

શરીર વિજ્ઞાન

- આપનું શરીર કાર્બન,હાઈડ્રોજન ,ઓક્સીજન ,નાઈટ્રોજન , ફોસ્ફરસ ,કેલ્શિયમ અને લોખંડનું બનેલું છે .આપના શરીર માં લોખંડ નું પ્રમાણ ઘણું જ ઓછું છે
- આપણા શરીર માં ૬૦ થી ૬૫ % પાણી છે
- પાચન ,શ્વસન,રુધિરાભિસરણ ,ઉત્સર્ગ અને પ્રજનન એ પાંચ આપના શરીર ની મુખ્ય ક્રિયાઓ છે
- આપણા શરીર માં બધી નસોની લંબાઈ ૯૬,૫૪૦ કિમી જેટલી થાય
- આપણા શરીર નો મૂળભૂત એકમ કોષ છે
- આપણા શરીર માં કુલ ૨૧૩ હાડકા છે
- આપણા શરીરનું સરેરાશ ઉષ્ણતાપમાન ૩૭ ડીગ્રી સેલ્સિયસ જેટલું હોય છે
- આપણા શરીરમાં શ્વાસોચ્છવાસની ક્રિયા દર મીનીટે ૧૬ થી ૧૮ વખત થાય છે
- આપણા શરીર માં ૯૦૦૦ જેટલી સ્વાદકલીકાઓ છે .
- આપણા શરીરમાં એક ચોરસ ઈંચે ૧૦,૦૦૦ કેશવાહિનીઓ છે .
- આપણા શરીરમાં લોહીનું પ્રમાણ ૭ % છે .લગભગ ૧૨ શેર લોહી હોય છે
- આપણા શરીરમાં ૪૦૦ થી ૫૦૦ સ્નાયુઓ છે
- શરીરનો સૌથી મોટો અવયવ યકૃત છે .
- પુખ્ત માણસના મગજનું વજન ૧૪૦૦ ગ્રામ જેટલું હોય છે
- માણસની મહાકાયતા અને વામનતા પીચ્યુટરી ગ્રંથીને આભારી છે
- માણસના શરીરના તાપમાનનું નિયંત્રણ હાઈપોથેલેમસ ગ્રંથી કરે છે
- પ્રજનન માટે પુરુષમાં ટેસ્ટોસ્ટેરોન અને સ્ત્રીઓમાં ઇસ્ટ્રોજન હોય છે

શરીર ના તંત્રો :

1. પાચનતંત્ર
2. ભ્રમણતંત્ર
3. શ્વસનતંત્ર
4. ઉત્સર્ગતંત્ર
5. સ્નાયુતંત્ર
6. પ્રજનનતંત્ર
7. ગ્રંથિતંત્ર
8. ચેતાતંત્ર
9. કંકાલતંત્ર

આપના ખોરાક ના મુખ્ય ઘટકો :

તત્વો	કાર્યો	શેમાંથી મળે
કાર્બોહાઇડ્રેટ	શરીર ને શક્તિ અને ગરમી આપે છે .આહાર નો મુખ્ય ઘટક અને શક્તિ નો મુખ્ય સ્ત્રોત છે .	અનાજ .બટાકા. ખાંડ.શેરડી,કેળા .ગાજર .મધ .શક્કરીયા
ચરબી	કોષ ને માંસપેશીઓના રચનામાં ચરબી અગત્યનો ભાગ ભજવે છે .વિટામીન A .D.B.એને K ના અભીશોષણ માટે જરૂરી છે	ઘી .તેલ.દૂધ .માખણ.ઈંડા .મગફળી
પ્રોટીન	શરીરની માંસપેશીઓના સર્જન અને વૃદ્ધિ માટે ,ઉત્સેચકો અને અંતઃસ્રાવોના બંધારણ માટે પ્રોટીન જરૂરી છે .	કઠોળ .દૂધ,દહીં.પનીર .માંસ.માછલી .ઈંડા
પાણી	શરીરમાં થતી જૈવ-રસાયણિક ક્રિયાઓ માટે પાણી જરૂરી છે	-----
ખનીજ દ્રવ્યો	શરીરને ઘસારો પૂરો પડે છે અને હાડકા મજબુત બનાવે છે .	ધન્ય ,કઠોળ.દૂધ.સુકા મેવા .તેલીબિયાં,લીલા શાકભાજી
વિટામીન	શરીરમાં થતી જૈવ – રસાયણિક ક્રિયાઓ માટે ,શરીરની વૃદ્ધિ અને તંદુરસ્તી માટે અને કોષોની ક્રિયાશીલતા માટે વિટામીન જરૂરી છે	દૂધ. માખણ .શાકભાજી .ઈંડા .માંસ

સુક્ષ્માંણુંથી થતા રોગો :

સુક્ષ્માંણું	થતા રોગો
વાઈરસ	પીળો તાવ , હડકવા , શીતળા , ઓરી , અછબડા , શરદી , ફલુ ,પોલિયો ,કન્જેટિવાઈટિસ.
બેક્ટેરિયા	કોલેરા ,મરડો ,ટી.બી , ન્યુમોનિયા ,ગોનોરિયા ,રક્તપિત્ત ,પ્લેગ , ડિપ્થેરિયા ,સિફિલિસ
ફૂગ	દરાજ ,ખરજવું
પ્રજીવ	મલેરિયા ,અમીબિક , મરડો ,અનિદ્રા
કૃમિ	વાળો , હાથીપગો , અને અન્નમાર્ગના રોગ

