8th Science Lesson 8 Notes in Tamil

8] உயிரினங்களின் அமைப்பு நிலைகள்

அறிமுகம்

ஊரின் சுற்றுப் புறப்பகுதியில் உற்று நோக்கும் போது, எண்ணிக்கையில் அடங்காத வெவ்வேறு வகையான விலங்கினங்களைப் பார்க்கலாம். நமது கண்களுக்குப் புலனாகாத அமீபா முதல் மிகப் பெரிய விலங்குகளான நீலத்திமிங்கலம் மற்றும் யானைகள் வரை விலங்கினங்கள் காணப்படுகின்றன. வேறுபாடுகள் உயிரினங்களின் அளவில் மட்டுமல்லாது, அவற்றின் சிக்கலான செல், திசுக்கள், உடல் அமைப்பு போன்றவற்றிலும் காணப்படுகின்றன. இதற்கு **உயிரினங்களின் ஒருங்கமைப்பு** என்று பெயர்.

உயிரினங்களின் ஒருங்கமைப்பானது கீழ்நிலை மட்ட உயிரினங்களிலிருந்து உயர் நிலைமட்ட உயிரினங்கள் வரை வெவ்வேறாக உள்ளது. இது திசு, உறுப்பு, உறுப்பு மண்டலம் மற்றும் உயிரினம் என்ற வரிசையில் அமைந்துள்ளது. இவை ஒவ்வொன்றும் உயிரினங்களின் ஒருங்கமைப்பு மற்றும் படிநிலைகளைக் குறிக்கின்றன. இவை அனைத்தும் வளர்ச்சி, வளர்சிதை மாற்றம், இனப்பெருக்கம் மற்றும் மேலும் பல செயல்பாடுகளைக் கொண்டுள்ளன. நாம் தற்போதைய பாடப்பகுதியில் உயிரினங்களின் அமைப்பு நிலைகளை சரியான எடுத்துக்காட்டுடன் கற்க உள்ளோம்.

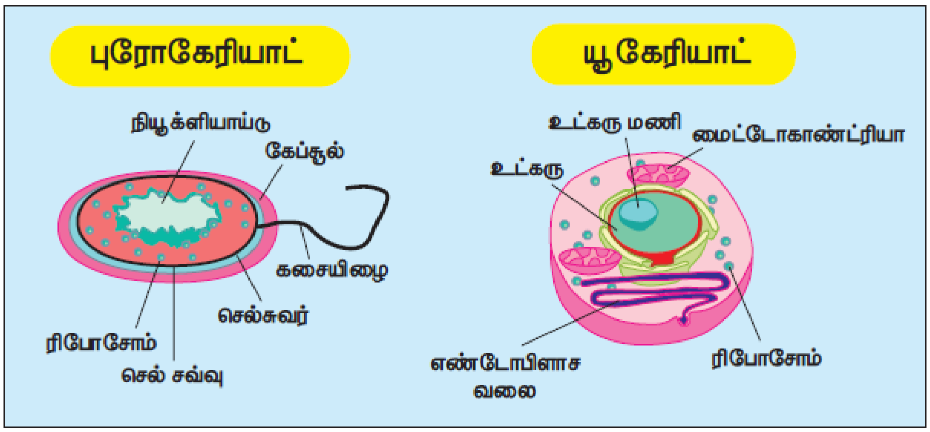
உயிரியல் ஒருங்கமைப்பு நிலைகள் கீழ்நிலை மட்டங்கள், மேல்நிலை அல்லது உயர்நிலை மட்டங்கள் என இரு நிலைகளில் காணப்படுகின்றன.

செல்கள் மற்றும் திசுக்களின் ஒருங்கமைப்பு

செல் என்பது "உயிரினங்களில் குறிப்பிட்ட செயலைச் செய்யத் தகுந்த, மிகச்சிறிய அமைப்பு மற்றும் செயல் அலகு" ஆகும். ஒருசெல் உயிரிகள் தங்கள் வாழ்க்கையின் அனைத்துச் செயல்பாடுகளையும், பிற செல்களின் உதவியின்றி தாமாகவே செய்யக் கூடியவை ஆகும். செல்கள் பொதுவாக **உயிரினங்களின் அமைப்பு அலகுகள்** (building blocks) எனப்படுகின்றன. அமீபா போன்ற ஒரு செல் உயிரினங்கள், உயர்நிலை உயிரினங்களைப் போன்று அனைத்து உயிர் செயல்களையும் செய்கின்றன. அமீபா ஒரு செல்லால் ஆனது. உயர்நிலை உயிரினங்கள் பல கோடி செல்களால் ஆனவை. பாக்டீரியா, ஈஸ்ட் மற்றும் அமீபா போன்ற உயிரிகளின் உடலானது ஒரு செல்லைக் கொண்டுள்ளதால் இவை **ஒரு செல் உயிரின,** (single celled organism) என்றழைக்கப்படுகின்றன. மனிதன், பசுக்கள் மற்றும் மரங்கள் போன்ற பெரிய உயிரினங்கள் பல செல்களைக் கொண்டுள்ளதால் இவை **பல செல் உயிரினம்** (multicelluler organism) என்றழைக்கப்படுகிண்றன. இதேபோல் உடலானது வெவ்வேறு ஒருங்கமைப்பு மட்டங்களைக் கொண்டது. **செல்கள் திசுக்களையும், திசுக்கள் உறுப்புகளையும், உறுப்புகள் உறுப்பு மண்டலங்களையும்** உருவாக்குகின்றன.

புரோகேரியாட்டுகள் மற்றும் யூகேரியாட்டுகள்

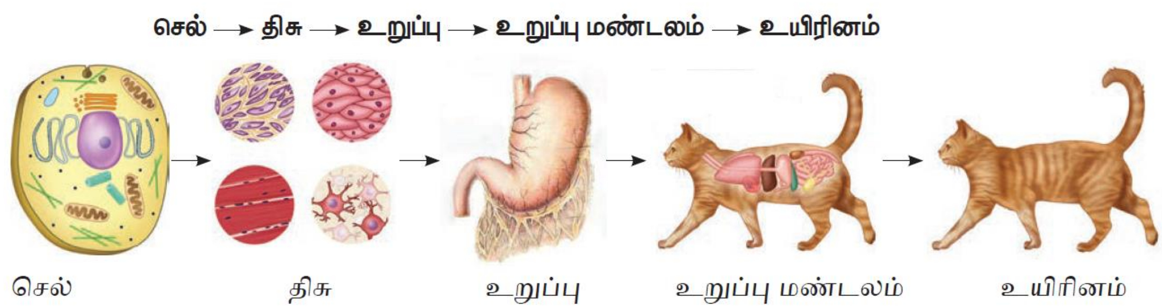
அமைப்பு ஒழுங்குபாட்டின் அடிப்படையில் உயிரினங்கள் புரோகேரியாட்டுகள் மற்றும் யூகேரியாட்டுகள் என வகைப்படுத்தப்படுகின்றன. பாக்டீரியா, சயனோபாக்டீரியா மற்றும் மைக்கோபிளாஸ்மா போன்ற உயிரினங்களில் உட்கரு காணப்படுவதில்லை. எனவே இவ்வியுரினங்கள் புரோகேரியாட்டுகள் என அழைக்கப்படுகின்றன. இருப்பினும் அமீபா போன்ற விலங்குகள் மற்றும் தாவரங்களில் சவ்வினால் சூழப்பட்ட தெளிவான உட்கரு காணப்படுகிறது. இந்த உயிரினங்கள் யூகேரியோட்டுகள் என அழைக்கப்படுகின்றன.



படம் 8.1 புரோகேரியாட் மற்றும் யூகேரியாட்

உயிரியல் ஒருங்கமைப்பின் மட்டங்கள்

உயிரியல் ஒருங்கமைப்பின் மட்டங்கள் என்பவை எளிய உயிரினங்களிலிருந்து மிகவும் சிக்கலான உயிரினங்கள் வரை அமைக்கப்பட்ட வரிசைக்கிரம அமைப்பாகும். அணுக்களிலிருந்து மூலக்கூறுகள், செல்கள், திசுக்கள், உறுப்புகள், உறுப்பு மண்டலங்கள், உயிரினம் , இனத்தொகை, சமுதாயம், சூழ்நிலை மண்டலம் மற்றும் இறுதியாக உயிர்க்கோளம் என்ற வரிசையில் இது உள்ளது.

