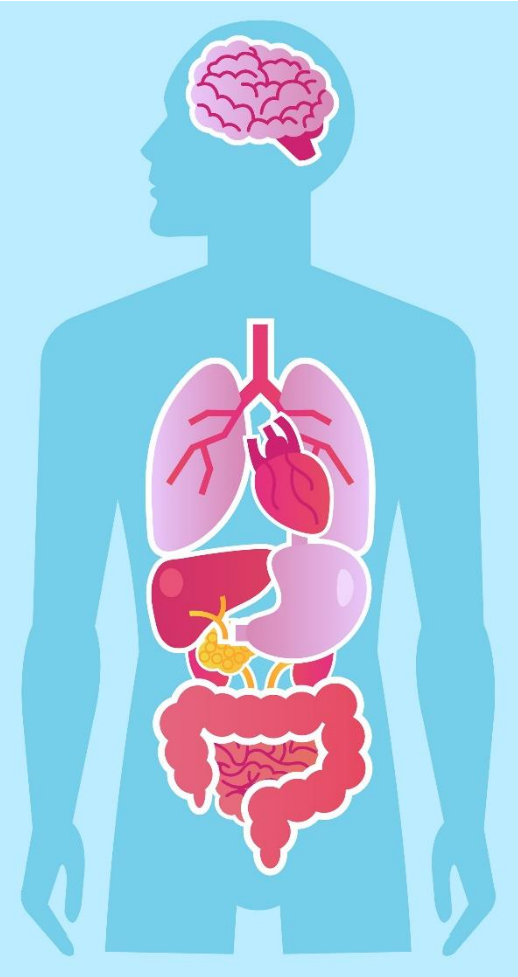
ئۆرگانەکانی لەش



Illustrasjon: Adobe Stock, PrettyVectors

لەشی ئێمە لە چەندین ئۆرگانی جیاواز پێکهاتوە. هەریەکەێک لەو ئۆرگانانە شێوەیەکیان هەیە و کارێکی تایبەت ئەنجام دەدەن. ئێمە بەردەوام ئەو ئۆرگانانە بەکاردەهێنین. هەندێکیان لە ناوەوەی لەشماندان، کە بە چاو ناتوانین بیانبینین، بەڵام دەزانین لەوێدان و کاردەکەن، تەنانەت لەو کاتانەشدا کە لە خەوداین.

دەتوانیت ئێستاکە دەست بخەیتە سەر دڵت و هەست بە لێدانی بکەیت. هۆکاری ئەوەش ئەوەیە کە دڵ خوێن دەهێنێت و دەبات، بەبێ ئەوەی تۆ هەستی پێبکەیت. ئایا تۆ دەزانیت کە مرۆڤ ناتوانێت ختوکەی خۆی بدات؟ چوونکە مێشکت دەزانێت کە تۆ پالنت هەیە کە ختوکەی خۆت بدەیت، هەربۆیە ئەو هەستە ناهێڵێت الت کە پێبکەنیت. گشت ئەو شتانەی لە ناو لەشدان، هەر یەکەیان کارێکیان هەیە و هاوکاریی یەکتریش دەکەن بۆ ئەوەی پێکەوە کارێکی باش بکەن .

مێشک

مێشک وەک کۆمپیوتەرێک وایە کە لەشی ئێمە بەڕێوەدەبات. بۆ نموونە خێرایی لێدانی دڵ چەندە بێت، چەندە برسیمانە و چەندە کاتمان پێویستە بۆ خەوتن بەڕێوەدەبات. مێشک لەڕێگەی هەستەکانمانەوە داخوازی و هەواڵ وەردەگرێت. ئەگەر تۆ بسووتێیت، ئەوا مێشک هەواڵ وەردەگرێت کە ئەو سووتانە بە ئازارە. لەو کاتەدا مێشک بە دەست ڕادەگەیەنێت کە پێویستە ئاگرەکە دوور بخاتەوە. هەموو ئەو شتانەی دەیانبینین، دەیانبیستین، بۆنیان دەکەین و هەستیان پێدەکەین لە ناو مێشکدا هەڵدەگرێت. ئێمە بەو جۆرە فێرە شت دەبین و زانیاری دەربارەی ئەو شتانە وەردەگرین کە لە دەورمان ڕوودەدەن.

