

O b s a h:

Úvod	7
Lidský organismus	9
Tkáňový mok	10
Míza čili krevní lymfa	11
Výživa lidského těla	12
Biologické membrány	14
Elektrický membránový potenciál	15
Receptory biologických membrán	15
Biologické membrány a buněčná energie	16
Čidla čili receptory	16
Magie smyslů	18
Jak je zařízené lidské oko	18
Ochrana očí a obličeje	20
Zraková ostrost	21
Světelná pohoda	21
Bezpečnostní barvy na pracovišti	23
Vidění je chemický proces	24
Alkohol a zrak	26
Prostorová orientace	27
Vnímání pro sladké, hořké, kyselé a slané	28
Vnímání pro čich	29
Vnímání řeči a zvuků	29
Sluch. Osobní ochranné pomůcky sluchu	31
Hranice se zevním prostředím	32
Ochrana kůže	33
Zařízení pro přepravu živin	33
Červené krvinky	35
Jak žijí červené krvinky	35
Bílé krvinky	36
Krevní destičky	37
Krevní skupiny	37
Srdce — motor života	39
Výživa srdce	40
Infarkt	41
Stavba a funkce cév	43
Velký a malý krevní oběh	46
Jak došlo k objevu krevního oběhu	47
Krevní tlak	48
Historie objevu měření krevního tlaku	50
Tep	50
Zevní dýchání	51
Vnitřní dýchání	52
Vitální kapacita	53
Ochrana dýchadel	54
Spojené otěže dechu a krevního oběhu	54
Jak zpracováváme potravu	55
Žaludeční šťáva	57
Lidé bez žaludku	58
Žaludeční vrátný	59
Vstřebávání živin do krve	59

Hospodaření s vodou	60
Hormony	61
Proč jsme malí nebo velcí	62
Proč tloustneme a vliv štítné žlázy	62
Příštitná tělíska řídí hospodářství fosforem a vápníkem	63
Význam jódu v organismu	64
Hospodaření s cukrem ovládá hormon zvaný inzulin	64
Hormony ovlivňují oběh krve	65
Pohlavní hormony	66
Nerostné látky v těle	67
Jak se bráníme proti infekci	68
Práce je obranou života	69
Výkonná složka práce	72
Svalový tonus. Jak svaly pracují	73
Práce statická a dynamická	74
Energetická spotřeba při svalové práci	75
Poruchy zdraví z přetížení pohybového ústrojí	76
Ramenní kloub	78
Loketní kloub	79
Zápěstí	80
Prsty	81
Páteř	82
Hrudník a kost klíční	82
Pánev	82
Kyčelní kloub. Kolenní kloub	83
Bérec	84
Hlezenný kloub a noha	85
Příčina vzniku přetížení pohybového systému	86
Komputer v těle	88
Dědičné informace	89
Dědičná hmota pod elektronkovým mikroskopem	92
Přenos dědičné informace	94
Co je to dědičný kód a genetické inženýrství	96
Proměny dědičné hmoty vlivem zevního prostředí	98
Energie a hmota ve věčném koloběhu	99
Tělesná teplota	106
Mechanismus regulace tělesné teploty	106
Světelná energie	110
Atmosférický tlak	112
Hluk	115
Adaptace a aklimatizace. Příjem a zpracování informací	116
Pracovní proces a únava	117
Biologické hodiny	119
Odpověď organismu na změny prostředí	120
Práce a onemocnění pohybové soustavy	123
Onemocnění dýchací soustavy a zaměstnání	124
Práce a choroby krevního oběhu	128
Práce a onemocnění zažívacího ústrojí	128
Močopohlavní ústrojí a pracovní vlivy	129
Pracovní vlivy a krevní ústrojí	130
Člověk a zdraví	131
Tabulky	133