**Wereld 2 - Expeditie 1 – lesblok 1 Ademhaling en conditie**

**Infoblad: Ademhaling**



*Foto door Thinkstock op Freeimages.com*

Bekijk het eerste en derde filmpje van het Longfonds over hoe de longen werken:

<https://longkanker.slingeland.nl/de-longen-1>

Wat doen de longen?

De **longen** liggen in de ribbenkast. Via je mond of neus adem je lucht in. In deze lucht zit **zuurstof**. De lucht komt via de luchtpijp in je longen. In de longen vindt **gasuitwisseling** plaats:

* Zuurstof uit de ingeademde lucht komt via **longblaasjes** in je **bloed**. Het bloed brengt het zuurstof naar alle delen van je lichaam.
* Overal in je lichaam ontstaat **koolstofdioxide**. Dat is een afvalgas. Via het bloed komt koolstofdioxide langs de longblaasjes. Door de wand van de longblaasjes heen, komt het gas in de longen. Bij elke uitademing blaas je wat koolstofdioxide uit.

Wat doet ons lichaam met zuurstof?

De cellen in het lichaam hebben zuurstof nodig voor de **verbranding** van **voedingsstoffen**. Bij deze verbranding komt **energie** vrij. Door energie kan je lichaam leven.

= verbranding

voedingsstoffen + zuurstof **🡪** **energie** + koolstofdioxide + water