

Verdauungssystem

1. Wie erfolgt die Verdauung?
2. Wie ist das Verdauungssystem aufgebaut?
3. Wie viele Därme gibt es?
4. Welchen Weg nimmt die Nahrung durch den Körper?
5. Wie lange dauert die Verdauung? IIII
6. Wie lange ist der Darm?
7. Wie lang ist der Dickdarm?
8. Wie lang kann der Dünndarm werden?
9. Warum ist der Bauch so dick, wenn man gerade gegessen hat?
10. Welches ist das wichtigste Verdauungsorgan?
11. Warum knurrt der Magen?
12. Wie groß ist der Magen?
13. Ist die Verdauung bei jedem Menschen gleich?
14. Kann sich der Magen vergrößern oder verkleinern?
15. Was ermöglicht die Aufnahme der Nährstoffe?
16. Wo fängt die Verdauung an? II
17. Wofür sind die einzelnen Verdauungsorgane zuständig?
18. Wieso ist der Blinddarm nicht lebensnotwendig?
19. Was passiert bei der Verdauung?
20. Was passiert im Magen, wenn man isst?
21. Wie kommt Luft in den Magen?
22. Hat Rülpsen etwas mit Verdauung zu tun?

Nährstoffe

23. Wie heißen die wichtigsten Nährstoffe, die der Körper benötigt?
24. Welche Stoffe sind erforderlich für eine optimale Ernährung?
25. Welche Nahrung ist besonders nahrhaft?
26. Woraus besteht gesunde Ernährung?
27. Was muss man essen, um gesund zu leben?
28. Leben wir durch eine gesunde Ernährung länger?
29. Welche Nährstoffe sind gut für den Körper?
30. Was benötigt der Körper außer Nahrung?
31. Wie viel Ballaststoffe, Proteine und Vitamine sind pro Tag notwendig?
32. Welche Proteine sind wichtig?
33. Wofür braucht der Körper Proteine?
34. Was bedeutet essenziell?
35. Was sind die Grundbausteine von Proteinen?
36. Was wird am besten verdaut?
37. Ist Nahrungsmittelergänzung (Powerriegel, Proteinshakes,...) sinnvoll?
38. Was passiert, wenn der Körper Eisenmangel hat?
39. Was passiert, wenn man schlechte Nahrung zu sich nimmt (abgelaufen und auch niedere Qualität)?
40. Was sind Fette?
41. In was werden Nährstoffe unterteilt?
42. Gibt es Stoffe, die nicht verdaut werden können?
43. Leben Vegetarier gesünder?

Energieversorgung und Wachstum

44. Was hat die Verdauung mit dem Fettwert des Menschen zu tun?
45. Muss man auf Kalorien achten?
46. Kann der Körper trotz guter Ernährung zunehmen?
47. Wie viel Mahlzeiten soll man pro Tag essen?
48. Wie viele Tage kommt man ohne Nahrung aus?

Krankheiten, Fehlernährung, Sport, ...

49. Welche Auswirkung hat Bulimie auf die Verdauung?
50. In wie weit verändert Bulimie den Menschen?
51. Helfen Magnesiumtabletten vor Krämpfen?
52. Was bewirken sportliche Aktivitäten?
53. Was schadet unserem Magen?
54. Was schadet unserem Darm?
55. Wann ist der beste Zeitpunkt, um etwas zu essen?
56. Warum hat man manchmal Durchfall?
57. Wieso hat man Bauchschmerzen?