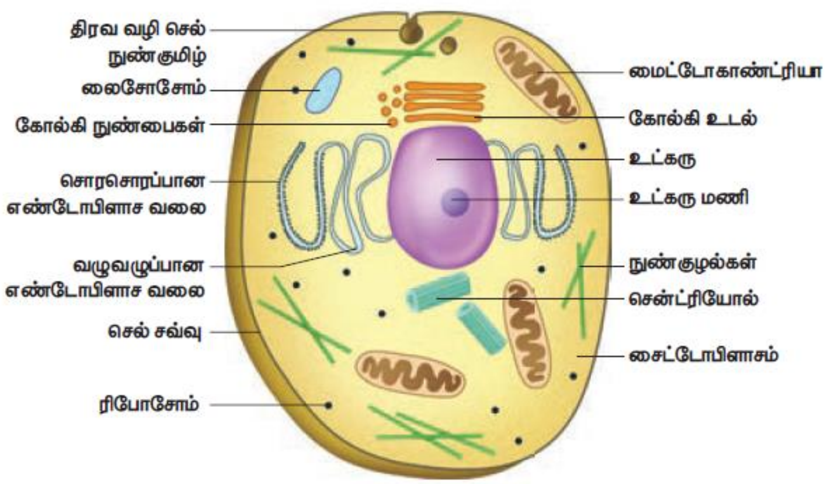


படம் 8.2 ஒருங்கமைப்பின் வெவ்வேறு மட்டங்கள்

செல்

செல் என்பது உயிரினங்களின் **அமைப்பு மற்றும் செயல் அலகு** ஆகும். பொதுவாக 'உயிரினங்களின் கட்டுமானக் கற்கள்' எனப்படுகின்றன. செல்களைப் பற்றிய படிப்பு **செல் உயிரியல்**

எனப்படும். செல்கள் சவ்வினால் சூழப்பட்ட சைட்டோபிளாசத்தைக் கொண்டுள்ளன. இந்த சைட்டோபிளாசமானது புரதங்கள், உட்கரு அமிலங்கள் போன்ற பல உயிரியல் மூலக்கூறுகளைப் பெற்றுள்ளன. செல்கள் அவற்றின் அளவு மற்றும் வடிவத்தைப் பொறுத்தவரை பெருமளவில் வேறுபாடுகளைக் கொண்டுள்ளன. செல்லின் புரோட்டோபிளாசம் என்பது மையத்திலமைந்த கோள வடிவ **உட்கருவையும்,** சைட்டோபிளாசத்தில் அமைந்த அகப்பிளாச வலை, மைட்டோகாண்டிரியா கோல்கை உடல்கள், சென்ட்ரியோல்கள், ரிபோசோம்கள் போன்ற பல செல் **நுண்ணுறுப்புகளையும்** உள்ளடக்கியது. ஒவ்வொரு செல் நுண்ணுறுப்பும் ஒரு குறிப்பிட்ட பணியைச் செய்கிறது.



படம்.8.3 விலங்கு செல்

விலங்குகளில் செல்களின் அளவு மைக்ரான் (μ) என்ற அலகால் அளக்கப்படுகிறது. (**1 செ.மீ = 10 மி.மீ, 1 மி.மீ = 1000 மைக்ரான்**). செல்களின் சராசரி அளவு 0.5 முதல் 20 மைக்ரான் விட்டம் வரை வேறுபடுகிறது. பாக்டீரியாவின் அளவு மிகச் சிறியதாக இருக்கும். (1 – 2μm). மனித உடலின் மிகச்சிறிய செல் இரத்த சிவப்பணுக்கள் (விட்டம் 7 μm) மற்றும் மிக நீண்ட செல் 90 – 100 செ.மீ வரை நீளம் கொண்ட நரம்பு செல் ஆகும். மனித அண்ட செல் 100 μm அளவுடையது. பல செல் விலங்குகளில் மிகப் பெரிய செல், நெருப்புக் கோழியின்முட்டை ஆகும். இது 170 மி.மீ x 130 மி.மீ அளவுடையது. இது இரத்த சிவப்பணுக்களை விட 25,000 மடங்கு பெரியது. 0.0001 மி.மீ அளவுடைய மைக்கோ பிளாஸ்மாவே மிகச்சிறிய பாக்டீரியம் ஆகும்.

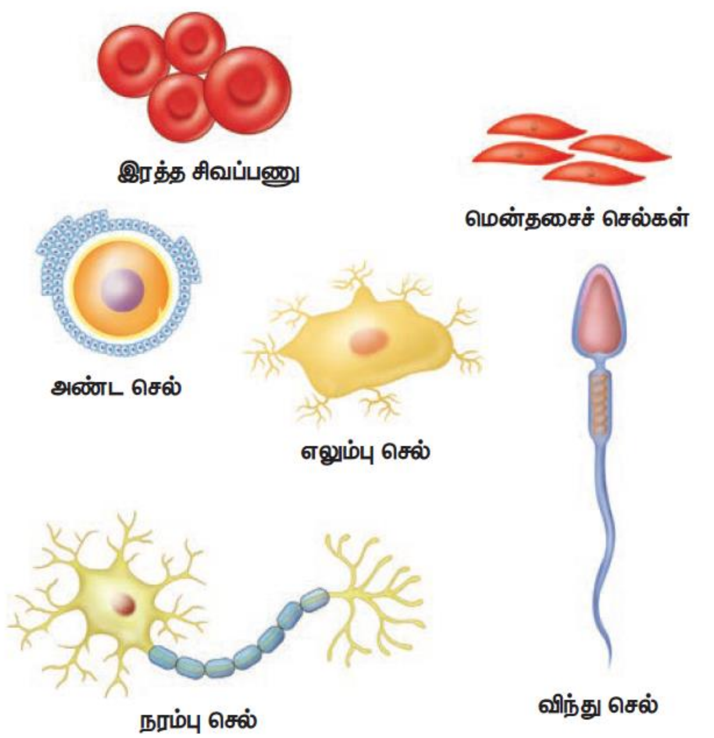
மூலச்செல்

மூலச்செல் என்பது ஒரு அடிப்படை செல் ஆகும். இச்செல் தோல், செல், தசைச்செல் அல்லது நரம்பு செல் போன்ற எந்த வகை செல்லாகவும் மாறுபாடடையும் தன்மை கொண்டது. இவை மிக நுண்ணிய செல்கள் ஆகும். மூலச்செல்கள் உடலில் பாதிப்படைந்த திசுக்களை குணப்படுத்த அல்லது மாற்றி அமைக்க உதவுகின்றன. மனித உடலின் உள்ளேயே அமைந்த சரிசெய்யும் அமைப்பாக மூலச் செல்கள்

கருதப்படுகின்றன. ஒரு மனிதனின் வாழ்நாள் இறுதி வரை இவை புதிய செல்களை உருவாக்கிக் கொண்டே இருக்கின்றன.

வடிவம்

செல்கள் வெவ்வேறு வடிவம் கொண்டவை. பொதுவாக அவை, அவற்றின் பணியினைப் பொறுத்து வேறுபடுகின்றன. சில செல்கள் முட்டை அல்லது உருண்டை வடிவம் கொண்டவை. வேறு சிலவோ நீளமானவை. சில செல்கள் நீளமாக, இரு முனைகளும் கூர்மையாக அமைந்து கதிர் வடிவம் கொண்டுள்ளன. நரம்பு செல்கள் போன்ற சில செல்கள் கிளைத்தவை. அமீபா போன்ற செல்கள் வெளிப்புறத்தில் ஒழுங்கற்ற வடிவம் கொண்டு, குறிப்பிட்ட கால இடைவெளிகளில் தங்கள் வடிவத்தை மாற்றிக் கொள்கின்றன.



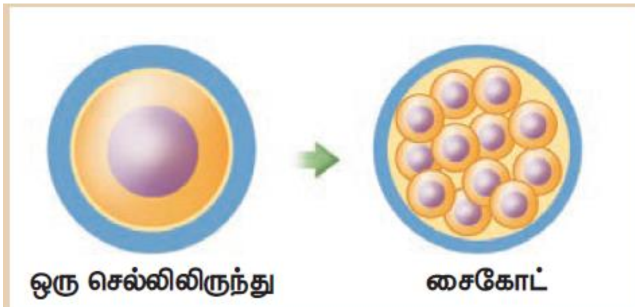
படம்:8.4 வெவ்வேறு வடிவம் மற்றும் அளவுள்ள சில செல்கள்

திசுக்கள்

ஒருங்கிணைந்து ஒரு குறிப்பிட்ட பணியைச் செய்கின்ற, ஒரே மாதிரியான அமைப்பு கொண்ட செல்களின் தொகுப்பே திசு எனப்படும். இவை **எளிய திசுக்கள்** மற்றும் **கூட்டுத் திசுக்கள்** என இரு வகைப்படும். எளிய திசுக்கள் ஒரே வகையான செல்களால் ஆனவை. கூட்டுத் திசுக்கள் வெவ்வேறு

வகையான செல்களைக் கொண்டவை. எனவே எளிய திசு ஒருமயத் (homogeneous) தன்மையும், கூட்டுத் திசு பன்மயத் (heterogeneous) தன்மையும் கொண்டது எனலாம்.

