



Twój solidny szkielet

Niektóre zwierzęta, np. ślimaki i meduzy, mają miękkie ciała. Twoje ciało jest mocne i wytrzymałe, ponieważ masz kości.

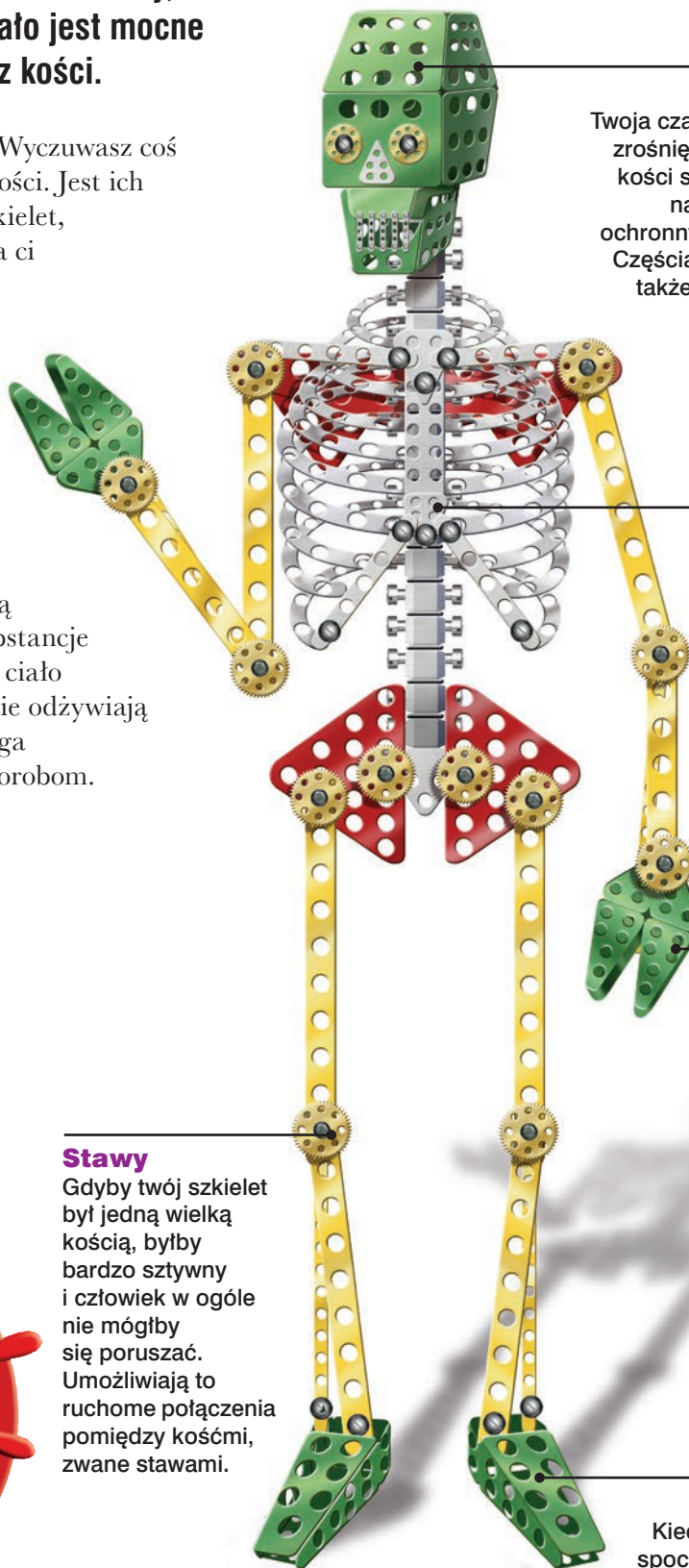
Dotknij kolana, czoła lub palców. Wyczuwasz coś twardego pod skórą? To właśnie kości. Jest ich całkiem sporo, a razem tworzą szkielet, który wraz z mięśniami umożliwia ci poruszanie się. Bez kości człowiek byłby jak ślimak lub meduza.

Ciężka praca kości

Kości chronią najważniejsze organy twojego ciała, takie jak serce, płuca czy wątroba. Pozbawione tego rusztowania narządy uległyby uszkodzeniu podczas upadku. Kości wytwarzają również krwinki i magazynują substancje odżywcze, które z kolei utrzymują ciało w dobrej kondycji. To kości wreszcie odżywiają układ odpornościowy, który pomaga zapobiegać wszelkim chorobom.

Tajemnice twojego ciała

Twoje kości łączą się przegubowo, co oznacza, że równocześnie może się poruszać wiele z nich – możesz więc biegać, skakać, jeździć na rowerze i pisać. Kości są bardzo mocne, ale nie aż tak, by nie można było ich złamać.



Czaszka

Twoja czaszka to kilka zrośniętych ze sobą kości stanowiących naturalny kask ochronny dla mózgu. Częścią czaszki jest także twoja twarz.

Kręgosłup

To szereg kości, dzięki którym możesz schylać się i wiercić na wszystkie strony. Kręgosłup biegnie wzdłuż ciała i łączy głowę z ramionami i nogami.

Ręka

Kości w ręce i nadgarstku pomagają pisać, rysować, ubierać się albo grać na pianinie. Nawet najbardziej zaawansowany robot nie potrafi tego wszystkiego.

Stawy

Gdyby twój szkielet był jedną wielką kością, byłby bardzo sztywny i człowiek w ogóle nie mógłby się poruszać. Umożliwiają to ruchome połączenia pomiędzy kośćmi, zwane stawami.

