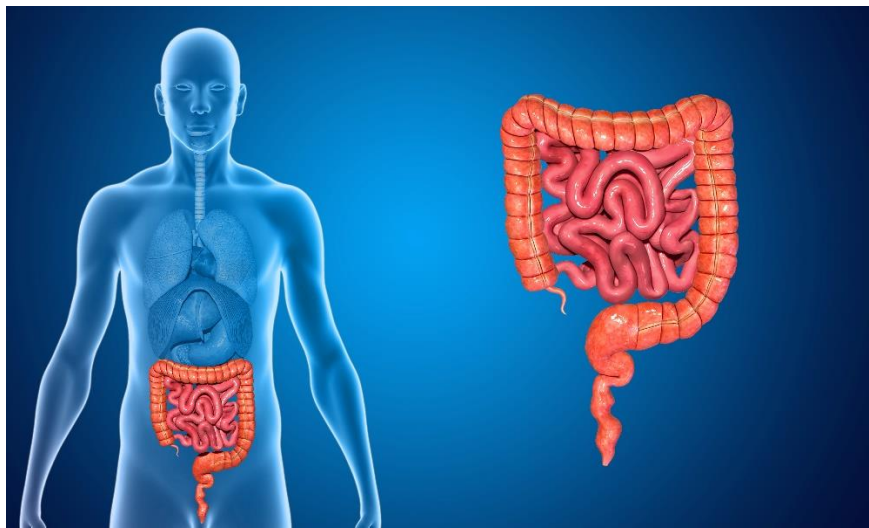
Maten som vi spiser, ender opp i tarmene. Først tygger du maten i munnen. Der blir den blandet med spytt til en slags grøt som vi svelger. Derfra går den ned gjennom spiserøret til magesekken. Her blir maten blandet godt, tynnet ut og delt opp. Fra magesekken går maten videre til tynntarmen.

I tynntarmen blir den tynnet ut og delt opp enda mer, slik at den blir til en tynn suppe. Stoffene i maten blir sugd inn gjennom tarmveggen. Her henter blodet stoffene kroppen trenger, men ikke alt blir sugd opp. Det som er igjen i tynntarmen går videre til tykktarmen.

Tykkarmen

I tykkarmen blir mye av fuktigheten sugd opp. Resten fraktes videre og blir til bæs i endetarmen. Vannet som blir til overs i kroppen, fraktes med blodet til nyrene hvor det skilles ut og blir til tiss. I tarmene finnes det ti tusen milliarder bakterier.

Visste du at tarmen er syv kilometer lang?



Adobe Stock / Tactivestudio

Mindhicirada

Cuntada aan cunnaa ugu danbayn waxay tagtaa mindhicirada. Marka hore cuntada afka ayaad calalisaa, oo ay ku milantaa candhuufta iyada oo noqota wax jilicsan oo aan liqi karro. Halkaa ka bacdi waxay hoos u raacdaa hunguriga oo u daadagtaa caloosha. Cuntadu marka ay calooshasoo gaadho si fiican ayaa la iskugu qasaa loona qaybiyaa oo laga dhigaa wax jilicsan. Cuntadu caloosha waxay u sii dhaaftaa mindhicirka yar

Midhicarka yari cuntada wuu sii burburiyaa, oo sii khafiifiyaa, si ay u noqoto sidii maraq jilicsan oo kale. Walxaha ku jira cuntada waxa nuuga darbiga mindhicirka

yar, halkaas oo dhiigu kas ii qaado walxaha jirku u baahanyahay. Cuntaddii intii aan la nuugin waxa loo sii gudbiyaa mindhicirka weyn.

Mindhicirka weyn

Mindhicirka wayn biyaha ayuu ka nuugaa hadhaaga soo gaadhay, inta soo hadhayna saxaro ahaan ayaa loo saaraa oo loo gudbiyaa malawadka. Biyaha dheeraadka ku ah jirka dhiiga ayaa qaada oo geeya kelyaha, halkaas oo ay kaadi ahaan uga baxaan. Mindhicirada waxa laga helaa jeermistoban bilyan.

Ma ogtahay in xiidmaha dhererkiisu dhanyahay 7 kiiloomitir?

Visste du dette..?

- Det minste beinet i kroppen finner du i øret.
- Vi har fem millioner hårstrå på kroppen.
- Kvinner har bedre luktesans enn menn.
- Menn hikker oftere enn kvinner.
- Kvinner blunker dobbelt så ofte som menn.
- Når du har spist mye har du dårligere hørsel i en kort periode etter maten.
- Alle mennesker har sin unike lukt, bortsett fra eneggede tvillinger - de lukter det samme.
- Hver dag svelger du nesten en liter snørr.
- Tennene er den eneste kroppsdelene på mennesket som ikke klarer å reparere seg selv.

- Størrelsen på øynene dine vil alltid være den samme fra du er født, mens nesen og ørene vokser.
- Du blunker i gjennomsnitt mellom seks og syv millioner ganger i løpet av ett år.
- Når du blir redd vil du produsere mer ørevoks enn når du ikke er redd.

Kilder:

«Sjarmen med tarmen», Enders Giulia

Salaby.no

Naturfag.no

Nrk.no/skole

Wikipedia.no

Snl.no

Xaqiiqada jirka - Ma ogtahay..?

- Lafta ugu jirka waxa laga helaa dhegta.
- Jirka waxan ku leenahay 5 milyan oo timo ah.
- Urinta dumarku in ay ka wanaagsantahay ta ragga.
- Raggu inuu ka higo badanyahay dumarka.
- In ilbiriqsiga dumarku labaanlaab ka badanyahay ka ragga.
- In maqalkaagu yaryahay muddo kooban kadib marka aad wax badan cunto.

- Dadka oo dhan waxay leeyihiin ur u gaar ah, aan ka ahayn mataanaha ugxan keliya ka samaysma oo iyga urtoodu isku mid tahay.
- Maalin kasta waxa aad liqdaa 1 litir oo duuf ah.
- Ilkuhu waa qaybta kaliya ee jirkeena ka mida ee aan is dayac tiri karin.
- Cabirka indhahaagu ilaa maalintaad dhalatay waa isku mid , laakiin sanku iyo dheghu way koraan.
- Waxad il biriqsataa isku celcelis in u dhaxaysa lix ilaa todoba milyan oo jeer sanadkii.
- Marka aad cabsato jirkaagu wuxu sameeyaa dhukay ka badan ka u sameeyo marka aanad cabsanayn

Ka soo xigtay:

«Sjarmen med tarmen», Enders Giulia

Salaby.no

Naturfag.no

Nrk.no/skole

Wikipedia.no

Snl.no