શરીરના અંગો સાથે સંકળાયેલ રોગો :

રોગ	કયા અંગને અસર કરે છે
આર્થરાઈટિસ	પગના સાંધા
અસ્થમા	ફેફસાં
કેટરેટ	આંખ
કન્જેટીવાઈટિસ	આંખ
ડિપ્થેરિયા	ગળું
ગ્લુકોમા	આંખ
ગોષ્ટર	ગળું
ટીટેનસ	માંસપેશીઓ
કમળો	ચક્રુત
મેનેન્જાઈટિસ	મગજ
પોલિયો	નસ
ન્યુમોનિયા	ફેફસાં
પાયોરિયા	દાંત
ટી.બી	ફેફસાં
ટાઈફોઈડ	આંતરડા
મેલેરિયા	કરોડરજ્જુ
લ્યુકેમિયા	લોહી
થેલેસેમિયા	લોહીના રક્તકણો
સિફિલિસ	જનનાંગો
પ્લેગ	ફેફસાં, લાલ રક્તકણો
હરપીસ	ચામડી
ટ્રેકોમાં	આંખ
ફ્લુ	શ્વસનતંત્ર

ચેપી રોગો અને બિનચેપી રોગો ::

પ્રકાર	રોગો
ચેપી રોગો :	વાઈરસ, બેક્ટેરિયા , પ્રજીવો . ફૂગ અને કૃમીઓ થી થતા રોગો ચેપી છે . ચેપી રોગો માટે જવાબદાર સજીવોને રોગજન્ય થતા સજીવો કહે છે . ચેપી રોગો નો ફેલાવો કરતા સજીવોને રોગવાહક સજીવો કહે છે . ચેપી રોગો હવા, પાણી , તેમજ ખોરાક મારફતે પણ ફેલાય છે .
બિનચેપી રોગો :	અનુવાંશિક રોગ , માનસિક રોગ , ત્રુટીજન્ય રોગ, યથાપચયની કે અંતઃસ્ત્રાવોની ખામીથી થતા રોગ અને હાનિકારક પ્રદાથોથી થતા રોગો એ બિનચેપી રોગો છે
અનુવાંશિક રોગો :	હિમોફિલિયા , રંગઅંધતા, આલ્બિનિઝમ.
માનસિક રોગો :	ફેફસું , હતાશા , દ્રીમુખી વ્યક્તિત્વ .
ત્રુટીજન્ય રોગો(આહાર પોષણની ખામીથી થતા રોગો):	કવોશિયોરકોર, મરાસ્મસ , રતાંધળાપણું , પાંડુરોગ , સ્કર્વી , બેરીબેરી સુક્તાન .
યથાપચય કે અંતઃસ્ત્રાવોની ખામીથી થતા રોગો :	ગોષ્ટર, ડાયાબિટીસ, કંપવા નપુંસકતા .
હાનિકારક પ્રદાથોથી થતા રોગો :	એલર્જી, સિલિકોસિસ, એસ્બેસ્ટોસીસ , ન્યુમોકોનિયોસિસ, લ્યુકેમિયા
એલર્જી :	કેટલાક ચોક્કસ ખાધ કે અન્ય પ્રદાથો પ્રત્યે અસાધારણ સંવેદનશીલતાને પરિણામે ઉદભવતી શારીરિક , માનસિક કે દેહધાર્મિક તકલીફ કે રોગને એલર્જી કહે છે
જાતીય સમાગમથી થતા રોગો :	એઇડ્સ , ગોનોરિયા , સિફિલિસ

અવકાશી પ્રદાર્થો

સૌથી મોટો ગ્રહ	ગુરુ
સૌથી નાનો ગ્રહ	બુધ
સૌથી તેજસ્વી ગ્રહ	શુક્ર
સૂર્યથી સૌથી દુરનો ગ્રહ	પ્લુટો
સૂર્યથી નજીકનો ગ્રહ	બુધ
લાલ રંગનો ગ્રહ	મંગળ
સૌથી ઠંડો ગ્રહ	પ્લુટો
સૌથી ગરમ ગ્રહ	બુધ
પૃથ્વીથી સૌથી નજીકનો તારો	સૂર્ય
સવારના તારા તરીકે ઓળખાતો ગ્રહ	શુક્ર
પૂછડિયા તારા તરીકે ઓળખાતો ગ્રહ	ધૂમકેતુ
પૃથ્વીથી નજીકના બે ગ્રહો	શુક્ર અને મંગળ
સૂર્ય અને પૃથ્વી વચ્ચે આવેલા ગ્રહો	બુધ અને શુક્ર
આકાશમંડળમાં સૌથી ચળકતો તારો	વ્યાધ
શનિના ગ્રહની આસપાસ ના વલયો	ચાર
નારી આંખે જોઈ શકાય તેવા ગ્રહો	મંગળ,બુધ,ગુરુ,શુક્ર ,શનિ
જે ગ્રહ પર જીવન છે તે	પૃથ્વી
પૃથ્વીનો ઉપગ્રહ	ચંદ્ર
અવિચળ તારો	ધ્રુવ
સપ્તર્ષિ તારાજૂથના સાત તારાઓના નામ	મરીચિ,વરિષ્ઠ ,અંગિરસ,અત્રિ, પુલરત્ય,પુલહ,કતુ
સૌથી વધારે પરીક્રમ સમય ધરાવતો ગ્રહ	પ્લુટો
સૌથી ઓછો પરીક્રમ સમય ધરાવતો ગ્રહ	બુધ