

**** الأنبوب الهضمي ****: الفم، المرئ، المعدة، المعى الدقيق، المعى الغليظ، المستقيم.

**** الغدد الملحقة ****: الغدة اللعابية، الغدة المعدية، الغدة المعوية، الكبد و البنكرياس.

3/ طبقا لقوله صلى الله عليه وسلم : نحن قوم لا نأكل حتى نجوع وإذا أكلنا فلا نشبع، وجب علينا التحلي بالقواعد الغذائية الصحية الآتية من أجل المحافظة على سلامة وظائفنا الحيوية المختلفة:

- أن يكون الراتب الغذائي كاملا، متنوعا، نظيفا خاليا من الجراثيم.

- ممارسة النشاط الرياضي بصفة دورية.

- المحافظة و الإعتناء بصحة الأسنان.

- المتابعة الطبية المستمرة.

education-onec-dz.blogspot.com