# De huisartsenpraktijk

Begrippenlijst



# Hoofdstuk 1: Van cel tot stelsel

Cellen:

De kleinste bouwsteen van het menselijk lichaam.

Weefsel:

Een weefsel zijn meerdere cellen met dezelfde functie samen. Bijvoorbeeld spierweefsel of bindweefsel.

Organen:

Een orgaan zijn meerdere weefsels samen met dezelfde functie. Bijvoorbeeld het hart of een spier.

Orgaanstelsel:

Een orgaanstelsel zijn meerdere organen samen met dezelfde functie. Bijvoorbeeld het spierstelsel of de bloedsomloop.

Organisme:

Een organisme is een levend wezen die bestaat uit cellen, weefsels, organen en orgaanstelsels. Alles werkt samen. Een voorbeeld van een organisme is een mens of een plant. Er zijn ook organismen die bestaan uit 1 cel. Bijvoorbeeld een bacterie.

# Hoofdstuk 2: Het spijsverteringsstelsel

Eiwitten:

Eiwitten zijn voedingsstoffen die wij kunnen gebruiken als bouwstof of als brandstof.

Koolhydraten:

Koolhydraten zijn voedingsstoffen die wij gebruiken als brandstof.

Vetten:

Vetten zijn voedingsstoffen die wij gebruiken als brandstof, bouwstof of reservestof.

Mineralen:

Mineralen zijn voedingsstoffen die wij niet kunnen afbreken. We gebruiken ze als beschermende stof. Bijvoorbeeld ijzer gebruiken we voor de aanmaak van rode bloedcellen.

Vitaminen:

Vitaminen zijn voedingsstoffen die wij niet kunnen afbreken. We gebruiken ze als beschermende stof. Bijvoorbeeld vitamine C zorgt voor een betere weerstand.

Voedingsmiddel:

Een voedingsmiddel is een product dat je eet of drinkt. Bijvoorbeeld een broodje of een blikje cola.

Voedingsstof:

Voedingsstoffen zijn stoffen die in een voedingsmiddel zit. De voedingsstoffen die we kennen zijn koolhydraten, eiwitten, vetten, mineralen, water en vitaminen. Voedingsvezels zijn geen voedingsstof.

Bouwstoffen:

Bouwstoffen zijn stoffen die in voedingsstoffen zitten. Je gebruikt bouwstoffen of iets in je lichaam te bouwen. Bijvoorbeeld een cel of een enzym.

Energierijke stoffen:

Energierijke stoffen zijn stoffen in voedingsstoffen. Je gebruikt energierijke stoffen om energie te maken voor alles wat je de hele dag doet.

Beschermende stoffen:

Beschermende stoffen zijn stoffen in voedingsstoffen. Je gebruikt beschermende stoffen om je lichaam tegen ziektes te beschermen.

Voedingsvezels:

Voedingsvezels zijn geen voedingsstoffen. Je verteerd ze niet en neemt ze niet op. Voedingsvezels heb je nodig voor een goede darmwerking.

Peristaltische bewegingen:

Een peristaltische beweging is een knijpende beweging in de slokdarm of darmen. Het voedsel wordt zo voortgeduwd door het spijsverteringsstelsel.

Verteren:

Tijdens het verteren worden vetten, eiwitten en koolhydraten door enzymen in kleine stukjes ‘geknipt’, zodat ze kunnen worden opgenomen in het bloed.

Verslikken:

Tijdens het verslikken gaat het voedsel niet in de slokdarm, maar komt het voedsel in de luchtpijp terecht. Dit komt doordat het strottenklepje niet goed was afgesloten tijdens het slikken.

**Weg van het spijsverteringsstelsel**

Mond:

In de mond wordt voedsel fijn gemalen en vocht toegevoegd. In het speeksel zit het enzym amylase dat een start maakt met de vertering van koolhydraten.

Keel:

In de keel zit de huig. De huig sluit de neusholte af tijdens het slikken. In de keel zit het strottenklepje. Het strottenklepje sluit tijdens het slikken de luchtpijp af.

Huig:

De huig is het bolletje dat je ziet zitten achter in de keel. De huig sluit tijdens het slikken de neus af.

Strottenklepje:

Het strottenklepje sluit tijdens het slikken de luchtpijp af, zodat er geen voedsel in kan komen.

