

Gaz czy hamulec?

Układ współczulny i przywspółczulny

1 Dwie części jednego układu

Autonomiczny układ nerwowy dzieli się na część współczulną i przywspółczulną.

2 Układ współczulny

Mobilizacja w stresie
„Walcz albo uciekaj!”



● Rozszerza źrenice.



● Przyspiesza pracę serca.



● Zwiększa wentylację płuc – oddychamy szybciej.



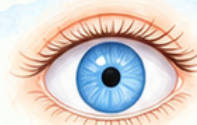
● Podnosi ciśnienie krwi.



● Przyspiesza przemianę materii – organizm szybciej uwalnia energię.

3 Układ przywspółczulny

Odpoczynek i regeneracja
„Odpoczywaj i traw!”



● Zwęża źrenice.



● Spowalnia pracę serca.



● Zwolnienie pracy serca może sprzyjać obniżeniu ciśnienia krwi.



● Wspiera trawienie.

Pamiętaj!

„Gaz i hamulec” to porównanie.
Część przywspółczulna pobudza trawienie,
choć zwalnia serce.