✓ *நமது உடலானது கருமுட்டை (சைகோட்) என்ற ஒற்றை செல்லிலிருந்தே உருவாக்கப்படுகிறது. கருமுட்டையானது தொடர்ச்சியான பல மைட்டாசிஸ் பிளவுறுதல்களை அடைந்து வெவ்வேறு அளவு, வடிவம் மற்றும் உட்பொருள்களைக் கொண்ட திரள் செல்களாலான கருவை உருவாக்குகிறது. கருச் செல்கள் படிப்படியாக அவற்றின் அமைப்பிலும், பணியிலும் மாற்றங்களை அடைகின்றன. இந்நிகழ்வுக்கு செல் மாறுபாடடைதல் என்று பெயர்.*

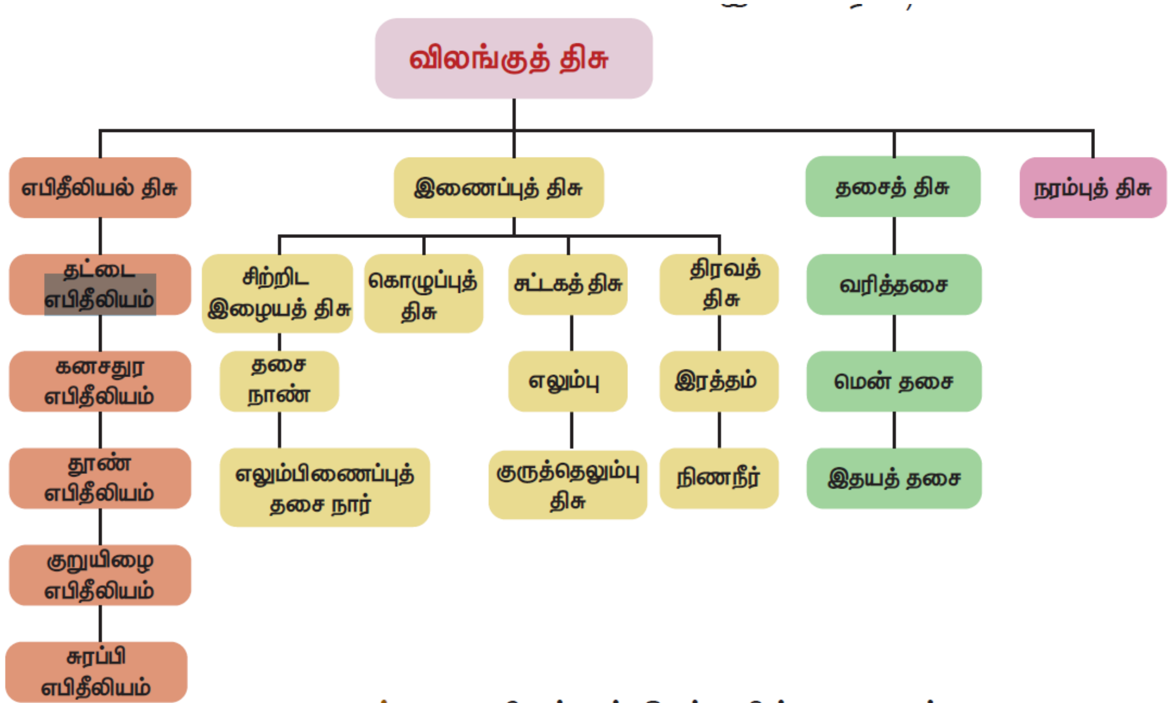


திசுக்களின் வகைகள்

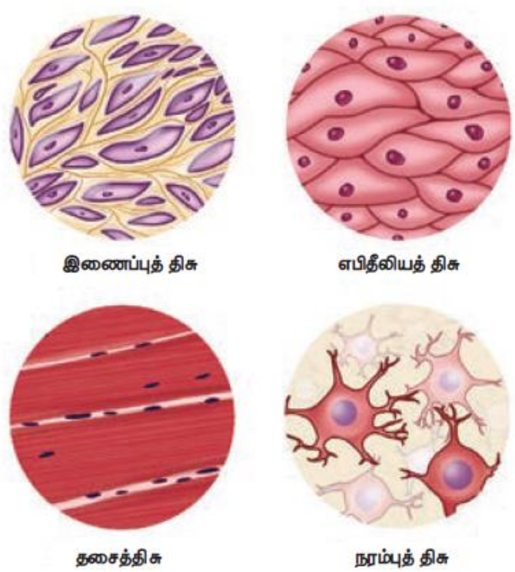
அமைப்பு மற்றும் பணியைப் பொறுத்து திசுக்கள் நான்கு வகைப்படும்.

- **எபிதீலியல்** (உறையீட்டு) திசுக்கள் (பாதுகாப்பிற்கு)
- **தசை (சுருங்குதல்)** திசுக்கள் (அசைவு மற்றும் இடப்பெயர்ச்சி)
- **இணைப்புத்** (தாங்குதல்) திசுக்கள் (உடலின் வெவ்வேறு அமைப்புகளை இணைத்தல்)
- **நரம்புத்** திசுக்கள் (நரம்புத் தூண்டல்களைக் கடத்துதல்).

சிக்கலான எந்த உயிரினமும் நான்கு அடிப்படைத் திசுக்களை மட்டுமே பெற்றுள்ளன.



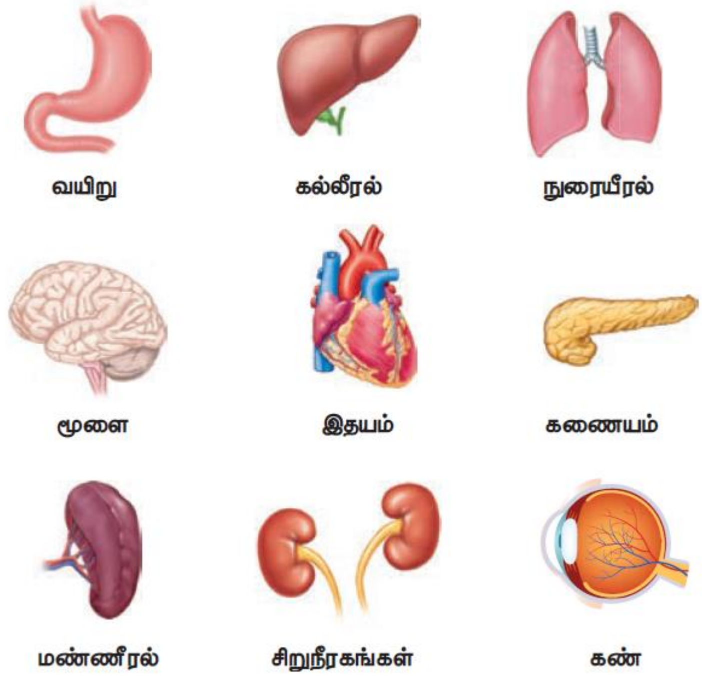
படம்: 8.5. விலங்குத் திசுக்களின் வகைகள்



படம்: 8.6 திசுக்களின் வகைகள்

உறுப்புகள்

இரண்டு அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட திசுக்களால் ஆக்கப்பட்டு, ஒரு குறிப்பிட்ட பணியைச் செய்யக்கூடிய அமைப்பே உறுப்பு எனப்படும். ஒரே விதமான பணியைச் செய்யக்கூடிய ஒரு குழுவான உறுப்புகளின் தொகுப்பு உறுப்பு மண்டலம் எனப்படும். (எடுத்துக்காட்டாக, மூளை, இதயம், நுரையீரல், சிறுநீரகம், கல்லீரல் போன்ற இவ்வொரு உறுப்பும் தனித்தனியாகத் தமது பணிகளைச் செய்கின்றன.



