

ЕЛЕНА УЛЬЕВА

НАРИСОВАЛА
НАТАЛИЯ ПЕРЕВЕЗЕНЦЕВА

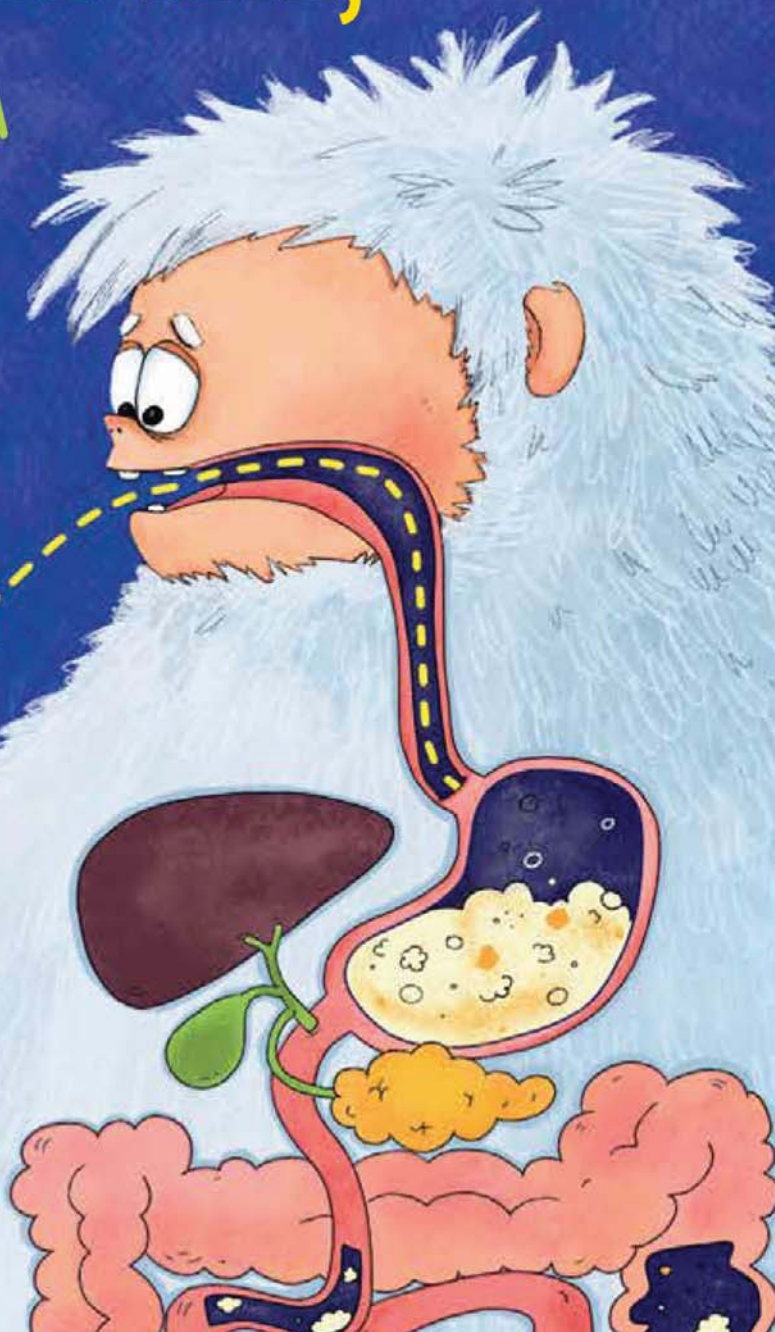
СЕКРЕТЫ ПИЩЕВАРЕНИЯ,

ИЛИ КУДА ПРОПАЛ
АППЕТИТ?



БУДЕМ
ИЗУЧАТЬ
ПРОБЛЕМУ
ИЗНУТРИ.
ВПЕРЁД.
РЕБЯТА!

