

## VYLUČOVACIA SÚSTAVA

Všetky tkanivá v ľudskom tele neustále pracujú. Pri práci tkanív, ako pri väčšine prác, vzniká odpad. Odpadových látok, niekedy aj škodlivých, sa musí telo zbaviť.

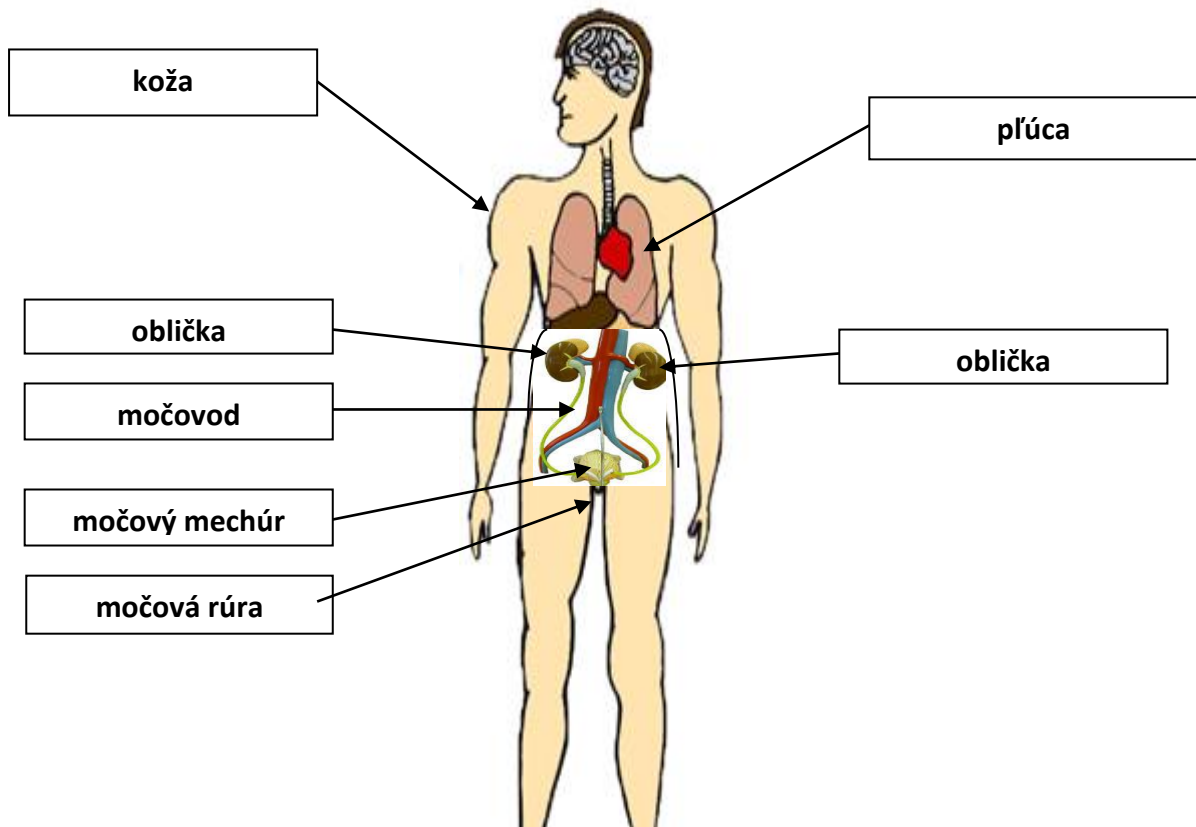
**Vylučovanie sa uskutočňuje:**

**dýchacou sústavou** pri dýchaní: cez **pľúca** sa vylučuje **oxid uhličitý a vodné pary**

**tráviacou sústavou** pri trávení: cez **konečník** vylučujú nestrávené zvyšky **stolicou**

**močovou sústavou**: cez **močovú rúru** sa vylučuje najviac škodlivín **močom**

**kožnou sústavou**: cez **kožu** sa odstráni voda a rozličné soli **potom**.

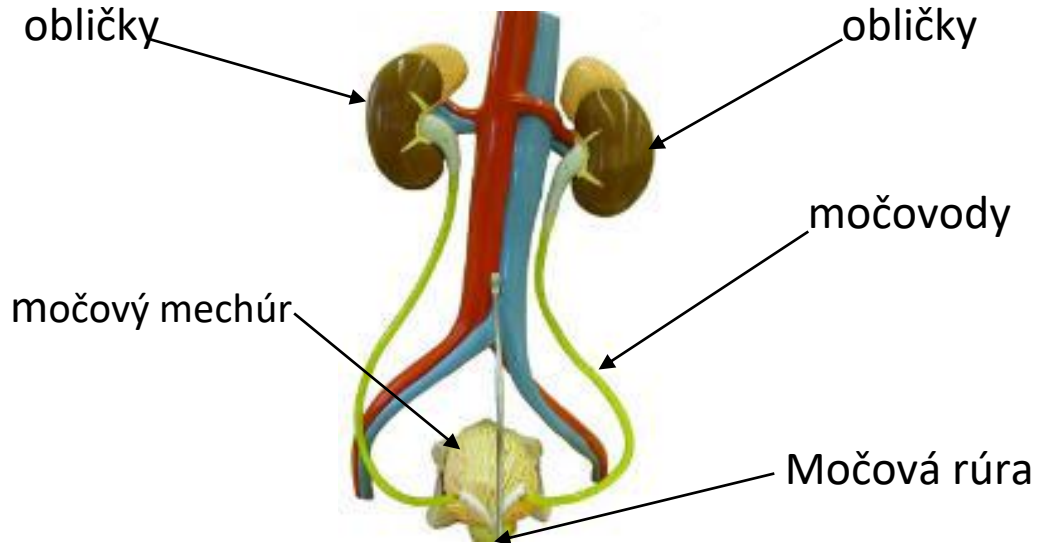


**1. Napíš, ktorými sústavami sa uskutočňuje vylučovanie:**

---

# MOČOVÁ SÚSTAVA

**Močovú sústavu tvoria: obličky, močovody, močový mechúr a močová rúra.**



Po oboch stranách driekovej časti chrbtice sú uložené **obličky**. Majú tvar fazule. Krv prechádza cez obličky. Zachytáva v nich všetky odpadové a škodlivé látky. Spolu s vodou vytvárajú moč, ktorý odchádza do **močovodov**. Sú to rúrky.

Močovody odvádzajú **moč** z **obličiek** do **močového mechúra**. Nahromadený moč sa dostáva cez **močovú rúru** z tela von.