Slokdarm:

De slokdarm is de verbinding tussen de keel en de maag. De slokdarm zorgt ervoor dat er met peristaltische bewegingen het voedsel naar de maag wordt vervoerd.

Maag:

De maag is een orgaan waarin het voedsel komt vanuit de slokdarm. De maag heeft de taak verteren van voedsel en doden van ziekteverwekkers.

 -Maagsap

Maagsap bevat verschillende enzymen die voedingsstoffen kunnen verteren.

 -Maagzuur

Maagzuur is ontzettend zuur. Je maag heeft een beschermende laag tegen maagzuur, zodat het zuur niet door de maag brandt. Maagzuur doodt ziekteverwekkers.

12-vingerige darm:

De 12-vingerige darm is de verbinding tussen de maag en de dunne darm. De buizen van de galblaas en de alvleesklier komen uit in de 12-vingerige darm.

Alvleesklier:

De alvleesklier is een orgaan met meerdere taken. Hij maakt alvleessap en maakt de hormonen insuline en glucagon.

* Alvleessap

Alvleessap is een verteringssap die gemaakt wordt door de alvleesklier. In alvleessap zitten enzymen die voedingsstoffen verteren. Alvleessap wordt aan de 12-vingerige darm afgegeven.

Galblaas:

De galblaas is een klein blaasje onder de lever. In de galblaas wordt gal opgeslagen. Gal wordt afgegeven aan de 12-vingerige darm.

* Gal

Gal is een stof die helpt bij het emulgeren van vetten.

* Emulgeren

Het emulgeren van vetten betekent het in kleine bolletjes verdelen en er een laagje ommaken zodat vet kan worden opgelost in waterrijk bloed. Denk aan afwasmiddel met water waar je olie doorroert.

Dunne darm:

De dunne darm is een orgaan binnen het spijsverteringsstelsel. Hierin wordt darmsap geproduceerd wat helpt bij de vertering van voedingsstoffen. Als de voedingsstoffen klein genoeg zijn geeft de dunne darm de voedingsstoffen af aan het bloed.

Dikke darm:

De dikke darm is een orgaan binnen het spijsverteringsstelsel. De dikke darm geeft water, mineralen en vitaminen af aan het bloed.

Endeldarm:

In de endeldarm wordt poep opgeslagen totdat iemand naar de wc moet.

Verbranding:

In de cellen vindt verbranding plaats. Bij verbranding worden koolhydraten en zuurstof verbrand om energie vrij te maken voor alle levensprocessen.

Beroerte:

Bij een beroerte heeft iemand een bloedvat in de hersenen dat verstopt is geraakt. Het bloed kan daardoor niet verder. Een deel van de hersenen krijgt geen voedingsstoffen en zuurstof en kan daardoor afsterven.

Hartaanval:

Bij een hartaanval heeft iemand een verstopt bloedvat van het hart. Een deel van het hart krijgt hierdoor geen voedingsstoffen en zuurstof en kan daardoor afsterven.

# Hoofdstuk 3: Het ademhalingsstelsel

Gaswisseling:

Bij de gaswisseling in de longen wordt zuurstof vanuit de longblaasjes opgenomen in het bloed en wordt koolstofdioxide vanuit het bloed afgegeven aan de longblaasjes.

**Weg van de lucht**

Neus:

De neus is een orgaan van het ademhalingsstelsel. In de neus wordt lucht gefilterd van vieze stofjes en wordt lucht vochtig en warm gemaakt.

Mond:

De mond is een orgaan van het ademhalingsstelsel. De mond maakt lucht vochtig en warm.

Keel:

De keel is een orgaan van het ademhalingstelsel en het spijsverteringsstelsel. De keel bevat de huig die tijdens het slikken de neusholte afsluit en het strottenklepje die tijdens het slikken de luchtpijp afsluit. Tijdens het ademhalen staat zowel de huig als het strottenklepje open.

Huig:

De huig sluit tijdens het slikken de neusholte af. Tijdens de ademhaling staat de huig open.

Strottenklepje:

Het strottenklepje sluit tijdens het slikken de luchtpijp af. Tijdens de ademhaling staat het strottenklepje open.

Luchtpijp:

De luchtpijp is de verbinding tussen de keel en de longen. De luchtpijp bevat kraakbeenringen en lijkt hierdoor op een stofzuigerslang. De kraakbeenringen zorgen ervoor dat de luchtpijp altijd open blijft staan en niet ineen klapt.