Illustrasjon: Adobe Stock, magicmine

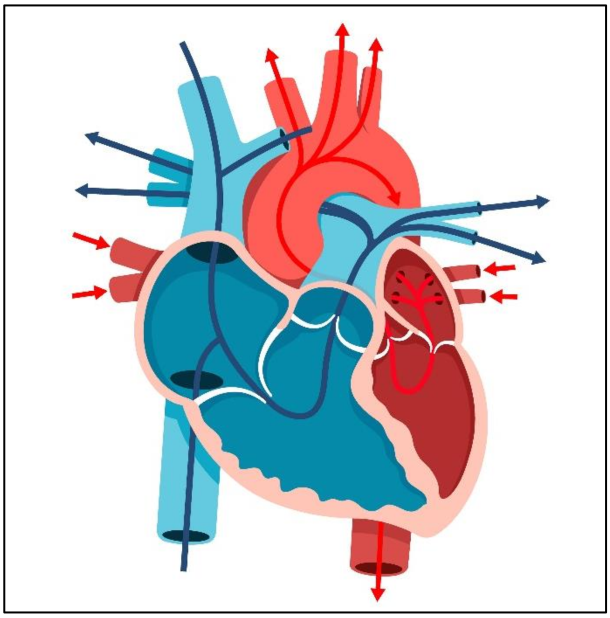
ئێمە دوو نیوە بەشی مێشکمان هەیە. بەشەکانی مێشک هاوشێوەی یەکترن، بەڵام کارەکانیان جیاوازە . بەشی الی چەپی مێشک بەشی الی ڕاستی لەش بەڕێوەدەبات، لە کاتێکدا بەشی الی ڕاستی مێشک، الی چەپی لەش بەڕێوەدەبات

مێشک لە ناو ئاوی سوێردایە و بە بۆری خوێن و ڕەگی خوێنەوە بە کەللـەی سەرەوە بەستراوەتەوە . مێشک هێندە نەرمە کە بەرگەی کێشی خۆی ناگرێت و لە یەک خولەکدا پێویستی بە یەک لیتر خوێن هەیە، دەنا لەوانەیە ببورێینەوە.

دڵ

دڵ ماسوولکەیەکە کە لە ناو کەلێنی سنگدایە. لە چوار ژوور پێکهاتوە کە پێشیان دەڵێین سکۆڵە. ئەو چوار بەشە پێیان دەوترێت گوێچکەڵەی ڕاست، گوێچکەڵەی چەپ، سکۆڵەی ڕاستی دل و سکۆڵەی

چەپی دڵ. دڵ دەکەوێتە بەشی چەپی قەفەزەی سنگەوە. ئەگەر دەست بخەیتە سەر قەفەزەی سنگت هەست بە لێدانی دڵت دەکەیت.



Illustrasjon: Adobe Stock, Taleseedum

گرنگترین ئەرکی دڵ ئەوەیە کە خوێن بنێرێت بۆ لەش. دڵ لە شەو و ڕۆژێکدا نزیکەی ١٠٠٠٠٠ (سەد هەزار(جار لێدەدات. لە کاتی حەوانەوەدا دڵت لە خولەکێکدا)یەک دەقیقە(نزیکەی پێنج لیتر خوێن دەنێریت. لە کاتی ڕاکردن، ترسان، نانخواردن یان تووڕەبووندا، دڵ خێراتر لێدەدات. دڵ ماسوولکەیەک نییە کە ئێمە بتوانین بیجوڵێنین یان بەکاری بهێنین.