படம்: 8.7 மனித உடலிலுள்ள பல்வேறு உறுப்புகள்

பெரும்பாலான உறுப்புகள் நான்கு வகையான திசுக்களால் ஆக்கப்பட்டுள்ளன. உதாரணமாக, குடலானது தனது உட்புறச்சுவரில் எபிதீலியத் திசுக்களைக் கொண்டுள்ளது. இத்திசுக்கள் நொதிகளைச் சுரக்கவும், ஊட்டச்சத்துகளை உறிஞ்சவும் பயன்படுகின்றன. எபிதீலியத் திசு, தசைத்திசு உணவுக்கூழை அலையியக்கத்தின் (Peristalitic) மூலம் கீழ்நோக்கி நகர்த்துவதற்குப் பயன்படுகிறது. இரத்தத் திசுவும் குடலில் பாய்ந்து, குடலால் உறிஞ்சப்பட்ட ஊட்டச் சத்துக்களை உடலின் பல பாகங்களுக்குக் கடத்த உதவுகிறது. மேலும், குடலானது நரம்புத் திசு மூலம் மூளையுடன் இணைக்கப்பட்டு, மூளை தரும் தகவல்களை எடுத்துச் செல்கிறது.

நாம் தற்போது கண்ணின் அமைப்பை விரிவாகக் காண்போம்.

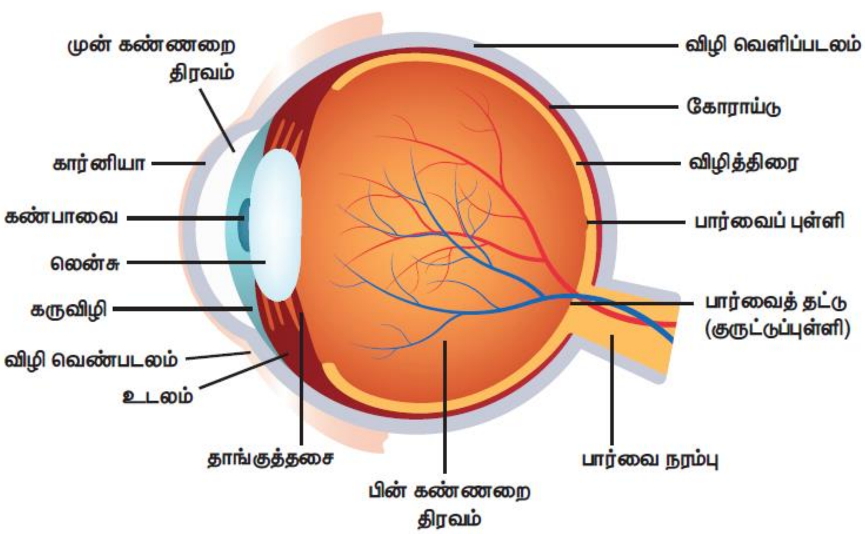
கண் – பார்வைப் புலனுறுப்பு

கண், மனித உடலின் முக்கியமான புலனுறுப்புகளுள் ஒன்றாகும். கண்ணானது பொதுவாக **பார்ப்பதற்கும், நிறங்களைப் பிரித்தறிவதற்கும்** (மனிதக் கண்ணால் 10 மில்லியன் முதல் 12 மில்லியன் நிறங்களை வேறுபடுத்திப் பார்க்க இயலும்), **மனித உடலின் உயிர்க் கடிகாரத்தைப் பேணுவதற்கும்** பயன்படுகிறது. மனிதக் கண்ணானது ஒளியை ஒருங்கிணைத்தல், குவித்தல் மற்றும் பொருளின் பிம்பத்தை உருவாக்குவதற்காக ஒளியை லென்சு வழியே செலுத்துதல் ஆகிய பணிகளைச் செய்வதன் மூலம் புகைப்படக்கருவியுடன் ஒப்பிடப்படுகிறது.

மனிதக் கண் மற்றும் அதன் செயல்பாடுகளைப் பற்றிப் புரிந்து கொள்ள கண்ணின் அமைப்பை அறிவது அவசியமாகிறது.

மனிதக் கண்ணின் அமைப்பு மற்றும் செயல்பாடு

மனிதனின் கண்ணானது பல்வேறு பாகங்கள் இணைந்து கோள வடிவமாக உருவாக்கப்பட்ட, உடலின் சிக்கலான புலனுறுப்பு ஆகும். கண்ணின் ஒவ்வொரு பாகமும், ஒரு குறிப்பிட்ட பணியைச் செய்யும் வகையில் அமைந்துள்ளது. மனிதக் கண்ணின் அமைப்பானது உள்ளமைப்பு மற்றும் புற அமைப்பு எனப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது.



படம்.8.8 மனிதக் கண் – நீள்வெட்டுத் தோற்றம்

கண்ணின் புற அமைப்பு

கண்ணின் வெளிப்புறமாகத் தெரியக்கூடிய பாகங்கள் இணைந்து கண்ணின் புற அமைப்பை உருவாக்குகின்றன.

ஸ்கிளிரா (விழிவெளிப் படம்) (sclera): இது உறுதியான, தடித்த வெண்ணிற உறையாக அமைந்து கண்ணின் உள்பாகங்களைப் பாதுகாக்கிறது. கண்ணின் வெண்மைப் பகுதியாக இதனை நாம் அறிகிறோம்.

கண்ஜங்டிவா (conjunctiva): இது விழிவெளிப்படலம் முழுவதும் மூடியுள்ள மெல்லிய ஒளி ஊடுருவும் சவ்வாகும். இச்சவ்வு சிறிய அளவில் கோழை மற்றும் கண்ணீரைச் சுரந்து, கண்ணை ஈரமாகவும், தெளிவாகவும் வைத்துக் கொள்கிறது.

கார்னியா (விழி வெண்படலம்) (cornea): இது கண் பாவை மற்றும் கருவிழி (ஐரிஸ்)யின் மீது படர்ந்துள்ள ஒளி ஊடுருவும் தோல் படலம் ஆகும். கண்களுக்குள் நுழையும் ஒளியை விலகலடையச் செய்வதே இதன் பணியாகும்.

ஐரிஸ் (கருவிழி) (Ieris): இது கண்ணின் நிறமுள்ள பகுதியை உருவாக்கும் நிறமிகளாலான திசுப்படலம் ஆகும். இதன் முதன்மையான பணி கண்ணினுள் நுழையும் ஒளியின் அளவுக்கேற்ப கண் பாவையின் அளவைக் கட்டுப்படுத்துவதாகும்.

கண்பாவை (pupil): இது கருவிழியின் மையத்திலமைந்த சிறு துளையாகும். இது ஒளியை கண்ணின் உள்ளே அனுப்புகிறது.

கண்ணின் உள்ளமைப்பு

கண்ணின் உள்ளமைப்பு கீழ்க்கண்ட பாகங்களைக் கொண்டுள்ளது.

லென்சு (lense): இது ஒளி ஊடுருவும், இரு குவிய (Bifocal), அவ்வப்போது மாற்றியமைத்துக் கொள்ளும் திறனுடைய கண்ணின் பாகமாகும். லென்சானது கார்னியாவின் உதவியுடன் உள்நுழைந்த ஒளியை விலக்கி, விழித்திரை மீது குவியச் செய்து, விழித்திரையில் பிம்பத்தை உருவாக்குகிறது.

விழித்திரை (Retina): இது கண்ணின் பின் பகுதியில் அம்நிது, பிம்பங்களை உருவாக்கும் படலம் ஆகும். இதுவே கண்ணின் மூன்றாவது மற்றும் உள் அடுக்கு ஆகும். இதில் ஒளி உணர்வாங்கிகள் (கூம்பு மற்றும் குச்சி செல்கள்) இருப்பதால், ஒளியால் மிகுந்த தூண்டல் அடையக்கூடியது. விழித்திரையானது ஒளிக்கதிர்களை மின் தூண்டல்களாக மாற்றி அவற்றை பார்வை நரம்பின் வழியாக மூளைக்கு அனுப்பும் பணியைச் செய்கிறது.

பார்வை நரம்பு: இது கண்களின் இறுதியில் விழித்திரையின் பின்புறம் அமைந்துள்ளது. பார்வை நரம்பு அனைத்து நரம்புத் தூண்டல்களையும், ஒளி உணர்வாங்கிகளிலிருந்து பெற்று மூளைக்கு எடுத்துச் செல்கிறது. இந்நரம்பு இல்லாவிடில் பார்வை என்பது சாத்தியமில்லை.

அக்குவஸ் திரவம் (முன் கண்ணறை திரவம்): இது லென்சுக்கும் , விழி வெண்படலத்துக்கும் இடையே நிரம்பியுள்ள நீர்ம திரவமாகும். இது லென்சுக்கும், விழி வெண்படலத்துக்கும் ஊட்டமளிக்கிறது.

விட்ரியஸ் திரவம் (பின் கண்ணறை திரவம்): இது கண்ணின் உட்பகுதி முழுவதையும் நிறைத்துள்ள அரைத்திண்ம, ஒளி ஊடுருவும், கொழகொழப்பான பொருளாகும். இது கண்ணின் வடிவத்தைப் பராமரிக்கின்றது.