Stopa

Kiedy stoisz, cały ciężar ciała spoczywa na stopach. Są więc specjalnie tak zbudowane, by cię udźwignąć.



Rusztowanie dla ciała

W szkielecie osoby dorosłej znajduje się ponad 200 kości. Istnieją różne ich typy, a każdy z nich ma swoje specjalne zadanie.

Szkielet jest jak rama, która nadaje kształt ludzkiemu ciału. Mięśnie i inne tkanki miękkie są nałożone na niego. Zwierzęta, takie jak ryby, płazy, gady, ptaki i ssaki, także posiadają szkielety, w tym kręgosłup, dlatego wraz z człowiekiem nazywa się je kręgowcami.

Ruchoma rama

Wystarczy przyjrzeć się szkieletowi człowieka albo zwierzęcia w muzeum, by przekonać się, że kości mają różne kształty. Stanowią one doskonałą bazę dla mięśni (czyli tkanek, które poruszają częściami ciała i utrzymują je razem) oraz dla więzadeł (wytrzymałych tkanek łączących stawy i pomagających je podtrzymać). Twoje kości, mięśnie i więzadła współpracują, dzięki czemu możesz się poruszać. Twój szkielet chroni również ważne narządy, takie jak mózg, serce i płuca, a także powoduje, że krew jest zdrowa, gdyż wewnątrz kości produkowane są czerwone krwinki. Twoje kości produkują też sporo białych krwinek, które bronią organizm przed zarazkami.



Kość różnokształtna

Niektóre kości są tak dziwnego kształtu, że nie pasują do żadnej kategorii, więc nazywamy je różnokształtnymi. Kręgi (czyli kości w twoim kręgosłupie) oraz część kości twarzy są właśnie kośćmi różnokształtnymi.



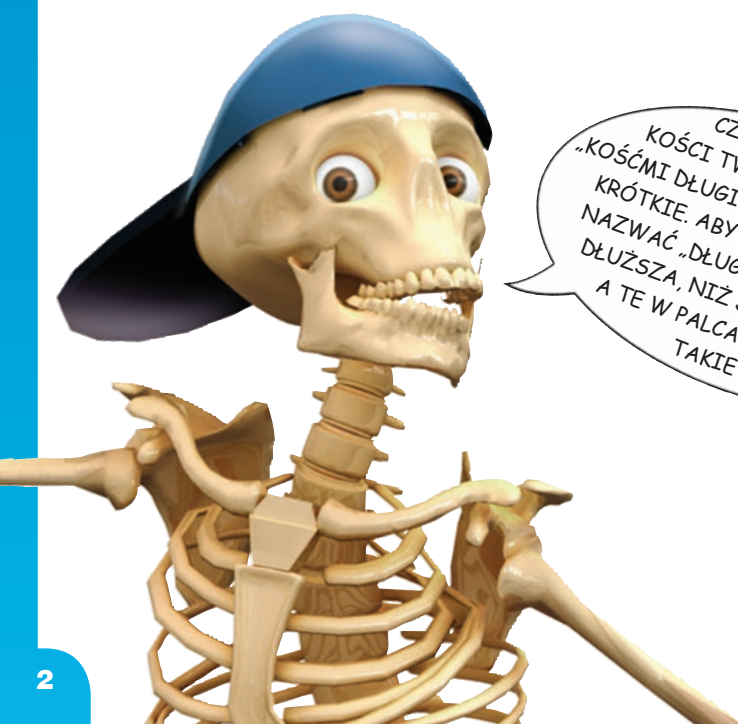
Kość długa

To przykład klasycznej kości – długi kształt z grubszymi końcami. Pewnie potrafisz odgadnąć, gdzie znajdziesz większość kości długich – tak, w rękach i nogach! Do kości długich zaliczamy: kość udową, piszczelową i strzałkową w nodze oraz kość ramienną, promieniową i łokciową w ręce.



Kość krótka

Kości krótkie są tak samo szerokie jak długie. Zwykle są bardzo małe. Można je znaleźć w nadgarstku (nazywamy je wtedy kośćmi nadgarstkowymi) oraz w stopie.



CZY WIESZ, ŻE...
KOŚCI TWOICH PALCÓW SĄ
„KOŚCI DŁUGIMI”, MIMO ŻE SĄ DOŚĆ
KRÓTKIE. ABY KOŚĆ MOŻNA BYŁO
NAZWAĆ „DŁUGĄ”, MUSI BYĆ ONA
DŁUŻSZA, NIŻ JEJ SZEROKOŚĆ.
A TE W PALCACH WŁAŚNIE
TAKIE SĄ.

Typy kości

Kości w twoim szkielecie mają różne kształty. Mogą być długie, krótkie, płaskie, trzeczczkowe (czyli drobne i okrągłe) lub różnokształtne.

Kość płaska

Kości płaskie chronią twoje delikatne narządy. Można je znaleźć w czaszce (gdzie chronią mózg), klatce piersiowej i mostku (osłaniają serce i płuca).

Trzeczczka

Ten rodzaj kości o trudnej do wymówienia nazwie znajduje się w ścięgnach (wytrzymałej tkance łączącej kości i mięśnie). Trzeczczki można znaleźć m.in. w dłoni, kolanie i stopie. Chronią ścięgna i poprawiają ich pracę.

Tajemnice twojego ciała

Szkielet dorosłego człowieka zawiera 206 kości.