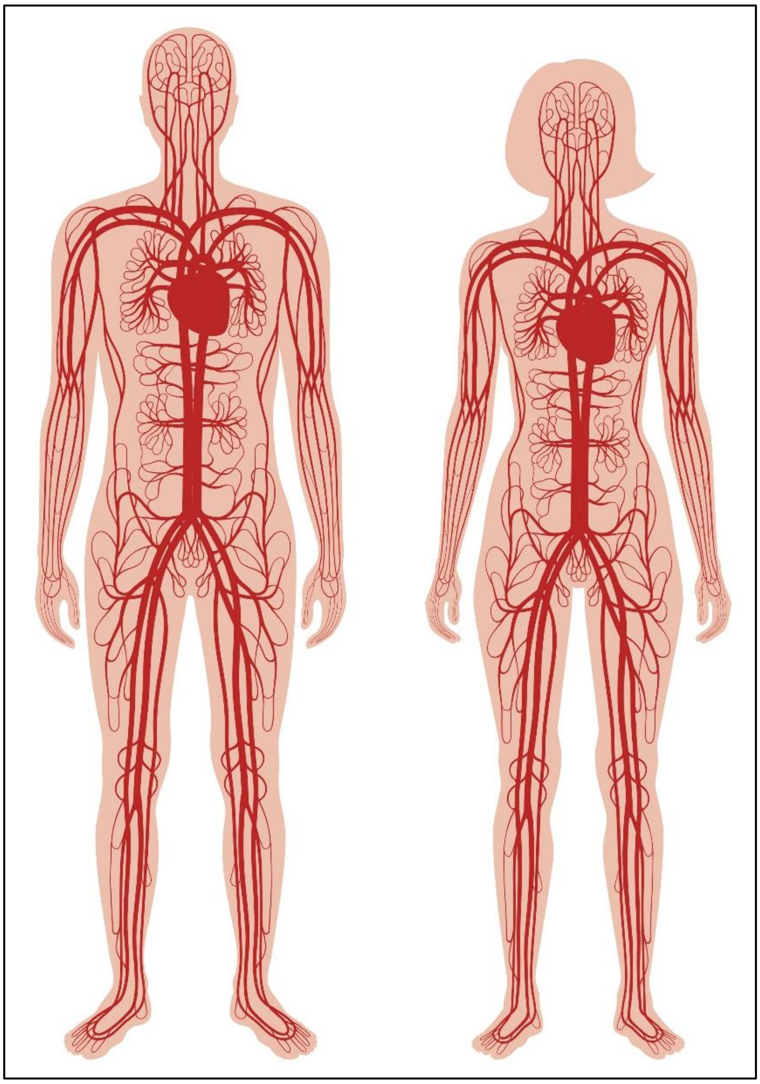
گەورەیی قەبارەی دڵ لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر دەگۆڕێت. دڵی منداڵێک بە هێندەی چنگی دەبێت، و دڵی کەسێکی گەورە بە هێندەی هەردوو چنگی پێکەوە دەبێت کە پێکەوە بن.

سییەکان

سییەکان هەوا دێنە ناوەوە و دەبەنە دەرەوە بێئەوەی ئێمە بیری لێبکەینەوە. ئەگەر ئێمە سییەکان قەد بکەین، ئەوا بە هێندەی نیوەی گۆڕەپانێکی تۆپی پێ دەبێت.

گرنگترین ئەرکی دڵ ئەوەیە کە خوێن بنێرێت بۆ لەش. دڵ لە شەو و ڕۆژێکدا نزیکەی ١٠٠٠٠٠ (سەد هەزار) جار لێدەدات. لە کاتی حەوانەوەدا دڵت لە خولەکێکدا (یەک دەقیقە) نزیکەی پێنج لیتر خوێن دەنێریت. لە کاتی ڕاکردن، ترسان، نانخواردن یان تووڕەبووندا، دڵ خێراتر لێدەدات. دڵ ماسوولکەیەک نییە کە ئێمە بتوانین بیجوڵێنین یان بەکاری بهێنین.

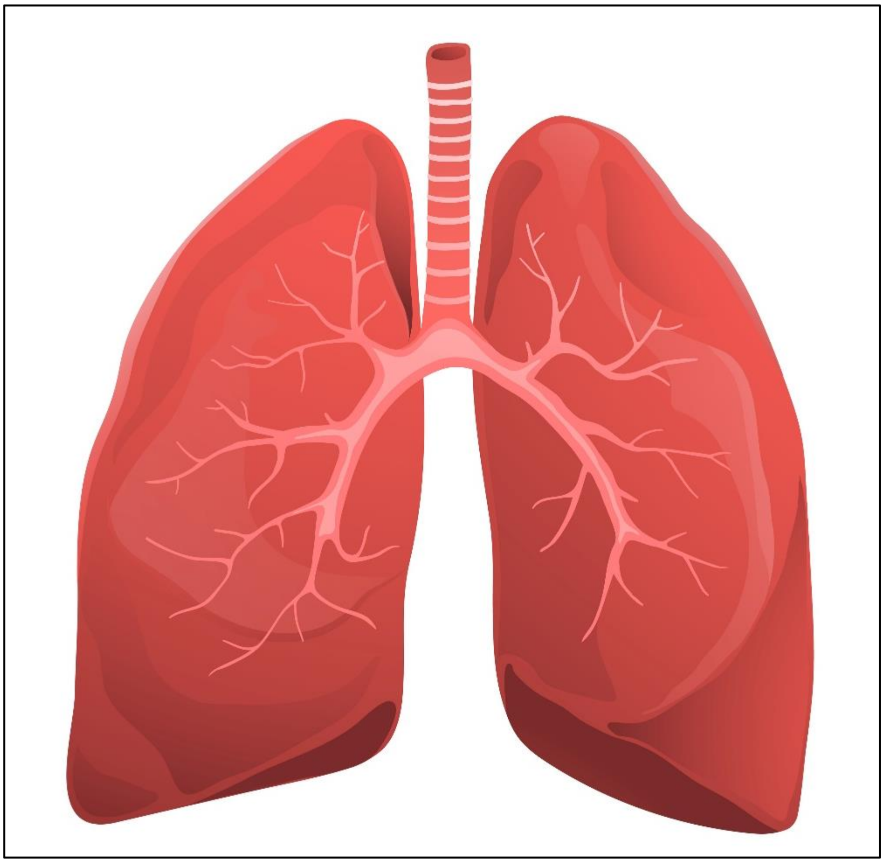
گەورەیی قەبارەی دڵ لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر دەگۆڕێت. دڵی منداڵێک بە هێندەی چنگی دەبێت، و دڵی کەسێکی گەورە بە هێندەی هەردوو چنگی پێکەوە دەبێت کە پێکەوە بن.