உறுப்பு மண்டலம்

ஒத்த உறுப்புகள் ஒன்று சேர்ந்து உறுப்பு மண்டலத்தை உருவாக்கி குறிப்பிட்ட ஒரு பணியை ஒருங்கிணைந்து செய்கின்றன. இதயமும், இரத்தக் குழல்களும் இணைந்து இரத்த சுற்றோட்ட

மண்டலத்தை உருவாக்குகின்றன. மூக்கு, தொண்டை, சுவாசக்குழாய், நுரையீரல்கள் மற்றும் உதரவுதானம் போன்றவை இணைந்து சுவாச மண்டலம் உருவாகின்றது. உணவுக்குழாய், இரைப்பை, சுவாச மண்டலங்கள், முன் சிறுகுடல் மற்றும் குடல்கள் இணைந்து செரிமான மண்டலம் உருவாகிறது. இதே போல் நாளமில்லாச் சுரப்பி மண்டலம், எலும்பு (சட்டக) மண்டலம், சிறுநீரக மண்டலம், நோய்த் தடைகாப்பு மண்டலம் போன்றவை பிற உறுப்பு மண்டலங்களாகும்.

உறுப்பு மண்டலத்திற்கான எடுத்துக்காட்டாக மனிதனின் சுவாச மண்டலத்தை விரிவாகக் காண்போம்.

சுவாச மண்டலம்

நமது சுவாச மண்டலம் வளிமண்டலத்திற்கும் நுரையீரலுக்கும் இடையே வாயு பரிமாற்றத்தில் ஈடுபடும் அனைத்து உறுப்புகளையும் கொண்டுள்ளது. இவை அனைத்தும் இணைந்து காணப்படுவதற்கு சுவாசப் பாதை என்று பெயர். சுவாசப் பாதையில் உள்ள உறுப்புகளை தற்போது காண்போம்.

மூக்கு

நாம் காற்றை நாசித்தூளை வழியாக உள்ளிழுக்கின்றோம். நாசித் துளைகள் நாசிக்குழியாக தொடர்கின்றன. இக்குழியின் உட்புறச் சுவர் நுண்ணிய ரோமங்கள் மற்றும் கோழை சுரப்பு செல்களால் ஆனது. இவை ஒட்டும் தன்மை மற்றும் ஈரப்பதத்தையும் உருவாக்குகின்றன. ரோமம் மற்றும் கோழை ஆகியவை தூசுக்களையும் நுண்ணுயிரிகளையும் வடிகட்டி அவை சுவாசப் பாதையின் உள்ளே நுழைவதைத் தடுக்கின்றன. மூக்கில் உள்ள இரத்த நாளங்கள் உள்ளிழுக்கப்படும் காற்றை இதமாக (வெப்பமாக) வைத்துக் கொள்ள உதவுகின்றன.

மூச்சுக்குழாய்

நாசிக் குழியை அடுத்து, காற்றானது தொண்டையினுள் நுழைகிறது. பிறகு அது டிரக்கியா என்னும் மூச்சுக் குழாய்க்குள் செல்கிறது மீளும் தன்மை கொண்ட இந்த மூச்சுக்குழாய், கழுத்து முழுவதும் மற்றும் மார்பறையின் பாதி வரையிலும் நீள்கிறது. தொண்டைக்கும், மூச்சுக்குழாய்க்கும் இடையே சிறிய காற்றுப் பாதையாக குரல்வளை என பொதுவாக அழைக்கப்படும் **லாரிங்ஸ் (Larynx)** காணப்படுகிறது. தசை மடிப்புகளால் ஆன குரல்பையானது காற்று நுழையும் போது அதிர்வடைந்து ஒலியை எழுப்புகிறது.

மூச்சுக்கிளைக் குழாய்

மூச்சுக்குழாய் இரண்டுமூச்சுக் கிளைக் குழல்களாகப் பிரிகிறது. ஒவ்வொரு மூச்சுக் கிளைக் குழலும் நுரையீரலினுள் நுழைந்து மேலும், பல கிளைகளாகப் பிரிந்து நுண் கிளைக் குழல்களாக மாறுகிறது.

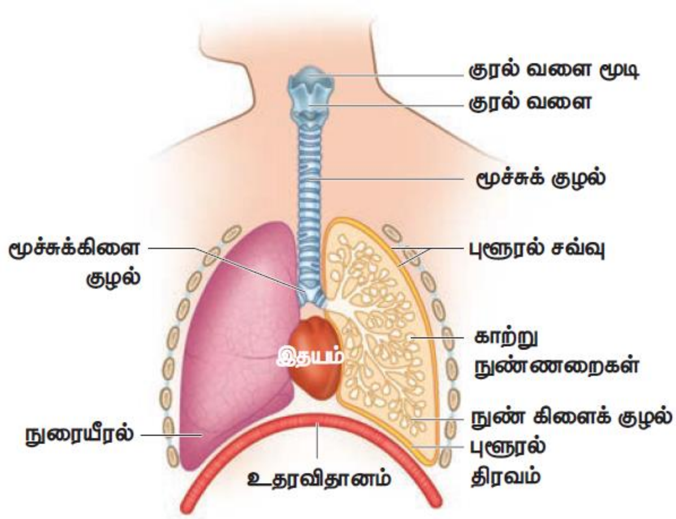
நுரையீரல்

நுரையீரல்கள் என்பவை காற்றில் உள்ள ஆக்ஸிஜனை எடுத்துக் கொள்ள உதவும், மார்பறையில் காணப்படும் உறுப்புகளாகும். இவை உடலிலிருந்து வெளிவிடும் கார்பன் டைஆக்சைடை வெளியேற்றவும் உதவுகின்றன. நுரையீரல்கள் மார்பறையின் இருபுறமும் அமைந்து மார்பறையின் உட்பகுதியை நிரப்புகின்றன. இடது நுரையீரலானது இதயத்திற்கு இடமளிக்கும் வகையில் வலது நுரையீரலை விட சற்று சிறியதாக உள்ளது. நுரையீரல்களினுள் ஒவ்வொரு மூச்சுக்குளைக் குழலும் கொத்தான காற்று நுண்ணறைகளாக முடிகிறது.

நுரையீரல்கள் மார்பறையின் ஒவ்வொரு புறமும் காணப்படும் பஞ்சு போன்ற மீளும் பைகளாகும். மார்பறையானது முதுகுப்புறத்தில் மார்பெலும்பாலும் பக்கவாட்டில் விலா எலும்புகளாலும், அடிப்புறத்தில் குவிந்த உதரவிதானத்தாலும் சூழப்பட்டுள்ளது.

காற்று நுண்ணறைகள்

நுரையீரல்களுள் காணப்படும் காற்று நுண்ணறைகள் காற்றை உள்ளிழுக்கும்போது ஆக்சிஜனை எடுத்துக்கொண்டு உடலை இயங்கச் செய்கின்றன. இவை மிக நுண்ணியவையாக இருந்தபோதிலும் நமது சுவாசமண்டலத்தின் செயல்மிகு அமைப்புகளாக அமைந்துள்ளன. 480 மில்லியன் காற்று நுண்ணறைகள் சராசரியாக நமது நுரையீரலில் காணப்படுகின்றன. நுரையீரல்களினுள் காணப்படும் காற்று நுண்ணறைகளின் மொத்தப் பரப்பு 2000 சதுர அடிகளுக்கு மேல் அல்லது நமது உடற்பரப்பைப்போல 100 மடங்கு அதிகமாக இருக்கும். காற்று நுண்ணறைகள் ஆக்சிஜன் மற்றும் கார்பன் டைஆக்ஸைடின் வாயுப் பரிமாற்றத்திற்கு உதவுகின்றன.



படம்.8.9 மனிதனின் சுவாச மண்டலம்

சுவாசச் செயலியல்

உட்சுவாசம் (inspiration)

காற்றை நுரையீரல்களினுள் எடுத்துக் கொள்ளும் நிகழ்வு உட்சுவாசம் எனப்படும். உட்சுவாசத்தின் போது மார்பெலும்பு மேல் நோக்கியும், வெளிநோக்கியும் தள்ளப்படுவதோடு, உதரவிதானம் கீழ்நோக்கியும் இழுக்கப்படுகிறது. இதனால் மார்பறையின் கொள்ளளவு அதிகரித்து, அழுத்தம் குறைகிறது. நுரையீரல்களினுள் அழுத்தம் குறைந்து வெளிக்காற்றானது நுரையீரல்களினுள் நுழைகிறது. இங்கு காற்றுக்கும் இரத்தத்திற்கும் இடையே வாயுப் பரிமாற்றம் நிகழ்கிறது.

