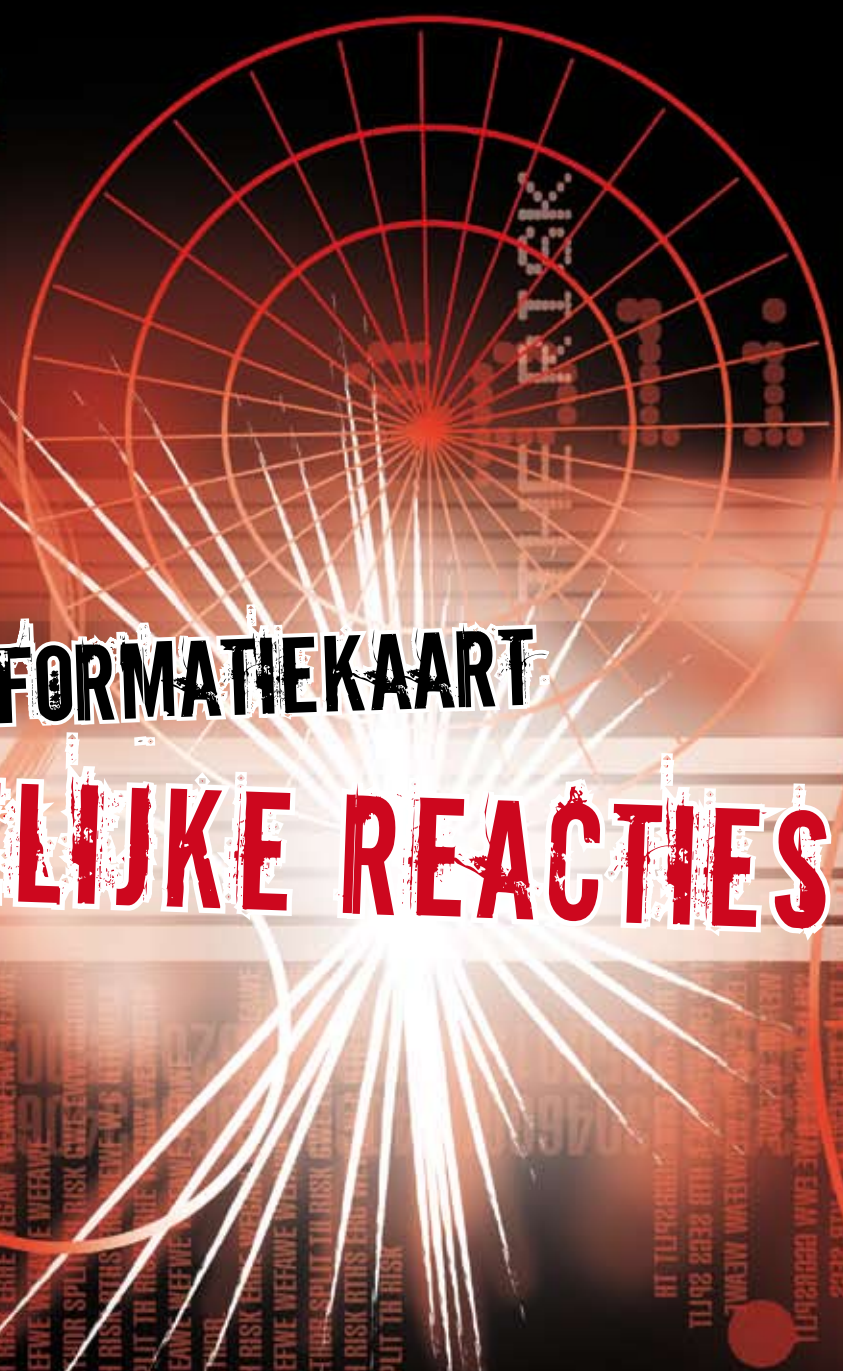


the risk



**INFORMATIEKAART**

# **LICHAMELIJKE REACTIES**

AT TH RISK GWE EWIF GGRSPIT  
K RTHS ERG MEWF MEGHTESEBS SPLIT  
RISK ERHE WEGAW WENWEFAN WEFANE  
EFWE WEFANE WEFANE  
THDR SPLIT TH RISK GWE EWIF GGRSPIT  
H RISK RTHS ERG MEWF MEGHTESEBS  
PLIT TH RISK ERHE WEGAW WENWEFAN  
WANE WEFANE WEFANE WEFANE  
THDR.  
RISK ERHE WEGAW WENWEFAN WEFANE  
EFWE WEFANE WEFANE  
THDR SPLIT TH RISK GWE EWIF GGRSPIT  
H RISK RTHS ERG MEWF MEGHTESEBS  
PLIT TH RISK  
PLIT TH RISK GWE EWIF GGRSPIT  
RISK RTHS ERG MEWF MEGHTESEBS SPLIT  
H RISK ERHE WEGAW WENWEFAN WEFANE  
EFWE WEFANE WEFANE  
THDR SPLIT TH RISK GWE EWIF GGRSPIT  
TH RISK ERHE WEGAW WENWEFAN WEFANE  
WEFANE WEFANE WEFANE  
RTHDR SPLIT TH RISK GWE EWIF GGRSPIT  
TH RISK RTHS ERG MEWF MEGHTESEBS  
PLIT TH RISK  
PLIT TH RISK