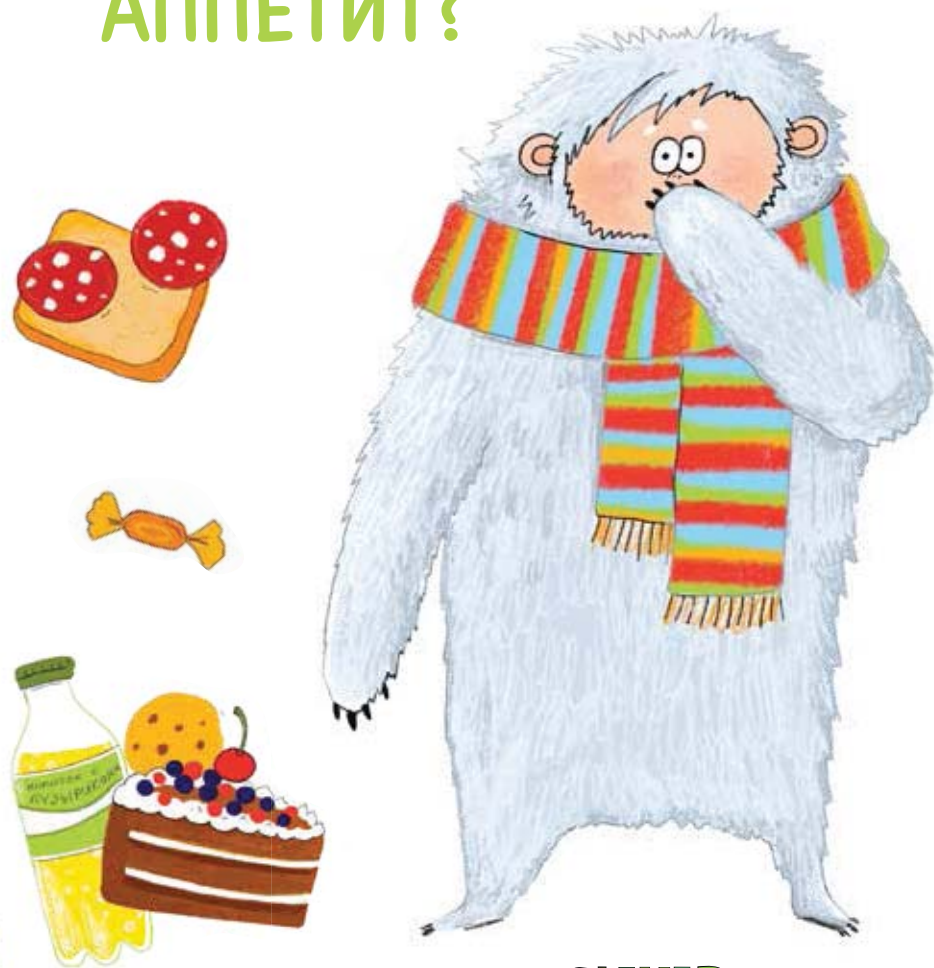
CLEVER
•ИЗДАТЕЛЬСТВО•



ЕЛЕНА УЛЬЕВА

СЕКРЕТЫ ПИЩЕВАРЕНИЯ,

ИЛИ КУДА ПРОПАЛ
АППЕТИТ?



НАРИСОВАЛА
НАТАЛИЯ
ПЕРЕВЕЗЕНЦЕВА

CLEVER
издательство



ДОРОГИЕ ВЗРОСЛЫЕ — МАМЫ, ПАПЫ, БАБУШКИ И ДЕДУШКИ!

Каждый знает, что правильное питание — это основа здоровья. «Мы — то, что мы едим», — говорили древние мудрецы. То, как себя чувствует и как выглядит человек, во многом зависит от его питания. Но здоровые привычки не появляются сами по себе. Ребёнку надо объяснить, почему важно питаться правильно. И не заставлять его есть кашу и овощи, а рассказать, какие

процессы происходят в организме человека, когда он ест, как работают органы пищеварения, от чего зависит наше здоровье, что необходимо человеку для роста и хорошего самочувствия, а что, наоборот, вредит. Когда нужно есть, как и в каком объёме, чтобы избежать переизбытка или недостатка тех или иных веществ в организме? Это жизненно важные знания. А получит их ребёнок с помощью этой полезной и интересной книги — увлекательной энциклопедии в сказках.

У снежного человека, одного из персонажей книги, тоже возникли проблемы с пищеварением. Но любознательные и внимательные ребята вместе с профессором Таблеткиным отправились внутрь его тела в волшебной капсуле, всё исследовали и исправили. Нашли причину его проблем. Теперь снежный человек совсем здоров. Его пищеварительная система работает как часы. И он знает, что надо делать для этого — какие продукты есть и когда, как соблюдать гигиену, как вести себя во время еды и многое-многое другое.

Привычки здорового питания формируются в детстве и сопровождают человека всю жизнь. Следовать им так же естественно, как чистить зубы перед сном. Правильное питание поможет избежать многих болезней, связанных с пищеварением.

Подарите своему ребёнку здоровье! Научите его правильно питаться и откройте ему все секреты пищеварения!

Ваш автор Елена Ульева

ЧТО СЛУЧИЛОСЬ?



Что случилось с Ваней и Таней в один, казалось бы, непримечательный день?.. Как мы едим, это каждый знает. А вот как узнать, что происходит с пищей внутри нас? Какие органы работают, чтобы мы были сытыми, чтобы росли сильными и здоровыми? Задача не из лёгких. Но, будьте уверены, если Ваня и Таня взялись за дело, то обязательно справятся. Почему? Да потому что эти ребята только на первый взгляд кажутся обычными. А на самом деле они

особенные! Ведь именно их профессор Таблеткин выбрал себе в помощники. И вот почему.

Ваня — необычайно умный мальчик. Он мечтает стать учёным, как профессор Таблеткин, и изобрести лекарство, которое лечит все-все болезни. Вот такая у него мечта!

А Таня — очень добрая девочка. Ей так нравится ухаживать за животными профессора, что она согласна ходить к нему каждый день. Но сегодня у ребят выходной.

Почему же Ваня вдруг стал настойчиво звать Таню к профессору Таблеткину? Загадка.

— Таня, немедленно собирайся! — зашептал Ваня ей в самое ухо, когда она складывала учебники в портфель. — Нас срочно вызывает профессор. Хватит копать, бегом!

— Что случилось-то? — заволновалась Таня. — Кролики заболели?



— Да какие кролики! Йети — снежный человек!

— Его же не существует...

— Как видишь, существует. Но если мы не поспешим, то может случиться непоправимое...

— Но почему именно мы? — растерялась Таня. — Я никогда не лечила снежных людей.

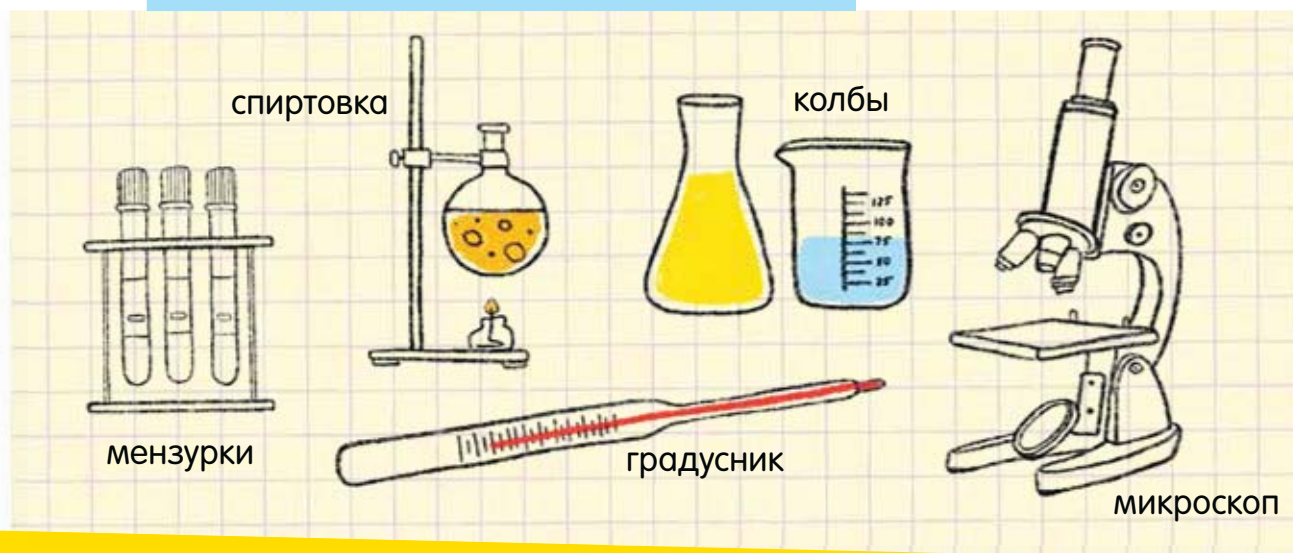
— А кто их лечил? Никто! Но раз профессор сказал, что мы можем ему помочь, значит, поможем. Мы должны сделать всё, что в наших силах.

КАК РАБОТАЮТ УЧЁНЫЕ?

Лекарства и любые лечебные средства появляются не сами по себе. Чтобы их получить, тысячи учёных проводят научные исследования и эксперименты. Наблюдают за больными, ставят опыты, проводят микробиологические исследования, чтобы найти лекарства, которые смогут победить недуг.

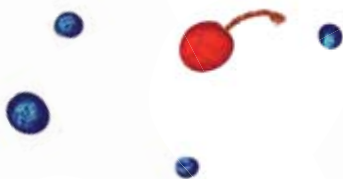


ОБОРУДОВАНИЕ УЧЁНЫХ

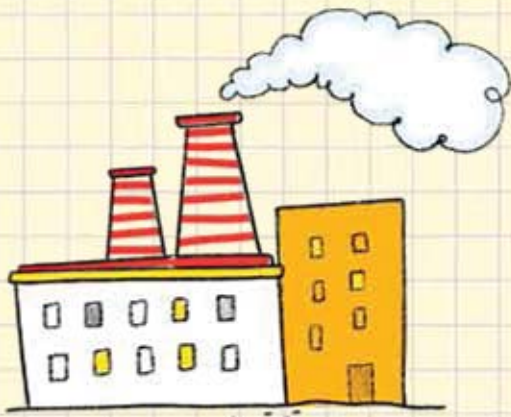


Чтобы открыть новое лекарственное средство, надо многому учиться, много знать и упорно трудиться. У учёных есть множество приборов-помощников: микроскопы, пробирки, мензурки, термометры и другое оборудование. Без них тоже не обойтись в работе.

ОТ АВТОРА	2
ЧТО СЛУЧИЛОСЬ?	4
ЧТО ПРОПАЛО У СНЕЖНОГО ЧЕЛОВЕКА?	9
ДЛЯ ЧЕГО НУЖНЫ ЗУБЫ?	12
ЧТО ДЕЛАЮТ СЛЮННЫЕ ЖЕЛЕЗЫ?	19
КАК РАБОТАЕТ ЯЗЫК?	22
ЧТО ПРОИСХОДИТ В ПИЩЕВОДЕ?	27
ПОЧЕМУ МОЖНО ПОДАВИТЬСЯ?	28
КАК РАБОТАЕТ ЖЕЛУДОК?	30
ОТКУДА БЕРУТСЯ ФЕРМЕНТЫ?	37
ДЛЯ ЧЕГО НУЖНЫ ЖИРЫ?	40
КАК ИЗБЕЖАТЬ ОЖИРЕНИЯ?	44
КАКОЙ ЖИР ПЛОХОЙ, А КАКОЙ ХОРОШИЙ?	47
КАК ОРГАНИЗМ ПОЛУЧАЕТ УГЛЕВОДЫ?	50
КАК РАБОТАЕТ КИШЕЧНИК?	55
ДЛЯ ЧЕГО НУЖНА ПОДЖЕЛУДОЧНАЯ ЖЕЛЕЗА?	61



КАК РАБОТАЕТ ТОНКАЯ КИШКА?	65
ГДЕ ДОСТАТЬ БЕЛКИ?	69
КАКИЕ ВЕЩЕСТВА ОПАСНЫ ДЛЯ ОРГАНИЗМА?	70
ДЛЯ ЧЕГО НУЖНЫ ВИТАМИНЫ?	73
В ЧЁМ ПОЛЬЗА МИНЕРАЛОВ?	76
ВИТАМИНЫ И МИНЕРАЛЫ	78
КАК ПИТАТЬСЯ ПРАВИЛЬНО?	80
ПОЧЕМУ НАДО ЕСТЬ ВОВРЕМЯ?	83
В ЧЁМ ВРЕД ФАСТФУДА?	86
ДЛЯ ЧЕГО НУЖЕН АППЕНДИКС?	89
КАК РАБОТАЕТ ТОЛСТЫЙ КИШЕЧНИК?	93
КАКИЕ БОЛЕЗНИ УГРОЖАЮТ ОРГАНАМ ПИЩЕВАРЕНИЯ?	96
КАКИЕ ИНФЕКЦИИ УГРОЖАЮТ ОРГАНИЗМУ?	100
КАК СОБЛЮДАТЬ ГИГИЕНУ?	102
ЭПИЛОГ	104
ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА	106



Ходит человек, живёт.
А внутри него — завод!
Кормит, поит век от века,
Помогает человеку!



Вот попала пища в рот —
Заработал наш завод.
Месит, варит, измельчает.
В кашу пищу превращает.

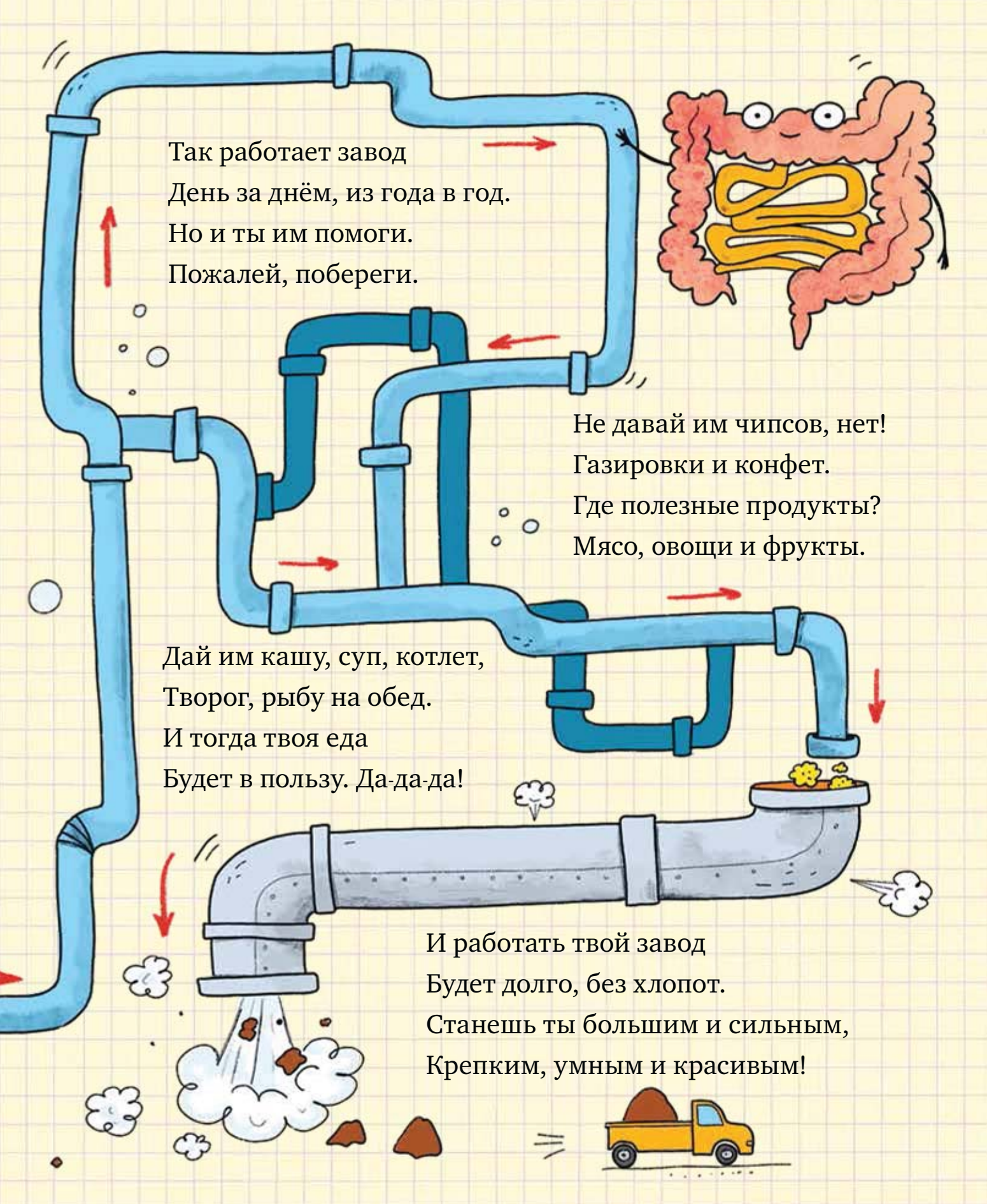


Наш конвейер не стоит,
По трубе еда спешит.
Глотка, печень, пищевод
Не сбавляют пищи ход.



И желудок не ленился,
И кишечник потруился.
Сколько органов старались,
Чтобы сытыми мы стали!





Так работает завод
День за днём, из года в год.
Но и ты им помоги.
Пожалей, побереги.

Не давай им чипсов, нет!
Газировки и конфет.
Где полезные продукты?
Мясо, овощи и фрукты.

Дай им кашу, суп, котлет,
Творог, рыбу на обед.
И тогда твоя еда
Будет в пользу. Да-да-да!