ஓய்வு நிலையில் உள்ள ஒரு வளர்ந்த மனிதன் சராசரியாக நிமிடத்திற்கு 15 – 18 முறை மூச்சை உள்ளிழுத்து வெளிவிடுகின்றான். கடும் உடற்பயிற்சியின் போது இச்சுவாச வீதம் நிமிடத்திற்கு 25 முறைகளுக்கும் மேலாக இருக்கும்.

புகைபிடித்தல் நுரையீரல்களை சேதப்படுத்துகிறது. புகைப்பிடித்தல் புற்று நோய்க்கு காரணமாவதால் அதை தவிர்த்தல் நலம்.

உங்களுக்கு தும்மல் ஏற்படும் போது நீங்கள் நாசித் துவாரங்களை மூடிக்கொள்ள வேண்டும். இதன்மூலம் நோயுண்டாக்கும் அயல் பொருள்கள் அருகில் இருப்பவர்களுக்கு நோய்த்தொற்று ஏற்படாமல் தடுக்க முடியும்.

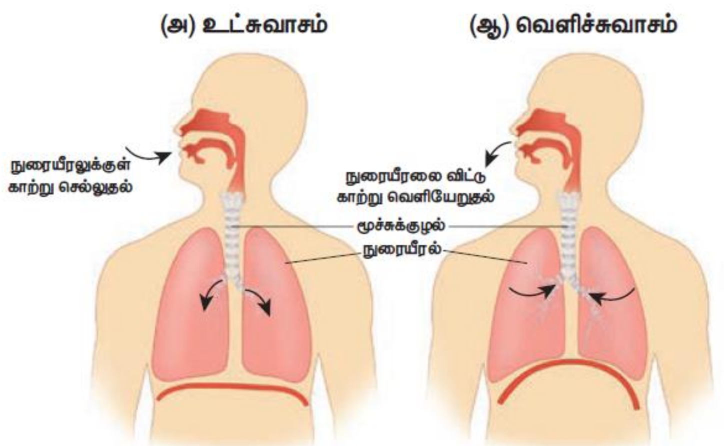
வெளிச்சுவாசம் (Expiration)

நுரையீரல்களிலிருந்து காற்றை வெளியேற்றும் நிகழ்வு **வெளிச்சுவாசம்** எனப்படும். வெளிச் சுவாசத்தின் போது நுரையீரல்கள் காற்றை அதிக விசையுடன் வெளித்தள்ளுகின்றன. விலா எலும்பிடைத் தசைகள், மீட்சியடைந்து, மார்பறையின் சுவர் அதன் பழைய நிலைக்குத் திரும்புகிறது. உதரவிதானமும், மீட்சியடைந்து மார்பறையில் மேல்நோக்கி நகர்கின்றது. இதன் காரணமாக மார்பறையின் அழுத்தம் புறச் சூழலை ஒப்பிடும் போது அதிகரிக்கிறது. மார்பறைக்கும் வளிமண்டலத்திற்கும் இடையே கானப்படும் இந்த அழுத்த வேறுபாட்டால் காற்றானது விசையுடன் வெளியேறுகிறது. நுரையீரல்களிலிருந்து காற்று வெளியேற்றப்படும் இந்நிகழ்வில் தசைகள் ஏதும் பங்கு பெறாததால் இது செயலற்ற நிகழ்வாகக் கருதப்படுகிறது.

காற்று நுண்ணறைகளினுள் வாயுப் பரிமாற்றம்

காற்று நுண்ணறைகளினுள் உள்ளிழுக்கப்படும் காற்றில் உள்ள ஆக்ஸிஜனின் அளவு அங்குள்ள இரத்தக் குழல்களினுள் உள்ள ஆக்ஸிஜனின் அளவை விட அதிகம். இதனால் **எளிய பரவல்** மூலம் ஆக்ஸிஜன் இரத்தத்தினுள் நுழைகிறது. இரத்தத்தில் உள்ள **ஹீமோகுளோபின்** ஆக்ஸிஜனுடன் இணைந்து **ஆக்ஸிஹீமோகுளோபின்** ஆக மாறுகிறது. ஆக்ஸிஜனை சுமந்து கொண்டு இரத்தமானது இரத்தக் குழல்கள் வழியே இதயத்தை அடைகிறது. இதயம் சுருங்கி இந்த ஆக்சிஜன் உள்ள ரத்தத்தை

உடலின் அனைத்து திசுக்களுக்கும் அனுப்புகிறது. திசுக்கள் வெளியேற்றும் கார்பன் டைஆக்ஸைடு இரத்தத்தின் வழியே காற்று நுண்ணறைகளுக்கு எடுத்து வரப்படுகிறது. இரத்தத்திலிருந்து பரவல் முறையில் கார்பன் டைஆக்ஸைடு காற்று நுண்ணறைகளில் நுழைந்து வெளிச் சுவாசத்தின் போது உடலை விட்டு வெளியேற்றப்படுகிறது.



படம் 8.10 (அ) உட்சுவாசம் மற்றும் (ஆ) வெளிச்சுவாசம் செயல்முறைகள்

உட்சுவாசம் மற்றும் வெளிச்சுவாசத்திற்கும் இடையே உள்ள வேறுபாடு

உட்சுவாசம்	வெளிச்சுவாசம்
உதரவிதானத் தசைகள் சுருங்குகின்றன.	உதரவிதானத் தசைகள் மீட்சியடைகின்றன.
உதரவிதானம் கீழ்நோக்கி நகர்கிறது	உதரவிதானம் மேல்நோக்கி நகர்கிறது.
விலா எலும்புகள் மேல் மற்றும் வெளிநோக்கி நகர்கின்றன.	விலா எலும்புகள் கீழ்நோக்கி நகர்கின்றன.
மார்பறையின் கொள்ளளவு அதிகரிக்கிறது.	மார்பறையின் கொள்ளளவு குறைகிறது.
காற்று மூக்கின் வழியாக நுரையீரலுக்குள் நுழைகிறது.	காற்று மூக்கின் வழியாக நுரையீரலிலிருந்து வெளியேறுகிறது.

சீரான உடல் நிலை (தன்னிலை காத்தல்)

உயிர் வாழ்வதற்கு ஏதுவாக மனித உடலியல் மண்டலம் **சுயமாகத் தன்னைத்தானே ஒழுங்குபடுத்திக்** கொண்டு சமநிலையைப் பராமரிப்பது தன்னிலை காத்தலின் முக்கியப் பண்பாகும்.

பாலூட்டிகளில், புறவெப்பநிலையில் மாற்றம் ஏற்பட்டாலும் நிலையான உடல் உள் வெப்பநிலை காணப்படுகிறது. நடத்தை சார் மற்றும் உடற்செயலியல் துலங்கல் ஆகிய ஒழுங்குபடுத்தும் செயல்முறைகள் மூலம் தன்னிலை காத்தல் நிகழ்கிறது.

சுருக்கமாக சொல்ல வேண்டுமென்றால் தன்னிலை காத்தல் என்பது உயிர்வாழ்வதற்காக ஒரு விலங்கினுடைய உள் சூழ்நிலையை சீராகப் பராமரித்த என்பதையே குறிக்கிறது.

சீரான உடல் நிலையில் தன்நிலை காத்தல் வெற்றிகரமாக ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டால் வாழ்க்கை தொடரும் அல்லது தோல்வியுற்றால் இறப்பு அல்லது சீரழிவு உண்டாகும்.

ஒருங்கிணைவு மற்றும் ஒருங்கிணைப்பு பணிகள் நரம்பு மண்டலம் மற்றும் நாளமில்லாச் சுரப்பு மண்டலங்களின் மூலம் கட்டுப்படுத்தப்படுகின்றன. கல்லீரல், சிறுநீரகம் மற்றும் மூளை (ஹைபோதலாமஸ்) தானியங்கு நரம்பு மண்டலம் மற்றும் நாளமில்லாச் சுரப்பி மண்டலங்கள் சீரான உடல் நிலையை ஒழுங்குபடுத்த உதவுகின்றன.