Illustrasjon: Adobe Stock, pikovit

سییەکان

سییەکان هەوا دێنە ناوەوە و دەبەنە دەرەوە بێئەوەی ئێمە بیری لێبکەینەوە. ئەگەر ئێمە سییەکان قەد بکەین، ئەوا بە هێندەی نیوەی گۆرەپانێکی تۆپی پێ دەبێت.



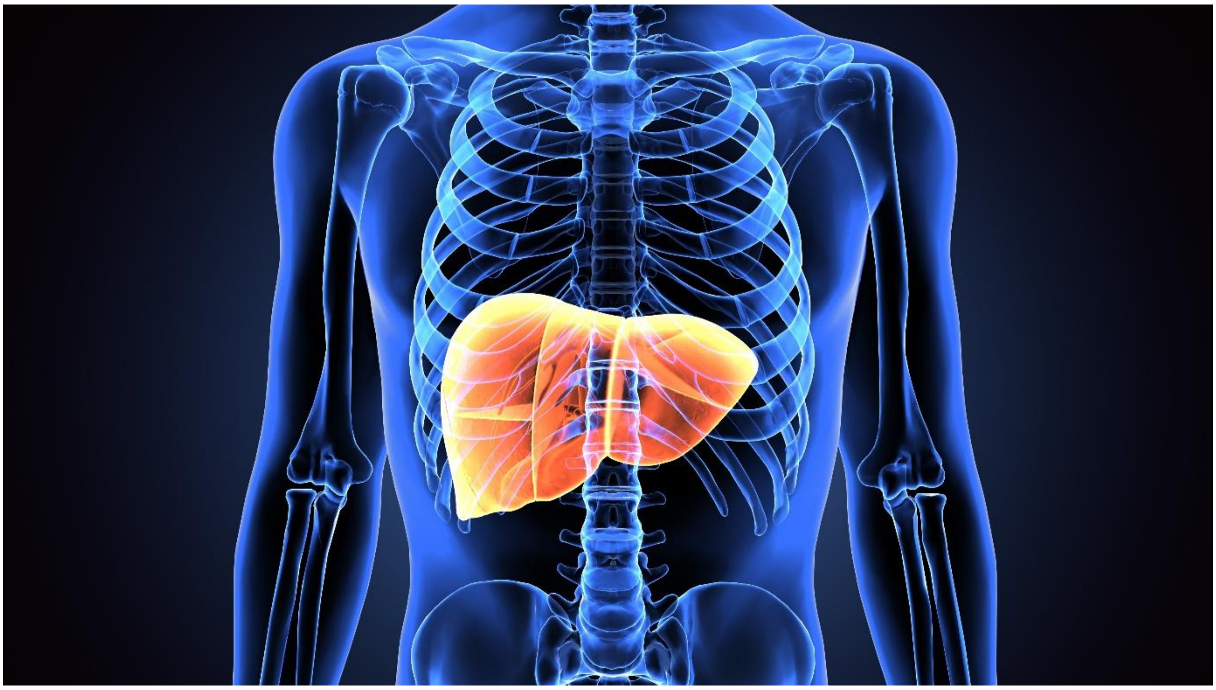
Illustrasjon: Adobe Stock, Popmarleo

سییەکان شێوە قووچەکین. سی الی ڕاست پانتر و گەورەترە لە سی الی چەپ. سییەکان لە هەوکردن و هەوای پیس دەمانپارێزێت. هەروەها بۆ هەناسەدانیش پێویستمان پێیانە. ئەوان بوار دەدەن کە ئەو هەوایەی پێویستمانە)ئۆکسجین(بێتە ناوەوە، و ئەوەش کە بەکاریدەهێنین فڕێدەداتە دەرەوە. ئێمە هەوا لە ڕێگەی بۆری هەناسەوە وەردەگرین کە لە ناو قوڕگدایە. لە کاتی حەوانەوەی کەسێکی گەورەساڵدا، لە ماوەی یەک خوولەکدا ١٢ تا ١٦ نەفەس هەناسە دەدات. لە هەر هەناسەدانێکدا نزیکەی نیو لیتر هەوا هەڵدمژێت.

جگەر

جگەر گەورەترین ئۆرگانی ناو لەشی ئێمەیە و چەندین ئەرکی گرنگی هەیە. جگەر خوێنی لەش پاک دەکاتەوە و ئەو ڤیتامین و ئاسنەی لەش پێویستیەتی هەڵیان دەگرێت. هەروەها یارمەتی ڕیخۆڵەکان دەدات بۆ ئەوەی بەو شێوەیە کاربکەن کە پێویستە. جگەر ماددەیەک دروست دەکات کە پێی دەوترێت زراو. هاوکات دەتوانێت ماددەی ژەهراوی وا لێبکات کە مەترسی نەبێت و خانەی خوێنی کۆنیش لەناودەبات.

جگەر دەکەوێتە بەشی سەرەوەی الی ڕاستی سک و کێشەکەی نزیکەی کیلۆ و نیوێک دەبێت . ڕەنگەکەی قاوەیی سوورباوە، و بەشی دەرەوەی نەرمە. لەگەڵ پیربوونی لەشدا جگەر بچووکتر دەبێتەوە .

