

Tartalom

Előszó	6	IV. Az életműködések szabályozása	107
I. A sejtek felépítése és működése	7	Teljesítménynövelő doppingszerek	
Oxigén – az éltető elem (Olvasmány)	8	(Olvasmány)	108
1. A sejtek szeretlen anyagai	10	22. A szabályozás alapjai	110
2. A sejtek szerves anyagai	13	23. Az idegrendszer működésének alapjai	113
3. A sejtanyagcsere jellegzetességei	19	24. Az idegrendszer felosztása	118
4. A sejtes szerveződés	22	25. A gerincvelő	120
5. A sejtek anyagforgalma	27	26. Az agyvelő	123
6. A lebontó folyamatok	31	27. A vegetatív szabályozás	129
7. A fotoszintézis	34	28. A mozgatóműködések szabályozása	133
Összefoglalás	36	29. Tanulás, értelem	136
II. A növények életműködései	39	30. A látás	139
Mozognak-e a növények (Olvasmány)	40	31. A hallás és az egyensúlyozás	144
8. A növények anyagforgalma	41	32. Kémiai érzékelés	148
9. A zárwatermő növények életciklusa	43	33. Bőr- és izomérzékelés	150
Összefoglalás	46	34. A hormonális szabályozás. Az agyalapi mirigy	152
III. Az ember létfenntartó működései	47	35. A pajzsmirigy és a mellékpajzsmirigy	156
Az emberi test megismerésének kezdetei		36. A mellékvese	159
(Olvasmány)	48	37. A hasnyálmirigy hormontermelése	162
10. A vér	50	Összefoglalás	166
11. A szív és az érhálózat	53	V. Új kezdetek: szaporodás, szexualitás	169
12. Az emésztőrendszer	59	Az anyák megmentője (Olvasmány)	170
13. A szervezet tápanyagigénye	65	38. A nemiség. A hím ivarszervek	171
14. Az egészséges táplálkozás	69	39. A női ivarszervek	174
15. A légzés	73	40. A várandósság és a szülés	177
16. A kiválasztás	79	41. A szexualitás	181
17. Az immunrendszer működése	82	42. Az ember posztembrionális fejlődése	184
18. Az immunrendszer és az egészség	86	Összefoglalás	188
19. A bőr	89	Függelék	189
20. Mozgásszervrendszerünk: a vázrendszer	95	Fogalomtár	190
21. Mozgásszervrendszerünk: az izomrendszer	100	Újraélesztési útmutató	199
Összefoglalás	104		