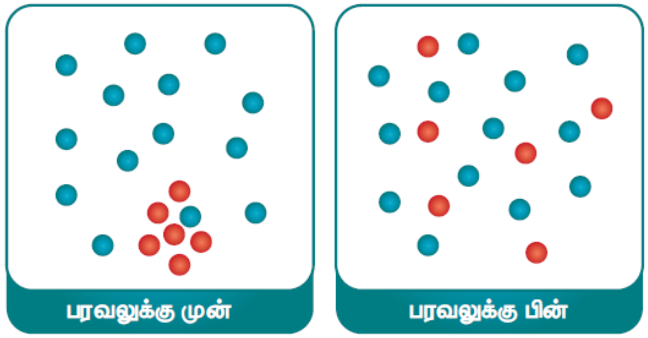
பல்வேறு உயிர் இயற்பியல் மற்றும் உயிர் வேதியியல் செயல்களின் மூலம் உடல் திரவத்தின் செறிவைக் கட்டுப்படுத்துதல், உடல் வெப்பநிலையை ஒழுங்குபடுத்துதல் போன்றவை மேற்கொள்ளப்படுகின்றன. மனிதன் வெப்ப இரத்த வகையைச் சேர்ந்தவனாவான். மனிதர்களின் உடல் வெப்பநிலை சீராக நிலைநிறுத்தப்படுகிறது. உடல் வெப்பநிலை அதிகரிக்கும் போது உடலிலிருந்து வியர்வை உற்பத்தி செய்யப்பட்டு அதிகமான உடல் வெப்ப்நிலை குறைக்கப்பட்டு சீராக்கப்படுகிண்றது. உடல் வெப்பநிலை குறையும் போது தசைச் செயல்பாடு மற்றும் நடுக்கத்தின் மூலம் வெப்பம் உற்பத்தி செய்யப்பட்டு உடல் வெப்பநிலை சீராக்கப்படுகின்றது. இது தன்நிலை காத்தலுக்கான எடுத்துக்காட்டாகும்.

இரத்த சர்க்கரையின் அளவுக் கட்டுப்பாடு மற்றொரு எடுத்துக்காட்டாகும். இரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவு அதிகரிக்கும்போது இன்சுலின் உற்பத்தி செய்யப்படும் மற்றும் இரத்தத்தின் சர்க்கரை அளவு குறையும்போது குளுகோகான் ஹார்மோன் உற்பத்தி செய்யப்படுகிறது. இதன் மூலம் இரத்த சர்க்கரை அளவு சீராகப் பராமரிக்கப்படுகின்றது.

பரவல் (விரவல்)

மூலக்கூறுகள் **அதிக செறிவுடைய பகுதியிலிருந்து, குறைந்த செறிவுடைய** பகுதிக்குத் தானாகவே இடப்பெயர்ச்சி அடைவது பரவல் எனப்படும். ஊடகம் முழுமைக்கும் சம செறிவை அடையச் செய்வது இதன் விளைவாகும்.

எரியும் ஊதுபத்தியின் மணம் அறை முழுவதும் பரவுதல், செல் சவ்வின் வழியே மூலக்கூறுகள் ஊடுருவிச் செல்லுதல் ஆகியவை பரவல் முறைக்கு எடுத்துக்காட்டுகளாகும். பரவலுக்கு மிக எளிய விளக்கமாக நீரில் ஒரு சொட்டு நீல மை அல்லது சிவப்பு மை விடுவதைக் கூறலாம்.



படம்.8.11 வாயுக்களில் விரவுதல்

அறையின் ஒரு ஓரத்தில், ஊதுபத்தியை பற்ற வைத்தால் சிறிது நேரத்தில் என்ன நிகழும்? நீ எவ்வாறு உணர்கிறாய்? அதன் மணம் அறை முழுவதும் பரவுகிறதா? மூலக்கூறுகள் அதிக செறிவுடைய பகுதியிலிருந்து குறைந்த செறிவுடைய பகுதிக்கு இடப்பெயர்ச்சி அடைகின்றன. ஊதுபத்தியின் புகை காற்றில் பரவி உன் மூக்கை அடைவதால் அதன் மணத்தை நுகர முடிகிறது.

படம்.8.12 காற்றின் வழியே புகை விரவுதல்

1. *பரவல் முறையின் மூலம் உணவுப்பொருள்கள் செரிமான நொதியுடன் கலத்தல்.*
2. *சுவாச வாயுக்களான ஆக்ஸிஜன் மற்றும் கார்பன் டைஆக்ஸைடு வாயுக்கள் பரவுதல் செல்களினுள்ளும், வெளியேயும் பரவுதல்.*

கீழ்க்கண்டவற்றை நாம் சிந்திப்போம்

1. மணம் எவ்வாறு அறை முழுவதும் பரவுகிறது?
2. மணமானது அறை முழுவதும் ஒரே சீராக பரவுகிறதா?

வேறு ஏதேனும் உதாரணம் கூறமுடியுமா?

ஊடகத்தில் மூலக்கூறுகள் பரவும் வேறு சில முறைகளும் உள்ளன. மேலும் சில செயல்முறைகளைக் காண்போம்.

படம்.8.13 தேநீர் பையானது சூடான நீரில் வைக்கப்படும் போது நீரின் வழியே விரவுதல்

சவ்வூடு பரவல்

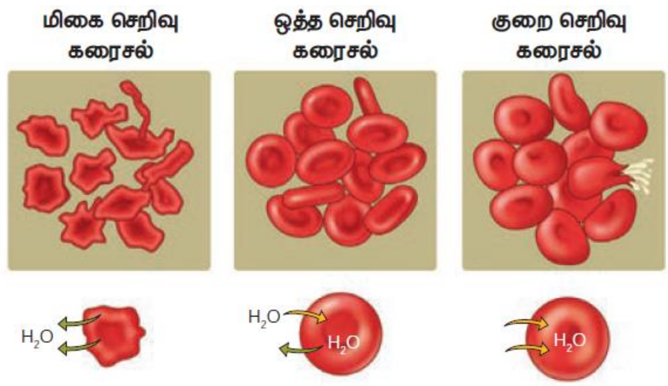
நீர்த்த கரைசலில் இருந்து செறிவு மிக்க கரைசலுக்கு கரைப்பானின் மூலக்கூறுகள் அரை கடத்தி அல்லது தேர்வுக் கடத்து சவ்வின் வழியே இடப்பெயர்ச்சி அடையும் நிகழ்ச்சி சவ்வூடு பரவல் எனப்படும். சவ்வின் இருபுறமும் செறிவு சமநிலையை அடையும் வரை இவ்வாறு கரைப்பானின் மூலக்கூறுகள் செறிவு குறைந்த கரைசலில் இருந்து (கரைப்பான் அடர்த்தி அதிகமான கரைசல்) செறிவு மிக்க கரைசலுக்கு (கரைப்பான் அடர்த்தி குறைவான கரைசல்) நகர்கின்றன.

செல்லிற்கு உள்ளேயும், வெளியேயும் மூலக்கூறுகள் இடம் பெயர்வது செல்களைச் சூழ்ந்துள்ள கரைசலின் செறிவைப் பொறுத்ததாகும். இதனைப் பொறுத்து சவ்வூடு பரவலின் நிலையினை மூன்றாக வகைப்படுத்தலாம்.

1. ஒத்த செறிவு கரைசல் (isotomic): இங்கு செல்லின் உட்புறக் கரைசலின் செறிவும் வெளிப்புறக் கரைசலின் செறிவும் ஒரே மாதிரியாக இருக்கும்.

2. குறை செறிவு கரைசல் (hypotomic): இங்கு செல்லின் வெளியில் உள்ள கரைசலின் செறிவு உள்ளே உள்ள கரைசலின் செறிவை விட குறைவு. அதனால் வெளியிலிருந்து நீரானது, செல்லின் உள்ளே செல்கிறது.

3. மிகை செறிவு கரைசல் (Hypertomic): இங்கு செல்லின் வெளியில் உள்ள கரைசலின் செறிவு உள்ளே உள்ள கரைசலின் செறிவை விட அதிகம். இதனால் நீரானது செல்லைவிட்டு வெளியேறுகிறது.



படம்.8.14 இரத்த சிவப்பணுக்களை மிகை செறிவு கரைசல், ஒத்த செறிவு கரைசல் மற்றும் குறை செறிவு கரைசலில் இடும்போது சவ்வூடு பரவலின் தாக்கம்.

ஊடுபரவல் ஒழுங்குபாடு (osmoregulation)

ஊடுபரவல் ஒழுங்குபாடு என்ற சொல்லானது 1902–இல் **ஹோபர்** என்பவரால் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. ஒரு உயிரியானது அதன் உடலின் நீர்ச் சமநிலையை ஒழுங்குபடுத்தி அதன் தன்நிலை காத்தலைப் பராமரிக்கும் செயலே ஊடுபரவல் ஒழுங்குபாடு எனப்படும். இது அதிகப்படியான நீர் இழப்பு அல்லது நீர் உள்ளீர்ப்பைக் கட்டுப்படுத்துதல், திரவச் சமநிலையைப் பேணுதல் மற்றும் ஊடுபரவல் செறிவை அதாவது மின்பகுளிகளின் செறிவை பராமரித்தல், ஆகிய நிகழ்வுகளை உள்ளடக்கியது. இதன் மூலம் உடலில் உள்ள திரவங்கள் அதிகமாக நீர்த்துப் போகாமலும் அல்லது அடர்வு (செறிவு) மிகுந்து விடாமலும் இருப்பது உறுதி செய்யப்படுகின்றது.

