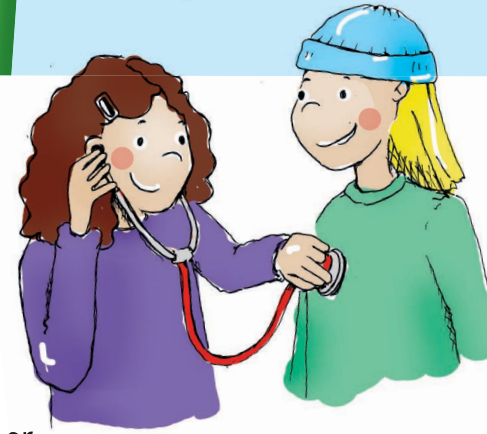




Das Herz. Motor deines Körpers



Dein Herz ist ein Organ und eine unglaubliche Pumpe. Es schlägt Tag und Nacht und pumpt das Blut durch deinen Körper. Das Blut kann so Nährstoffe und Sauerstoff in alle Organe und jede Zelle deines Körpers transportieren.

- ➔ Die Bewegung des Blutes durch den Körper nennt man Blutkreislauf. Es dauert ungefähr eine Minute, bis das Blut einmal durch den gesamten Körper läuft.
- ➔ Dein Herz erledigt seinen Job automatisch. Wenn dein Körper zum Beispiel mehr Sauerstoff braucht, weil du gerade auf dem Schulhof fangen spielst, fängt es an, selbstständig schneller zu schlagen. Dann fließt dein Blut noch rascher durch deinen Körper und der Sauerstoff kommt sogleich zu deinen Muskeln.
- ➔ Das Herz liegt im linken Brustkorb. Wenn du dein Ohr auf die Brust eines anderen legst, kannst du dessen Herzschlag hören. Noch besser klappt das mit einem Stethoskop.

Ein Kind hat ungefähr 3 Liter Blut im Körper, ein Erwachsener hat ungefähr 6 Liter.

Du kannst dein Herz unterstützen, wenn du dich gut ernährst und dich viel bewegst. Ganz wichtig für ein gesundes Herz ist auch, gar nicht erst mit dem Rauchen zu beginnen. Das schadet dem Herz und den Blutgefäßen nämlich besonders.

Das Herz ist ein Muskel und beim Menschen so groß wie seine Faust.

So geht's:
Du brauchst eine Uhr.
Lege deinen Zeige- und Mittelfinger der linken Hand auf die Innenseite deines rechten Handgelenks, unterhalb des Daumens.
Drücke leicht auf die Haut:
Was du nun fühlst, ist dein Puls.
Schau 60 Sekunden auf die Uhr und zähle, wie oft dein Herz schlägt.

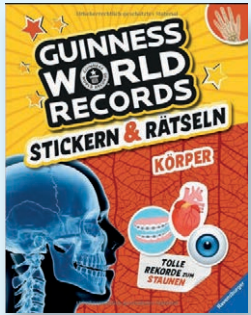
Du kannst deinen Herzschlag fühlen und messen.

Das Herz eines Kindes schlägt ungefähr 90-mal in einer Minute.



Buchtipp:

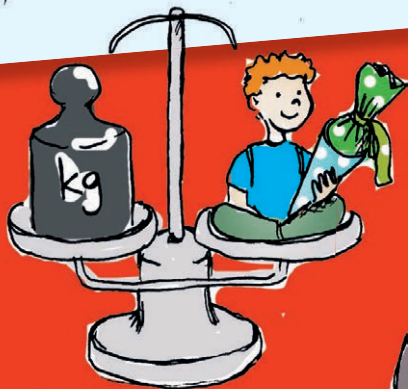
Kennst du schon ...



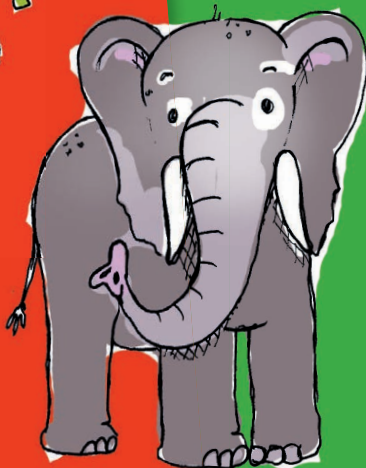
Ravensburger Verlag
Autoren:
Martine Richter
und Eddi Adler
7,99 Euro

Guinness World Records Sticker und Rätsel: Körper

In dem Heft findest du jede Menge Rätsel und verrückte Rekorde rund um den menschlichen Körper und seine Superkräfte.
Du findest dort Antworten zum Beispiel auf folgende Fragen:
Welcher unserer Knochen ist am längsten? Oder wie lang können Haare werden?



