

تهویه ششی

شش ها روی ماهیچه ی دیافراگم قرار گرفته اند و شش چپ به علت مجاورت با قلب از شش راست قدری کوچکتر است و از بیرون توسط بافت پیوندی احاطه شده اند.

پرده ی جنب :

هر یک از شش ها را پرده ی جنب احاطه می کند و شامل دو لایه ی داخلی و خارجی است.

لایه ی داخلی آن چسپیده به سطح بیرونی شش ها است.

لایخ ی بیرونی آن چسپیده به سطح درونی قفسه سینه است.

وجود مایع جنب بین دو لایه

دو ویژگی مهم شش ها:

۱- پیروی از حرکات قفسه ی سینه ، با انبساط قفسه ی سینه ، شش ها نیز منبسط می شوند و فشار هوای درون شش ها کاهش پیدا می کند، هوای بیرون به درون شش ها مکیده می شود..

۲- خاصیت کشسانی شش ها، موجب بازگشت شش ها به حالت اولیه ی خود می شود و بازدم اتفاق می افتد.

دم و بازدم:

دم فرآیندی فعال است و در نتیجه ی افزایش حجم قفسه ی سینه رخ می دهد.

دو عامل مهم در فرآیند دم:

انقباض ماهیچه ی دیافراگم که از حالت گنبدی شکل به حالت مسطح در می آید.

انقباض ماهیچه های بین دنده ای خارجی موجب حرکت دنده ها به سمت بالا و

حرکت جناغ به جلو می شود. در هر دو حالت حجم قفسه ی سینه افزایش پیدا

می کند.

در تنفس آرام و طبیعی، دیافراگم نقش اصلی در حرکات شش ها را دارد.

با به استراحت درآمدن ماهیچه ی دیافراگم و استراحت ماهیچه های بین دنده ای

خارجی و خاصیت کشسانی شش ها، حجم قفسه ی سینه و در نتیجه حجم

شش ها کاهش می یابد و هوای درون شش ها خارج می شود و بازدم رخ

می دهد.

اتفاقی که در دم عمیق می افتد:

انقباض ماهیچه ی دیافراگم

انقباض ماهیچه های بین دنده ای خارجی

انقباض ماهیچه های شکمی

موارد بالا به افزایش حجم قفسه ی سینه کمک می کنند.

اتفاقی که در بازدم عمیق می افتد:

انقباض ماهیچه های بین دنده ای داخلی

انقباض ماهیچه های شکمی

استراحت ماهیچه های بین دنده ای خارجی

استراحت ماهیچه ی دیافراگم

موارد بالا به کاهش حجم قفسه ی سینه کمک می کنند.

www.IranModares.com

برای مشاهده لیست مدرسین زیست در سایت [ایران مدرس](http://www.IranModares.com) بر روی عبارت [تدریس خصوصی زیست شناسی](http://www.IranModares.com) کلیک کنید