

Inhaltsverzeichnis

Dein Körper 6

Wo liegt was in deinem Körper? 8

Der Blutkreislauf 10

Das Blut 10

Das Herz 14

Die Atmung 16

Sauerstofftransport 16

Müllentsorgung 19

Bei Bedarf mehr Luft 19

Das Gehirn 20

Die Gehirnteile 20

Die Gehirnhälften 24

Das Nervensystem 26

Die Sinne 28

Das Auge 30

So sehen wir 31

Schutzmechanismen 32

Die Ohren 34

Lauter Luftwellen 34

Verschiedene Töne 36

Schutz und Sicherheit 37

Das Gleichgewicht 37

Die Nase 38

Die Nase als Atmungsorgan 39

Die Nase als Riechorgan 39

Mund und Rachen 40

Der Rachen 46

Mandeln 46

Polypen 47

Der Kehlkopf 47

Die Stimmbänder 47

Das Verdauungssystem 50

Im Mund gehts los 50

In der Speiseröhre 50

Knetgerät Magen 50

Durch den Dünndarm 52

Durch den Dickdarm 52

Blinddarm 53

Lagerhalle Leber 53

Gallenblase 53

Milz 53

Die Nieren 54

Kranke Nieren 54

Blasenentzündung 54

Bausteine unserer

Nahrung 56

Eiweiß 56

Fett 57

Kohlehydrate 57

Mineralstoffe 57

Vitamine 58

Die gesunde

Ernährung 59

Aktionstag 59

Cooler Drinks 60

Pausensnacks 61

Die Haut 62

Die Hautschichten 62
Verletzungen der Haut 64
Haare 65
Nägel 65

Das Skelett 66

Die Wirbelsäule 67
Die Knochen 68

Die Muskeln 70

Die Geschlechtsorgane 72

Die Geschlechtsorgane des
Mädchens 72
Die Geschlechtsorgane des Jungen 73
Pubertät 74
Jetzt ist alles anders 75

So entsteht ein Baby 76

Geschlechtsverkehr – Sex 76
Befruchtung 76
Einnistung in Gebärmutter 77
Ein neuer Mensch wächst heran 78
Die Geburt 79
Das Neugeborene 80

Wachstum und Altern 82

Die Körpergröße 82
Warum man älter wird 83
So entwickelt sich der Mensch 84

Die Vererbung 86

Die Gene 86

Das Abwehrsystem 88

Die Abwehrpolizei im Inneren
des Körpers 88

Hilfe von außen: Impfungen 89
Stärke dein Immunsystem 89

Die Psyche 90

Der Schlaf 92

Verschiedene Schlafstadien 92
Träume 92
Schlafen ist Medizin 93

Wenn der Körper krank wird 94

So wirst du schnell wieder gesund 95
Was tun bei Verletzungen? 97
So hilft der Arzt 97
Welcher Arzt macht was? 100
Alternative Heilmethoden 104

So bleibst du gesund 106

Die tägliche Körperpflege 106
Essen und Trinken 107
Erholung 107
Frische Luft und Bewegung 108

Gesellschaft und Gesundheit 112

Bin ich schön? 112
Drogen 114

Meilensteine der Medizin 116

Großes Körper-Quiz 120

Wichtige Begriffe 123

Über dieses Buch 125

Stichwortverzeichnis 126