**Odpovedz na otázky:**

**1. Čo tvorí močovú sústavu?**

---

**2. Čo sa vytvára v obličkách?**

---

## CHOROBY MOČOVÝCH ORGÁNOV

Močové orgány sú citlivé na chlad. Prechladnutie sa prejavuje bolesťou v driekovej časti tela a nepríjemným štipaním pri močení.

Močovej sústave neprospieva:

Alkohol

Drogová závislosť

Užívanie liekov

Nesprávna výživa

Nedostatočná hygiena

Prechladnutie

močových ciest

toto spôsobuje

Zápalové ochorenie  
močových orgánov

Zlyhanie obličiek

Tvorba kameňov

Pred chorobami močových orgánov sa uchránite, ak budete dodržiavať tieto zásady:

- Obliekajte a obúvajte sa podľa počasia.
- Všetky ochorenia si dôsledne vyliečte.
- Užívajte len lieky predpísané lekárom.
- Nejedzte presolené a prekorenené jedlá.
- Nepite alkohol, neužívajte drogy.
- Dodržiavajte základnú hygienu.
- Ruky si umývajte po každom použití WC.

Pri ľahších ochorenia močových ciest môžu pomôcť aj liečivé rastliny –

šípka,

trnka obyčajná

repík lekársky

praslička



Odpovedz na otázky:

1. Ktoré sústavy sa zúčastňujú na vylučovaní? \_\_\_\_\_

2. Akú úlohu majú obličky? \_\_\_\_\_