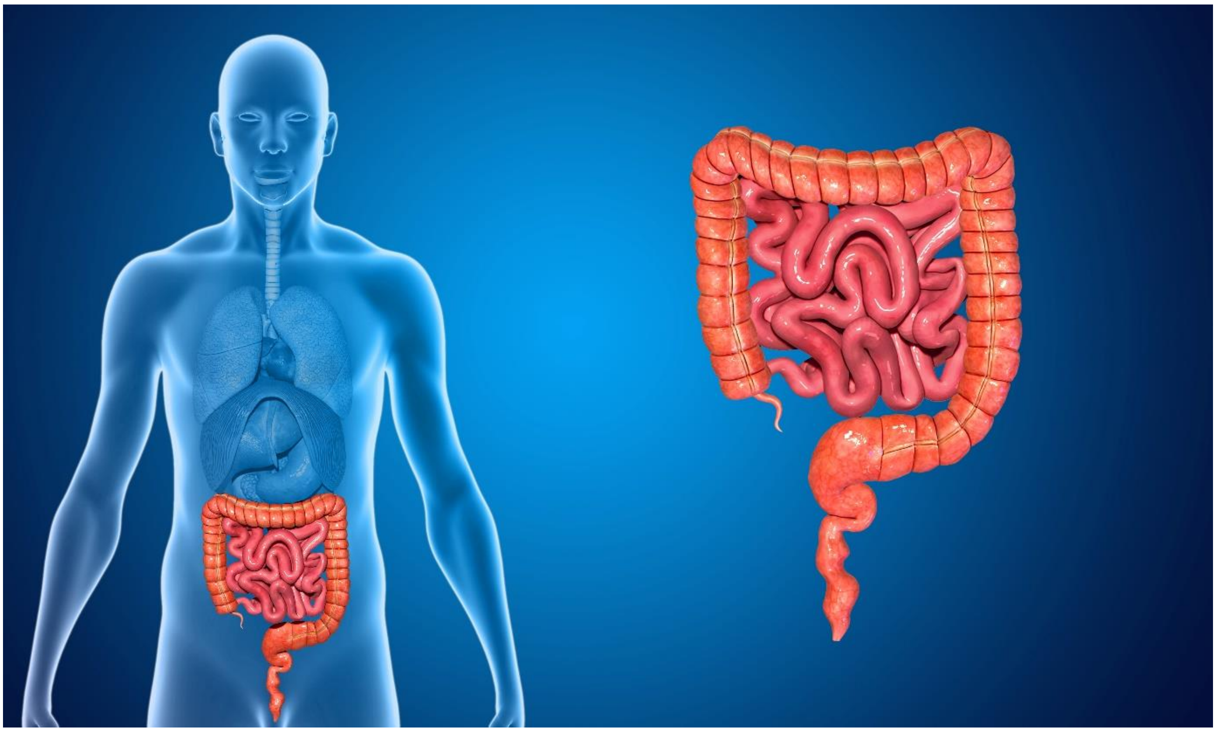


Illustrasjon: Adobe Stock, PIC4U

ڕیخۆڵەکان

ئەو خواردنەی دەیخۆین، لە ناو ڕیخۆڵەکانماندا دەگیرسێنەوە. سەرەتا خواردنەکە لە ناو دەمماندا دەجوین و پاشان لە ناو دەمدا تێکەڵ دەبێت بە لیک و لە دواییدا قوتی دەدەین. لەوێشەوە بە ناو بۆری خواردندا دەچێتە خوارەوە بۆ ناو گەدە. لە ناو گەدەدا خواردنەکە بە باشی تێکەڵ بەیەک دەبێت، باریک دەبێت و پارچەپارچە دەبێت. خواردنەکە لە گەدەوە دەڕوات بۆ ناو ڕیخۆڵەباریکە .

خواردنەکە لە ڕیخۆڵەباریکدا زیاتر باریک و پارچەپارچە دەبێت، بە جۆرێک دەبێتە شۆربایەکی شل . ماددەکانی ناو خواردنەکە لە ڕێی دیواری ڕیخۆڵەوە هەڵدەمژرێن. لەوێدا خوێن ئەو مادانە دەهێنێت کە لەش پێویستیەتی، بەاڵم هەمووی هەڵنامژرێت. ئەو پاشماوەیەی لە ناو ڕیخۆڵەباریکەدا دەمێنێتەوە دەچێتە ناو ڕیخۆڵە ئەستوورەوە.



Illustrasjon: Adobe Stock, 7activestudio

لە ڕیخۆڵەئەستوورەدا زۆرینەی تەڕیی پاشماوەی خواردنەکە زیاتر هەڵدەمژرێت. ئەوەی دەمێنێتەوە دەبێتە پیسایی و دەنێردرێت بۆ ناو کۆم. ئەو ئاوەش کە لە ناو لەشدا زیاد دەبێت، لەگەڵ خوێندا دەچێتە ناو گورچیلەکانەوە و لەوێ دەبێتە میز. لە ناو ڕیخۆڵەکاندا دە ملیارد بەکتریا هەن.

