

sys:// Hello world

Note and Model a

ปลายภาคเทอม 1

ระบบกระดูก

- กระดูกมีหน้าที่ด้ำจุน
- ปกปัจุงอวัยวะภายในจากุการกระทบกุระเทือน
- เป็นที่ยึดเกาะของกล้ามเนื้อและเนื้อเยื่อ
- กระดูกเป็นแหล่งสะสมแร่ธาตุให้ร่างกาย
- เช่นแคลเซียม ฟอสฟอร์ส
- กระดูกดอยสน์บสนุนการเคลื่อนไหวของร่างกาย

ระบบกระดูกและระบบกล้ามเพื่อจะทำงานสมพันธ์กัน

กระดูกประกอบด้วย กระดูก กระดูกข้อต่อ เอ็นเชื่อมกระดูก กระดูกอ่อน

กระดุกของเด็กมีจำนวนมากกว่าผู้ใหญ่ เด็ก > ผู้ใหญ่

เพราะ กระคุกของเด็กบางชั้นบังแบกส่วนกันแต่พอโตขึ้นกระคุกจะต่อเป็นชั้น เดียวกันจึงทำให้เด็กเล็กขีจำนวนกระคุกมากกว่าผู้ในญ่



ไขกระคุก (Bone marrow) ท่านน้ำที่ ผลิตเม็คเลือด ได้แก่ เม็ดเลือดแดง, เม็ดเลือดขาว เกร็คเลือด

การดูแลระบบกระดูก

- 1.ออกกำลังกายให้เหมาะสมกับวัยและสภาพความพร้อมของร่างกาย
- 2.ให้ร่างกายสังเคราะห์วิตามินดีจากแสงแดด
- จ.รับประทานอาหารที่มีโปรตีน เพื่อนำไปสร้างเนื้อกระดูก , แคลเซียม ทำให้กระดกแข็งแรง
- 4.วิตามินดี ชั่วยให้ร่างกายดูดซึมแคลเซียมมาใช้เสริมสร้างกระดูก

กระดูกจะหยุดการเจริญเต็บโต ช่วงอายุประมาณ 20 ปี

ประเภทกระดูก





ชนิดกระดูก กระดูกมี 4 ชนิด



กระดกยาว กระดุกแขน กระดูกขา กระดูก หน้าแข้ง กระดูหิวมือ กระดูกหิว เท้า กระดูกฝ่ามือ กระดูกฝ่าเท้า





กระดูกแบน กระดูกซี่โครง กระดูกกระโหลก ศัรษะ กระดูกละบัก กระดูก เชิงกราน (ถึงจังระบริชาณ์สถ้าจังแบบสำหรับแบน)



กระดูกกระเบนเหน็บ กระดูกขา กรรไกร กระดูกโดนลิน



โรคเก็าท์

เป็นภาวะความเจ็บป่วยที่มักสังเกตได้จากอาการไขข้ออักเสบกำเริบเฉียบพลันซ้ำ ๆ — มีอาการแดง ตั้ง แสบร้อน บวมที่ข้อต่อ

เกิดจาก - อายุ(อายุอัยเยอะยิ่งมีโอกาศเกิดสูง) - น้ำหนักคณิกันเกณฑ์ (ร่าภายรับน้ำหนักได้ไม่โพว) - หมุติภรระ (เยายองพันเก็น/ยกผิดทำ, น่างหลังต่อม , กล้ามเพื่อไม่แข็งแรง แล่นก็นำ ออกกำลังกายเกินต่ว)



ธาเขา ชาวา โรดเก๊าท์เกิดจากกรดยุริตนเลือดสูงติดต่อกันเป็นเวลานานจนเกิดเป็นผลิก สะสมอยู่ในข้อ ทำให้เกิดการอักเสบ ปวดบวมอย่างรุนแรง (∆ไม่ได้เกิด จากกินไก่เยอะ)

อาการปวด อักเสบ บวมแดง ตามข้อกระดูก ภาวะแทรกซ้อน เช่น นิ่วทางเดินปัสสาวะ เพศชาย เป็นมากกว่า เพศหญิง

รักษา (ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม)

- 🗡 หลีกเลี่ยงอานาร เช่น ผักผลไม้คอง เครื่องในสัตว์ อานารทะเล หน่อไม้
- กะบ Xเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ยอดผัก เช่น ชะอม สะเดา กะถิน ถั่วบางชนิด เต้าเจ็บว
- ×ัสตว์ปีก (ฟิวลีนสูง) แต่สามารถทานเนื้อไก่ อกไก่ น่องพอได้ ให้งด ส่วนปีก ข้อ เอ็นกระดูกของไก่/เป็ด

รักษา (ยา) - ไม่ออกสอบ

ยาโคลชิชิน (Colchicine) และยาต้านการอักเสบ (NSAIDs)

โรคข้อเสื่อม



งมองรอกกระดูกทับเส้งประสาท ทำให้ปวดหลัง ชาตามขาและพิ้วเท้า , กระดูกตั้งคอเสื้อม , กระดูกส์งงลัดค , กระดูกเข่าเสื่อม , สะโพกเอียง , เท้าเบงเออก

อาการ การสึกพรอที่มีวกระดูกอ่องพุ่นข้อข้อเข่า ข้อเท้า ข้อมือ ข้อสะโพก ข้อกระดูก ข้อมชั้น พมธรองกระดูก ทำให้เกิดการเจ็นป่วนเรื่องรัง

โรคข้อเสื้อม

โรคที่อวามขนานนั่นและรวลของกระดูกลดห้อยลงจนทำให้กระดูกเลื่อม เปราะบาง คิดรูป และมีโอกาสแคกทำได้ว่าย ในผู้ป่วยบางรายกระดูกษฐนมีผลให้ต่อนสุงลด ลง เนื่องจากมวลกระดูกผุกร้อน ผลจากโรคกระดูกษฐนดีอเพิ่มความเสียงต่อกระกิจกระดูกหัก เพื่องจากกระดูกสามารถรับน้ำหนัก แรงกระแทก หรือแรงกลได้ลดลง ผู้





