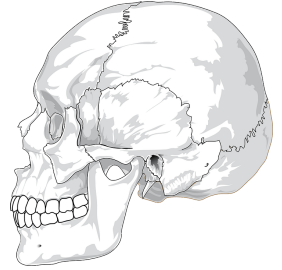


Ihmisen biologia

Luusto (s. 58-59)



1. Yleistä luustosta

D-vitamiinia ja kalsiumia tarvitaan luuston hyvinvointiin.

- a) Mistä saadaan D-vitamiinia?
- b) Mistä saadaan kalsiumia?

2. Luuston tehtävät . Pohdi ja selvitä.

- a) Miten kuuloaisti liittyy luihin?
- b) Miten veri liittyy luihin?
- c) Miten luusto liittyy ruuansulatukseen?

3. Luut liittyvät toisiin nivelillä. Testaa nivelten toimintaa ja pohdi.

- a) Liikuta käsivartta ylös alas. Miksi kyynärpään nivel on nimeltään sarananivel?
- b) Pyörittele olkapäätä. Miksi olkapään nivel on nimeltään pallonivel?

4. Tuki- ja liikuntaelintöiden sairaudet

Tuki- ja liikuntaelinten sairaudet ovat suomalaisten yleisin syy lääkärissä käyntiin ja eniten työstä poissaoloja aiheuttava sairausryhmä.

- a) Miksi nuorilla esiintyy usein niska- ja hartiasärkyä? Miten näitä voidaan ennaltaehkäistä?
- b) Mitä tarkoittaa osteoporoosi? Miten sitä voidaan ennaltaehkäistä?
- c) Mikä sairaus on artroosi? Miten sitä hoidetaan?