Kilder:

- Sjarmen med tarmen, Enders Giulia
- Salaby.no
- Naturfag.no
- Nrk.no/skole
- Snl.no

ئەرکی یەکەم

چی لەبارەی ئۆرگانەکانی لەش دەزانیت؟ لەسەر هەر ئۆرگانێک ڕستەیەک یان زیاتر بنووسە.

دڵ:

مێشک:

جگەر:

وەڵامی ئەم پرسیارانەی خوارەوە بدەرەوە.

1. گرنگترین ئەرکی دڵ چییە؟

2. جگەر دەکەوێتە کوێی لەشەوە؟

3. خواردن لە ناو ڕیخۆڵەباریکەدا چی لێ بەسەردێت؟

4. گرنگترین ئەرکی سییەکان چییە؟

5. ئەگەر مێشک خوێنی تەواو وەرنەگرێت، چی ڕوودەدات؟

بازنەیەک بکێشە بە دەوری ئەو ڕستانەی کە ڕاستن.

1. دڵ پەمپێکی خوێنە کە بە شەوان دەخەوێت و کار ناکات.
2. قەبارەی گەورەیی دڵی هەموو مرۆڤێک وەک یەکە.
3. مێشک ئاگداری و زانیاری لە ڕێگەی هەستەکانمانەوە وەردەگرێت.
4. ئێمە بە بێ سییەکانمان ناتوانین هەناسە بدەین.
5. خواردن لەناو ڕیخۆڵەباریکەدا دەبێتە پیسایی.
6. جگەر گەورەترین بەشی ناو لەشە.
7. دڵی مرۆڤ لە مۆز دەچێت.
8. بۆرییەکانی خوێن، خوێن بۆ ئۆرگانەکانی لەش دابەش دەکەن.
9. ئێمە سییەکانمان زۆر گەورەیە کە کێشەکەی کیلۆ و نیوێکە.
10. گەورەساڵەکان بە هێندەی منداڵان پێویستیان بە هەناسەدان نییە.