

ČST 5 - od 3.2. - 9.2.2021

Přepsat do sešitu!!!

Pohybová soustava - svaly

- pohybová soustava zajišťuje pomocí svalů pohyb jednotlivých částí těla
- lidské tělo má přibližně 600 svalů

Svaly dělíme do tří základních skupin:

1. **svaly příčně pruhované** - zajišťují pohyb těla (končetin, trupu, hlavy)
- ovládáme je vůlí
2. **hladké svaly** - mají na starost činnost vnitřních orgánů - střeva, jícen, žaludek, cévy, děloha...
- nemůžeme je ovládat vlastní vůlí
3. **srdeční svalovina - srdce** - umožňuje nepřetržitý pohyb krve v cévách
- srdce má své vlastní centrum - které vysílá povely k pravidelným stahům svalových buněk
- rychlost srdeční činnosti ovlivňují především tyto faktory: fyzická námaha a psychický stav (stres, strach, leknutí vzrušení atd.)

Nemoci svalů:

Atrofie – postupné ochabnutí svalů, úbytek až ztráta svalové hmoty. Nejčastěji je způsobená nedostatečnou pohybovou aktivitou, zraněním nebo nemocí nervů.

Obrna - porucha hybnosti (neovladatelnost) svalů, nejčastěji hovoříme o DMO (dětská mozková obrna). Tento stav může nastat během těhotenství, při porodu nebo prvních měsících života. Stav pacientů výrazně zlepšuje intenzivní rehabilitace.

Poranění svalů - např. způsobené úrazem nebo nepřiměřeným zatěžováním

Tetanus - svalové křeče

Proti obrně a tetanusu v dnešní době provádí očkování !!!

Učebnice str.42-43 - přečíst !!!

Nepovinný úkol: vyhledat na webu, kdo to byl Achilles a proč se říká "achillova pata"

Protože se epidemiologická situace bohužel nelepší, nabízím možnost společné konzultace po SKYPU (nepovinné). Kdo z vás má zájem se se mnou spojit, ať se mi ozve a nebo pošle SKYPE adresu - moje jméno na SKYPE: Jaroslava Šulcová

Přeji hodně zdraví a vydržte, bude líp !!!

J.Š: