

ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΠΕΨΕΩΣ

Το πεπτικό σύστημα αποτελείται από όργανα και από αδένες . Το σύνολο των οργάνων ονομάζεται **γαστρεντερικός σωλήνας**. Ο γαστρεντερικός σωλήνας αρχίζει από το στόμα και καταλήγει στον πρωκτό. Χωρίζεται σε διάφορα μέρη:

1. Τη στοματική κοιλότητα,
2. Το φάρυγγα,
3. Τον οισοφάγο
4. Το στομάχι,
5. Το λεπτό έντερο και
6. Το παχύ έντερο.

Οι αδένες του πεπτικού συστήματος συμβάλλουν στη λειτουργία της πέψης και διακρίνονται σε μικρούς και μεγάλους. Οι μικροί αδένες βρίσκονται στο τοίχωμα του γαστρεντερικού σωλήνα. Οι μεγάλοι αδένες, δηλαδή οι παρωτίδες, οι υπογνάθιοι, οι υπογλώσσιοι, το ήπαρ (συκώτι) και το πάγκρεας εκβάλλουν με τους εκφορητικούς τους πόρους στον αυλό του γαστρεντερικού σωλήνα.

ΠΩΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ ΤΟ ΠΕΠΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ

Η μάσηση

Οι μασητήριοι μύες, οι γνάθοι (άνω και κάτω), τα δόντια, η γλώσσα, τα χείλη και οι παρειές (μάγουλα) εκτελούν συνδυασμένες εκούσιες κινήσεις (με τη θέλησή μας) αλλά και αντανακλαστικές, με τις οποίες γίνεται η μάσηση. Η τροφή τοποθετείται μεταξύ των δοντιών, τεμαχίζεται και με τη βοήθεια του σάλιου σχηματίζεται ομοιογενής μάζα, ο βλωμός (μπουκιά).

Η κατάποση

Είναι η λειτουργία κατά την οποία ο βλωμός μεταφέρεται από το στόμα στο στομάχι μέσω του φάρυγγα και του οισοφάγου. Η λειτουργία της κατάποσης γίνεται σε τρεις φάσεις: τηστοματική, τη φαρυγγική και την οισοφαγική. Απ' αυτές μόνο η πρώτη ελέγχεται από τη θέλησή μας.

■ **Στοματική φάση.** Στη φάση αυτή κλείνει το στόμα και η γλώσσα σηκώνεται και συμπιέζεται πάνω στη σκληρή υπερώα. Με τον τρόπο αυτό γίνεται μετακίνηση του βλωμού προς τα πίσω δηλαδή προς τον φάρυγγα.

■ **Φαρυγγική φάση.** Στη φάση αυτή κλείνει η αναπνευστική οδός. Συγκεκριμένα ανεβαίνει προς τα πάνω και εμπρός ο λάρυγγας και η επιγλωττίδα φράσσει το στόμιό του. Με τον τρόπο αυτό ο βλωμός μετακινείται προς τον οισοφάγο.

■ **Οισοφαγική φάση.** Στη φάση αυτή και με τη βοήθεια των περισταλτικών κινήσεων ο βλωμός μετακινείται προς τα κάτω και φτάνει στο στομάχι.

Η γαστρική κινητικότητα

Στο στομάχι παρουσιάζονται δύο είδη κυμάτων. Τα κύματα μίξης και τα περισταλτικά κύματα. Τα κύματα μίξης παρουσιάζονται μόλις γεμίσει το στομάχι. Σκοπός τους είναι η ανάμειξη της τροφής με τα γαστρικά υγρά. Τα περισταλτικά κύματα προκαλούν τη μετακίνηση του γαστρικού περιεχομένου και την κένωση (άδειασμα) του στομάχου. Η γαστρική κένωση εξαρτάται από τη λειτουργία του πυλωρικού σφιγκτήρα. Οι υγρές τροφές εγκαταλείπουν το στομάχι γρήγορα, ενώ οι στερεές με πιο αργό ρυθμό.

Η γαστρική έκκριση

Φυσιολογικά το στομάχι παράγει καθημερινά περίπου 2 - 3 λίτρα γαστρικού υγρού, ενώ σε παθολογικές καταστάσεις μπορεί να φτάσει μέχρι και 8 λίτρα. Τα κύρια συστατικά υγρά του γαστρικού υγρού είναι: Το νερό, οι ηλεκτρολύτες (ιόντα H⁺, Cl⁻, Na⁺, K⁺) τα οποία δημιουργούν στο στομάχι ένα πολύ όξινο περιβάλλον, η πepsίνη (πρόκειται για ένζυμο που διασπά τις πρωτεΐνες), η γαστρική αμυλάση και λιπάση (είναι ένζυμα, τα οποία χρησιμεύουν για την πέψη των υδατανθράκων και των λιπών αντίστοιχα) και βλέννα (εκκρίνεται από τους βλεννώδεις αδένες του στομάχου και προστατεύει το τοίχωμα του στομάχου από την αυτοπεψία).

Η κινητικότητα του λεπτού εντέρου

Το λεπτό έντερο είναι σωλήνας, ο οποίος χρησιμεύει για την πέψη της τροφής και κυρίως για την απορρόφηση των τελικών προϊόντων της πέψης. Η λειτουργία του λεπτού εντέρου γίνεται με

κινήσεις μίξης, όπου αναμιγνύεται το περιεχόμενο με τις εκκρίσεις του λεπτού εντέρου, τη χολή και το παγκρεατικό υγρό και με κινήσεις προώθησης, όπου μεταφέρεται το εντερικό περιεχόμενο προς το παχύ έντερο μετά την απορρόφηση των θρεπτικών ουσιών από το βλεννογόνο του λεπτού εντέρου.

Η κινητικότητα του παχέος εντέρου

Το παχύ έντερο δέχεται το περιεχόμενο του λεπτού εντέρου και έχει σαν κύρια λειτουργία την απορρόφηση νερού και ηλεκτρολυτών καθώς και το σχηματισμό κοπράνων. Έχει περιορισμένη κινητικότητα και εκτελεί κινήσεις μίξης και προώθησης. Όταν το ορθό, δηλαδή το τελικό τμήμα του παχέος εντέρου γεμίσει με κόπρανα, τότε εκλύονται περισταλτικά κύματα και δημιουργούν το αίσθημα της αφόδευσης. Η αφόδευση είναι μια αντανακλαστική λειτουργία του οργανισμού που μπορεί όμως να εμποδιστεί ή να διευκολυνθεί από τη θέλησή μας. Το 75% του βάρους των κοπράνων αποτελείται από νερό, ενώ το υπόλοιπο 25% είναι βακτήρια, ανόργανες ουσίες, φυτικές ίνες και λιπίδια.