**SPLIT  
THE RISK**

**SINO**

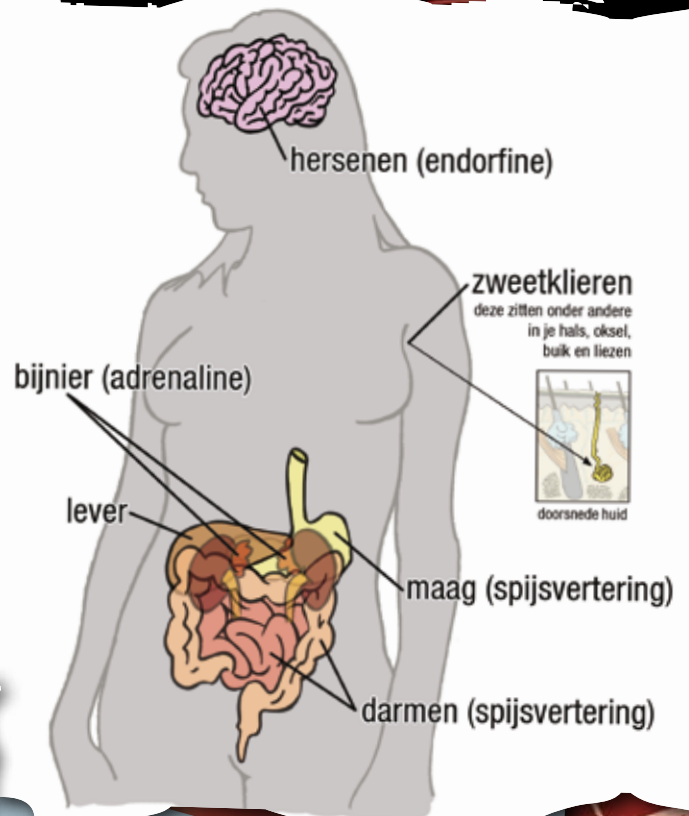
# INFORMATIEKAART

## LICHAMELIJKE REACTIES

Er gebeurt heel veel in je lichaam. Meestal zonder dat je daar iets voor hoeft te doen. Ook in een risicovolle situatie doet je lichaam veel automatisch. Er vinden dan allerlei processen in je lichaam plaats die je niet kunt beïnvloeden. Je kunt ze bijvoorbeeld niet stoppen. Je lichaam bereidt zich voor om tot actie over te gaan. In dit overzicht zie je wat er in je lichaam gebeurt wanneer je in gevaar bent.

**TIP**

Kom je een moeilijk woord tegen? Kijk op de **Begrippenlijst**.



Wat	Waar	Werking	Resultaat
Je lichaam maakt stresshormoon aan. Dat stresshormoon heet adrenaline.	Adrenaline wordt in je bijnieren gemaakt.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Je hartslag wordt sneller.</li> <li>- Luchtwegen worden ruimer.</li> <li>- Er komt meer glucose in je bloed.</li> </ul>	Je spieren kunnen harder werken en je reageert sneller.
Je lichaam maakt endorfine aan.	Endorfine wordt in je hersenen gemaakt.	Pijn vermindert.	Je lichaam maakt endorfine aan wanneer het zich op iets ergs voorbereidt, zoals een ongeluk. Als je bijvoorbeeld een bot breekt, voel je minder pijn door de endorfine.
Je leveractiviteit gaat omhoog.	Lever	Er komt meer suiker en meer cholesterol in je bloed.	Als er meer suiker en cholesterol in je bloedbaan komen, werken je spieren harder en beter.
Je maag- en darmactiviteit gaan naar beneden.	Spijsverteringstelsel	De spijsvertering gebruikt minder energie.	Er is meer energie over voor je spieren.
Je zweetklieren zijn actiever.	Je hele lichaam	Er wordt meer vocht aangemaakt en weer uitgezweet.	Als je je lichaam extra inspant wordt je lichaam warmer. Als je zweet geef je warmte af en blijft je lichaam op de juiste temperatuur.

**SPLIT THE RISK**