

KOŽA

ZGRADBA:

Zgornja plast- vrhnjica

Plast, v kateri se celice razmnožujejo in kjer nastajajo vedno nove celice-vrhnjice. Sestavlja jo sloj mrtvih celic/rožena plast in sloj živih celic ali zarodna plast. Vrhnjica gradi krovno tkivo.

Srednja plast-usnjica

Gradi mišično, vezivno, živčno in žlezno tkivo.

Spodnja plast-podkožje

Gradi maščobno, vezivno, živčno tkivo.

TVORBE:

Las

ščitna funkcija- ščiti pred vplivi in je toplotni izolator (pozimi, poleti)

Žleza lojnica

izločajo loj(maščoba)ki masti kožo da nerazpoka, da ne pride do infekcije, ohranja lase mehke in vsebuje snovi, ki prepričujejo delovanje bakterij.

Žleza znojnica-

pod nadzorom živčnega sistema ustvarjajo znoj, ki se izloča na površino epitela.

izloča znoj-termoregulacijska funkcija(temperturno uravnavanje:

- nižja T-krvne žilice se skrčijo- oddajajo manj toplote, koža se tudi naježi kot reakcija na mraz, dergetanje mišic-ustvari se toplota.
- višja T- krvne žilice se širijo, če to ne pomaga se znojimo-99% vode in 1% odpadne snovi(metabolizem)

izločalna funkcija-ker izloča strupen produkt metabolizma(1%)

ČUTNICE V KOŽI:

- za toploto
- za mraz
- za pritisk
- za tip
- za bolečino

FUNKCIJA KOŽE:

- 1.) zaščitna funkcija- glavna naloga kože je varovanje globlje ležečega tkiva in organizma v celoti saj je koža največji čutilni organ telesa. Ščiti pred zunanjimi dejavniki okolja- fizikalni(uv žarki, sprememba T in pritisk) – kemijski(kemijske snovi, baze, kisline) – mehanski(udarci). Tukaj ima ključno vlogo povrhnjica-rožena plast, ki je prepojena z keratinom(beljakovina- ki jo imamo v nohtu- postanejo mrtve celice)
- 2.) čutilna funkcija- v koži je veliko čutil. Koža je prvi organ s katerim komuniciramo z okoljem od katerega smo odvisni. Pomen je da nam da možnostda lahko reagiramonaspremembe dejavnikov okolja(tip, pritisk...)
- 3.) izločalna funkcija- znojenje je zdravo saj se izloči 99% vode in 1% metabolnih snovi.
- 4.) termoregulacijska funkcija- koža reagira na spremembe T. Če je temperatura nizka se skrčijo krvne žilice, da oddajajo manj toplote. Če nas zebe se nam naježi koža, mišice pa nam začnejo dergetati in tako proizvajajo toploto. Če je temperatura visoka pa se krvne žilice razširijo da oddajajo več toplote. Pri tem se začnemo znojiti kar je zdravo.
- 5.) vitamini- z zmernim sončenjem priskrbimo telesu vitamin D ki ga potrebujemo kot nalaganje mineralov v kosti da so trde(Mg,Na). Pretirano sončenje nam povroči kožnega raka

LASTNOSTI:

Koža je najdebelejša na peti- ker je najbolj obremenjena.

Koža je na sklepih nagubana da nas ne veže, saj ni raztegljiva.

Na prstih so opazni večji in manjši grebeni t.i gube usnjice za lažji, boljši oprijem.

Odtise prstnih grebenov(gub) imenujemo prsni odtis, ki se razlikujejo drug od drugega. Nihče nima enakega prstnega odtisa. Zakaj?- ko nastaja kožav embrionalnem razvoju se pri vsakem človeku zarodna plast drugače naguba.

Vsak dan odpade 10g celic kože in se v 1 mesecu celotno obnovi-kako?- z delitvjo celic zarodne plasti vrhnjice. Zarodne celice se delijo.

Ni priporočljivo pretirano umivanje s milom saj tako uničimo zaščitno kislo plast, ki ščiti pred bakterijami. Koža naj bi imela pH 5,5(kislo)

Koža reagira na sončenje in sicer tako, da pigmentne celice melanocite v zarodni plasti vrhnjici pod vplivom UV žarkov razmnožijo in tvori se več melanina(ki nas ščiti pred uv)

Ljudje ki so veliko na prostem(hribi) imajo bolj postarano kožo zaradi prevelikega izpostavljanja soncu in zaradi vetra- zunanji dejavnik-T.

Priporočljiva je nega s hidratnimi kremami, saj kožo navlažijo in povrnejo vodo.

Staranje kože upočasnimo s uporabo krem in skrivanju soncu.

Kožo je treba zaščititi pred soncem-UV žarki.

UVA- uničuje vezivno tkivo, ki veže h₂o – svetlobno staranje

UVB-opeklina, mutacije- spremeni se dna-rak