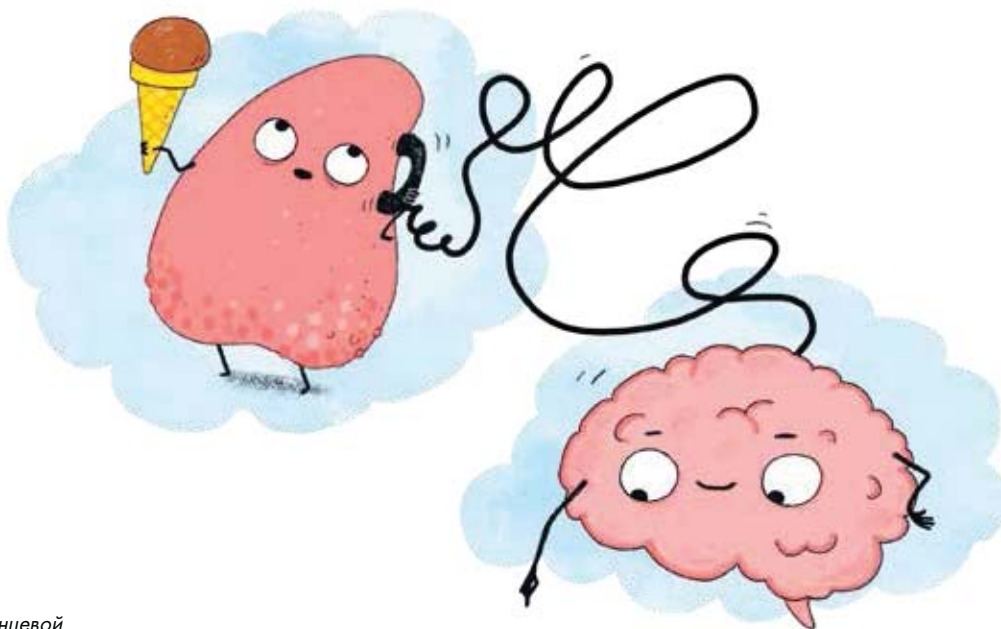
И работать твой завод
Будет долго, без хлопот.
Станешь ты большим и сильным,
Крепким, умным и красивым!

* Покупайте книги в нашем интернет-магазине: www.clever-media.ru

📍 ПРИХОДИТЕ В НАШИ ФИРМЕННЫЕ РОЗНИЧНЫЕ МАГАЗИНЫ

Наш главный магазин — ТЦ «ЦДМ» на Лубянке,
Москва, Театральный проезд, 5, стр. 1, 3-й этаж

Адреса всех магазинов — на нашем сайте: www.clever-media.ru/shops/



УДК 087
ББК 26
У51

Издание для досуга
Для чтения взрослыми детям

Иллюстрации Наталии Перевезенцевой

Ульева, Елена

У51 Секреты пищеварения, или Куда пропал аппетит? / Е. Ульева. — Москва: Клевер-Медиа-Групп, 2022. — 112 с.: ил. — (Удивительные энциклопедии)

ISBN 978-5-00154-738-9

© Ульева Е. А., 2022
© ООО «Клевер-Медиа-Групп», 2022

Издательство CLEVER

Генеральный директор Александр Альперович
Главный редактор Елена Измайлова
Арт-директор Лилу Рами
Дизайнер Маша Страус
Руководитель редакционной группы
«Образование и развитие»
Марина Потапенкова
Вёрстка Михаила Новосельцева
Корректоры Вера Евстигнеева,
Арзу Эсенова

Тираж 3000 экз.
Дата изготовления: 01.2022.
Формат 84x108/16. Усл. печ. л. 15,26.
Подписано в печать 13.10.2021.

Покупайте книги в нашем интернет-магазине:
www.clever-media.ru

Приходите в наши фирменные розничные
магазины: www.clever-media.ru/shops/

📘 facebook.com/cleverbook.org

📺 vk.com/clever_media_group

📧 @cleverbook

Книги — наш хлёбъ
Наша миссия: «Мы создаём мир идей для
счастья взрослых и детей»

Товар соответствует требованиям
ТР ТС 007/2011 «О безопасности продукции,
предназначенной для детей и подростков».

Издатель, уполномоченное лицо по принятию
претензий к изготовителю от потребителей по
качеству продукции:

ООО «Клевер-Медиа-Групп»

Адрес: 115054, г. Москва, 3-й Монетчиковский
переулок, д. 16, стр. 1, мансардный этаж.

Электронный адрес для контакта:
hello@clever-media.ru

Страна происхождения:
Российская Федерация

В соответствии с ФЗ № 436 от 29.12.10
маркируется знаком 6+