ปัจจัยเสียงโรค กระดูกพรุน

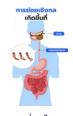
- ผู้ที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป น้ำชนกตัวกว่าเกณฑ์ ผู้ชนถึงรับชลังชอกประจำเดือน สูบบุชรี่ ดินเครื่องคืมที่มีแอลกอฮอล์ พันธุกรรม
- ดิ่นเครื่องดิ้มที่มีคาเฟอ็น เช่น กาแฟ ช่า น้ำอัคลม รับประทานอาหารที่มีใช่เดียมสูง รับประทานอาหารที่มีใช่คืน แคลเชียม จิกรนั้นดี ไม่เพียงพอ ใช้ยากลุ่มสเตียรอบค์คิดต่อกันเป็นเวลาหาน มีโรคประจำตัว เช่น โรคเบานาน โรคชื่อ โรครุมาคอยค์ ชาคกรออกกำลังกาย

ระบบยอยอาหาร

การย่อย แบ่งออกเป็น 2 แบบ



การย่อยเชิงเคมี



การย่อยเชิงกล ทำให้อาหารเล็กลง เช่น การบดเคี้ยวด้วยฝัน การ บีบรัดด้วยองหลอดอาหารให้ลงไปสู่กระเพาะอาหาะ หรือ การเคลื่อนไหวของกระเพาะและลำไล้

• ช่องปาก-ดอนอย-นลอดอานาร-กระเพาะอานาร-ลำไสเล็ก-ลำไส่ในญ่-ทวารนน์ก

อวัยวะที่ไม่อยู่ในทางผ่านของอาหาร แต่ช่วยในระบบย่อยอาหาร ได้แก่ ต์บ-ถุงน้ำดี-ต์บอ่อน

ลำไสเล็ก



- แบ่งเป็น 3 ส่วน 1.ลำไส่เล็กส่วนต้น ดูโอคิหุ้ม (Duodenum) 2.ลำไส่เล็กส่วนกลาง เจจุนม (Jejunum) 3.ลำไส่เล็กส่วนปลาย ไฎเลียม (Illeum)

ลำไส่เล็กเป็นอวัยวะที่ย่อยและดูดซึ่มสารอาหารมาุกที่สุด เอนไซม์จากตับอ่อนในการย่อย โปรตีน ไขมัน คาร์โบไฮเดรต



คอนอย - เป็นอวัยวะทางผ่านทั้งอานารและอากาศ

ในดอนอยมี ฝาปิดกล่องเสียง เมื่อกลีนอานาร ฝาปิดกล่อง เสียงจะปิด ไม่ให้อาหารตกเข้าไปในหลอดลม ไม่ทำให้

หลอดอาหาร

- เป็นอวัยวะทางผ่านของอาหารต่อจากช่องปากและคอหอย เป็นอวัยวะทางผ่านของอาหารต่อจากช่องปากและคอหอย หลอดอาหารเป็นทั้งกล้ามเนื้อลายและกล้ามเนื้อเรียบ



มีการบีบตัวแบบเพอริสตอลซิส (Peristalsis)

หน้าที่ = ผลิตน้ำดี เก็บไว้ที่ถงน้ำดี มีหน้าที่สำคัญในขบวนการ<u>เมตาบอลิซีม</u> (Metabolism) ของ<u>ร่างกาบ</u> เก็บพลังงานสำรอง (ไกลโคเจน) กรองสารพิษ ของเสียในเลือด ส์งเคราะพ์โปรตีนผลิตสอร์โบน

ตบออน

สร้างน้ำย่อยที่มีเอนไซม์หลายชนิด เพื่อทำหน้าที่ย่อย<u>คาร์โบไฮเดรด ไขม์น</u> และ<u>โปรดีน</u> และหลั่ง<u>ฮอร์โมพลิพซุลิพ (Insulin)</u> ดวบคุมระดับพ้ำตาลใพเลือดเข้าผู่เชลล์ร่า ฮอร์โมพกลุคากอพ (Glucagon) กระตุ้พให้ร่างกายสลายพลังงาพจากตับมาใช้



ทำหน้าที่เก็บสะสมน้ำดีจากตับ และจะหลั่งน้ำดีออกมาย่อยไขม์นบริเวณ

ลาเลเลก หากกินอาหารไขม์นสุงบ่อยมากๆ อาจทำให้เกิดน้ำดีขัน ตกตะกอน = นั่วในถุงน้ำดี (ต่องผ่าดัดถุงน้ำดืออก ซึ่งเมื่อผ่าออกแล้วจะทำให้ ย่อยอาหารที่มีใชย์นโดน้อยลง



กระเพาะอาหาร

เป็นอวัยวะที่เป็นจุดพักอาหาร มีการย่อยอาหารเชิงเคมี คือ

2. กรดไฮโดรดลอริก

3. เอนไซม์เปปซิน (pepsin) และเรนนิน (rennin) ซึ่งย่อย อาหารประเภทโปรตี้น และยังมีไลเปส (lipase) ซึ่งจะย่อย อาหารประเภทไขม้น

ลำไส้ใหญ่ ลำไส้ใหญ่แบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่



เออกมาคอไสดง เจ โคลอน (Colon) ลำไส่ในญ่ส่วนที่ยาวที่สุด มีนน้าที่ดูคซิม<u>น้ำ</u>และ m) เป็นจุดสุดท้ายในการพักกากอาหารเพื่อรอการขับถ่ายออกไปทางทวา