Das Herz eines Elefanten ist etwa so schwer wie ein Grundschulkind (bis 27 Kg).



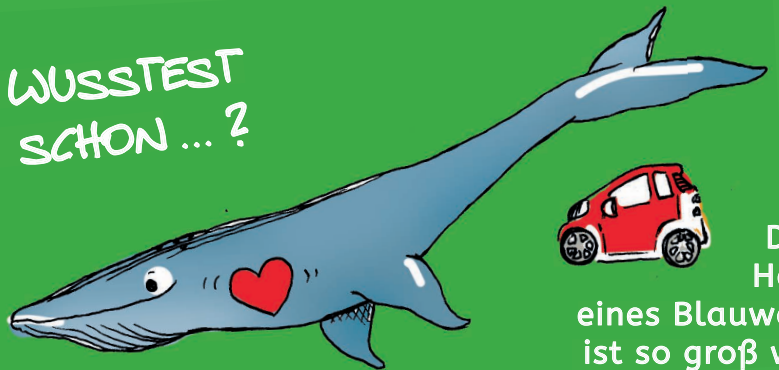
Scho geno!

Begriffe rund ums Herz: Kannst du sie finden?

Blutkreislauf * Puls * Herzschlag * Organ * Muskel * Adern * Pumpe * Brustkorb * Stethoskop

Q S A Y C B P O B D Z T E G E F R P O X C S Z R D S
 F R B M P R I D U S E I J H F G V B N E T T E E U M
 D Z R L Z X S I O P S V X Q N B U F N M Z E V E A U
 T S U S U L E K S U M D M H D E N U S B T T U D A D
 G E X U Z T D E O D D A K S U B V P F F S H E K D Z
 X D U O W A K E R N D F O E R R T F D H D O C L D O
 L I X H O H T R D E D O D G P U L S D Z N S R D S E
 P A D E C P U D E T Z S A P T S G H K D P K I T Z K
 O T D U D B D U D I H D R U Z T N E O I E O F E P T
 I E B N R E D A R I S L U Z D K H D R N K P Z H Z F
 S D B D I V S A R I B L U T D O L D G F K D T H B F
 B I X X P L T C D E X O A M H R P S A Z D V R M R E
 L I B H O H E R U S C D L U G B N Z N X P V B D S S
 O T H E R Z S C H L A G R U F N N E O I E S F E P T
 R S S E I D R B T R E D I E D T F E R N S E H E R D
 Z E D D D S D P X S P E G H F T U D H P U M P E S Z

WUSSTEST DU SCHON ... ?



Das Herz eines Blauwals ist so groß wie ein kleines Auto (1,5 m).



Bei der Etruskerspitzmaus (einem der kleinsten Säugetiere) kann das Herz bis zu 1.500-mal pro Minute schlagen.



Q S A Y C B P O B D Z T E G E F R P O X C S Z R D S
F R B M P R I D U S E I J H F G V B N E T T E E U M
D Z R L Z X S I O P S V X Q N B U F N M Z E V E A U
T S U S U L E K S U M D M H D E N U S B T T U D A D
G E X U Z T D E O D D A K S U B V P F F S H E K D Z
X D U O W A K E R N D F O E R R T F D H D O C L D O
L I X H O H T R D E D O D G P U L S D Z N S R D S E
P A D E C P U D E T Z S A P T S G H K D P K I T Z K
O T D U D B D U D I H D R U Z T N E O I E O F E P T
I E B N R E D A R I S L U Z D K H D R N K P Z H Z F
S D B D I V S A R I B L U T D O L D G F K D T H B F
B I X X P L T C D E X O A M H R P S A Z D V R M R E
L I B H O H E R U S C D L U G B N Z N X P V B D S S
O T H E R Z S C H L A G R U F N N E O I E S F E P T
R S S E I D R B T R E D I E D T F E R N S E H E R D
Z E D D D S D P X S P E G H F T U D H P U M P E S Z