

Wie funktioniert die Verdauung?

Mund:

Im Mund wird die Nahrung zerkleinert und mit Speichel versetzt. Der Speichel kommt aus den Speicheldrüsen des Mundes und spaltet Stärke in Zucker, der dann im Magen und Dünndarm aufgenommen werden kann.

Speiseröhre:

Die im Mund zerkleinerte Nahrung wird durch die Speiseröhre in den Magen transportiert. Der Transport in der Speiseröhre erfolgt durch rhythmische Anspannung der Muskulatur der Speiseröhre.

Magen:

Der Magen ist das Sammelgefäss für die Nahrung. Hier bleibt sie 1-3 Stunden liegen und wird durch die Muskulatur des Magens noch weiter zerkleinert. Im Magen wird Säure und Pepsin zugefügt, was vor allem zur Verdauung von Eiweissen führt. Die Nahrung wird in kleinen Portionen aus dem Magen in den Zwölffingerdarm (Duodenum) entleert.

Zwölffingerdarm:

Im Zwölffingerdarm wird Saft von der Leber und der Bauchspeicheldrüse hinzugefügt. Diese Säfte neutralisieren die Magensäure und enthalten Fermente und Zusätze, die der Verdauung und Aufnahme von Eiweissen, Kohlenhydraten und Fetten dienen.

Bauchspeicheldrüse:

Die Bauchspeicheldrüse mündet in den Zwölffingerdarm. Sie produziert den Pankreassaft, der zur Verdauung von Eiweissen, Kohlehydraten und Fetten notwendig ist. Ausserdem setzt sie das Insulin zur Regulation des Blutzuckers frei.

Leber:

Die Leber dient zur Entgiftung des Blutes. Von der Leber wird auch der Gallensaft gebildet, der über feine Gänge zuerst in die Gallenblase und dann in den Zwölffingerdarm fliesst. Der Gallensaft enthält einerseits Abbauprodukte, die im Stuhl ausgeschieden werden. Andererseits sind Teile des Gallensafts zur Fettverdauung nötig.

Dünndarm:

Im Dünndarm erfolgt die Aufnahme der Nahrungsbestandteile (Zucker, Eiweisse, Fette, Vitamine, Spurenelemente). Dazu wird die Nahrung mit grossen Mengen an Wasser versetzt.

Dickdarm:

Im Dickdarm (Kolon) wird dem fast flüssigen Nahrungssaft das Wasser entzogen und die Nahrungsreste dadurch eingedickt. Nahrungsbestandteile werden im Dickdarm nicht mehr resorbiert.

Verdauungstrakt