Bronchiën:

In de longen vertakt de luchtpijp zich in bronchiën. Dit zijn kleine buisjes die lucht door de longen vervoeren. De bronchiën bevatten net als de luchtpijp kraakbeenringen om ze open te houden.

Longblaasjes:

De longblaasjes zitten in de longen. De longblaasjes staan in verbinding met het bloedvatenstelsel. In de longblaasjes vindt de gaswisseling tussen zuurstof en koolstofdioxide plaats.

# Hoofdstuk 4: De bloedomloop

Dubbele bloedsomloop:

Het menselijk lichaam heeft een dubbele bloedsomloop. Het bloed gaat twee keer door het hart voordat het bloed door het hele lichaam is geweest.

Kleine bloedsomloop:

De kleine bloedsomloop loopt van het hart naar de longen weer terug naar het hart.

Grote bloedsomloop:

De grote bloedsomloop loopt van het hart naar het hele lichaam weer terug naar het hart.

Slagaders:

Slagaders lopen ALTIJD van het hart AF. Slagaders zijn stevig en hebben een hoge bloeddruk. Ze bevatten zuurstofrijk bloed. Met één uitzondering de longslagader. Deze bevat zuurstofarm bloed.

Haarvaten:

Slagaders komen uit in haarvaten. Haarvaten hebben een hele dunne wand waardoor stoffen kunnen worden uitgewisseld met cellen of met de vloeistof tussen cellen. Voedingsstoffen en zuurstof kunnen naar de cellen toe en afvalstoffen kunnen door de cellen aan het bloed worden afgegeven.

Aders:

Haarvaten komen weer uit in aders. De aders vervoeren het bloed weer terug naar het hart. De bloeddruk is hier lager dan in de slagaders. Om te voorkomen dat bloed terugstroomt hebben aders kleppen.

Aorta:

De aorta is de grootste lichaamsslagader. De aorta loopt vanaf het hart je lichaam in.

Holle ader:

De holle ader is de grootste ader in je lichaam. Hierin wordt het bloed vanuit bijna je hele lichaam verzameld en terug vervoerd naar het hart.

Bloedplasma:

Bloedplasma is het waterrijke gedeelte uit je bloed. Hierin zijn verschillende stoffen zoals vitaminen, mineralen en afvalstoffen opgelost.

Rode bloedcellen:

Rode bloedcellen zijn ronde bloedcellen met een deuk erin. Ze vervoeren zuurstof door je lichaam.

* Hemoglobine:

Hemoglobine is een stofje in de rode bloedcel. Aan de hemoglobine kan zuurstof vasthechten. Hierdoor kan de rode bloedcel zuurstof vervoeren.

Witte bloedcellen:

Witte bloedcellen zijn de soldaten van je lichaam. Ziekteverwekkers die binnenkomen worden door witte bloedcellen kapot gemaakt.

Vreetcellen:

Vreetcellen zijn een type witte bloedcel. Zij eten als een soort pac man alle ziekteverwekkers op. Ze maken geen onderscheid tussen ziekteverwekkers.

Antistoffen:

Antistoffen zijn stofjes die door witte bloedcellen worden gemaakt. Zij kunnen heel specifiek één bepaald soort ziekteverwekker kapot maken. Dit gaat heel snel. Bijvoorbeeld als je een keer griep hebt gehad weet je lichaam hoe griep eruit ziet. Je kunt dan de volgende keer dat je griep krijgt stofjes maken die griep kapot maakt. Je wordt dan vaak niet meer ziek.

Hart:

Je hart is een orgaan van de bloedsomloop. Je hart trekt samen waardoor bloed het bloedvatenstelsel in wordt gepompt.

Boezems:

De twee bovenste ruimtes in je hart heten de boezems. In de boezems komt het bloed vanuit het lichaam binnen. De boezems geven het bloed aan de kamers.

Kamers:

De kamers zijn de onderste twee ruimtes in je hart. Vanuit de boezems komt het bloed de kamers ingestroomd. Als de kamers vol zijn knijpt het hart samen en duwt het bloed uit de kamers de bloedsomloop in.

Hartkleppen:

Tussen de boezems en kamers en tussen de kamers en de slagaders zitten kleppen. De kleppen zorgen ervoor dat het bloed de goede kant opstroomt en niet terug kan stromen in het hart.