டம்: 8.15 மீன்களில் நடைபெறும் ஊடு பரவல் ஒழுங்குபாடு

ஊடுகலப்பு ஒழுங்குபாடு இருவகைப்படும்.

அ. ஊடுகலப்பு ஒத்தமைவான்கள் (Osmoconformers):

இத்தகைய உயிரினங்கள் சுற்றுச் சூழலுக்கேற்ப தங்கள் உடலின் ஊடுகலப்பு அடர்த்தியை மாற்றிக் கொள்வன ஆகும். பெரும்பாலான முதுகு நாணற்றவை மற்றும் கடல் வாழ் உயிரினங்கள் இவ்வகையில் அடங்கும்.

ஊடுகலப்பு ஒழுங்கமைவான்கள் (Osmo regulators)

இத்தகைய உயிரினங்கள் புறச் சூழலின் தன்மை எப்படி இருந்தாலும் உடல் செயலியல் நிகழ்வுகள் மூலம் தங்களது ஊடுபரவல் செறிவு தமது உட்புற ஊடுகலப்பு அடர்த்தியை நிலையான அளவுடன் பராமரித்துக் கொள்கின்றன.

செல் சுவாசம்

உயிரினங்கள் குளுக்கோஸைப் பயன்படுத்தி, அதனை செல்லுக்குத் தேவையான ஆற்றலாக மாற்றும் செயலே செல் சுவாசம் எனப்படும். இவ்வாறு வெளிப்படுத்தப்படும் ஆற்றலானது ATP வடிவில்

செல்களால் பயன்படுத்தப்படுகிறது. செல் சுவாசமானது செல்லின் சைட்டோபிளாசம் மற்றும் மைட்டோகாண்ட்ரியாவில் நடைபெறுகிறது. செல் சுவாசமானது **காற்றுள்ள சுவாசம்** மற்றும் **காற்றில்லா சுவாசம்** என இரு வகைப்படும்.

காற்றுள்ள சுவாசம்

இச்சுவாசத்தின் போது உணவுப் பொருள்கள் முழுமையாக ஆக்ஸிகரணம் அடைந்து நீர் மற்றும் CO_2 ஆக மாற்றப்பட்டு ஆற்றல் வெளிப்படுத்தப்படுகிறது. இதற்கு வளிமண்டல ஆக்ஸிஜன் தேவைப்படுகிறது. அனைத்து உயர்நிலை உயிரினங்களும் காற்று உள்ள சுவாசத்தையே மேற்கொள்கின்றன. இந்நிகழ்ச்சியின்போது அதிக அளவு ஆற்றல் வெளிப்படுத்தப்படுகிறது. இதனை கீழ்க்கண்ட சமன்பாட்டின் வடிவில் எழுதலாம்.

குளுக்கோஸ் + ஆக்ஸிஜன் → கார்ப டை ஆக்ஸைடு + நீர் + ஆற்றல்

காற்றுள்ள மற்றும் காற்றில்லா சுவாசத்திற்கும் இடையே உள்ள வேறுபாடுகள்

காற்றுள்ள சுவாசம்	காற்றில்லா சுவாசம்
ஆக்ஸிஜன் உள்ள சூழலில் நடைபெறுகிறது.	ஆக்ஸிஜன் இல்லாத சூழலில் நடைபெறுகிறது.
CO_2 மற்றும் நீர் ஆகியவை விளை பொருட்களாக கிடைக்கின்றன.	CO_2 மற்றும் எத்தனால் அல்லது லாக்டிக் அமிலம் விளை பொருட்களாக கிடைக்கின்றன.
அனைத்து உயர்நிலை தாவரங்கள் மற்றும் விலங்குகளில் நடைபெறுகிறது.	சில நுண்ணுயிரிகள் மற்றும் மனித தசைச் செல்களில் நடைபெறுகிறது.

காற்றில்லா சுவாசம்

இச்சுவாசத்தின் போது உணவுப் பொருள்கள் காற்றில்லா சூழலில் பகுதியளவே ஆக்ஸிகரணம் அடைந்து ஆற்றலை வெளிப்படுத்துகின்றன. இச்சுவாசம் பாக்டீரியா, ஈஸ்ட் போன்ற எளிய உயிரினங்களில் நடைபெறுகிறது. இந்நிகழ்ச்சியின் விளைவாக எத்தில் ஆல்கஹால் அல்லது லாக்டிக் அமிலம் மற்றும் CO_2 ஆகியவை கிடைக்கின்றன. இந்நிகழ்ச்சியில் குளுக்கோஸ் முழுமையாக ஆக்ஸிகரணம் அடையாததால் குறைந்த அளவே ஆற்றல் வெளிப்படுத்தப்படுகிறது.

இதனை கீழ்க்கண்ட சமன்பாட்டின் வடிவில் எழுதலாம்.

குளுக்கோஸ் → எத்தில் ஆல்கஹால் + கார்பன் டை ஆக்ஸைடு + ஆற்றல்

வளர்சிதை மாற்றம்

உயிரினங்கள் உணவைக் கொண்டு ஆற்றலையும், செல் பொருட்களையும் உருவாக்கும் நிகழ்வு வளர்சிதை மாற்றம் மூலம் சாத்தியமாகிறது.

வளர்சிதை மாற்றம், வளர் மாற்றம் (பொருட்களை உருவாக்குதல்) மற்றும் சிதை மாற்றம் (பொருட்களை உடைத்தல்) ஆகிய நிகழ்ச்சிகளைக் கொண்டது. பொதுவாக வளர்சிதை மாற்றம் என்ற சொல்லானது உணவுப் பொருட்களை உடைத்து ஆற்றலாக மாற்றும் நிகழ்ச்சி என்ற பொருளில் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

வளர்மாற்றம் (Anabolism)

வளர்மாற்றம் என்பது உருவாக்குதல் மற்றும் சேமித்தலைக் குறிக்கிறது. இது புதிய செல்களின் வளர்ச்சி, உடற் திசுக்களைப் பராமரித்தல் மற்றும் எதிர்காலத் தேவைக்காக ஆற்றலை சேமித்தல் ஆகியவற்றிற்குக் காரணமாகிறது. வளர் மாற்றத்தின் போது கார்போஹைட்ரேட், புரதம் மற்றும் கொழுப்பின் எளிய மூலக்குஊறுகள் பெரிய, சிக்கலான மூலக்கூறுகளாக மாற்றப்படுகின்றன.

எடுத்துக்காட்டாக

குளுக்கோ → கிளைக்கோஜன் பிற சர்க்கரைகள்

அமினோ அமிலங்கள் → நொதிகள், ஹார்மோன்கள் புரதங்கள்

கொழுப்பு அமிலங்கள் → கொழுப்பு மற்றும் பிற ஸ்டீராய்டுகள்

1. *ஒரே அளவு குளுக்கோஸிலிருந்து காற்றுள்ள சுவாசம் காற்றில்லா சுவாசத்தினை விட 19 மடங்கு அதிக ஆற்றலை வெளிப்படுத்துகீறது.*
2. *காற்றுள்ள சுவாசத்தின்போது ஒவ்வொரு குளுக்கொஸ் மூலக்கூறும் 36 ATP மூலக்கூறுகளை உருவாக்கும்.*
3. *ரொட்டி தயாரிக்கும் போது கோதுமை மாவில் ஈஸ்ட் சேர்க்கப்படுவதால் CO_2 வெளியிடப்படுகிறது. இதனால் ரொட்டி மிருதுவாகவும், உப்பியும் காணப்படுகிறது.*

சிதை மாற்றம் (catabolism)

சிதை மாற்றம் என்பது செல்லின் செயல்பாடுகளுக்குத் தேவையான ஆற்றலை உருவாக்கும் நிகழ்ச்சி ஆகும். இந்நிகழ்ச்சியின் போது பெரிய மூலக்கூறுகள் (பொதுவாக கார்போ ஹைட்ரேட்கள் மற்றும் கொழுப்புகள்) செல்களால் சிதைக்கப்பட்டு ஆற்றல் வெளிவிடப்படுகிறது. இவ்வாறு வெளிப்படுத்தப்படும் ஆற்றலானது வளர் மாற்றத்திற்கான எரிபொருளாகவும், உடலை வெப்பப்படுத்தவும், தசை சுருக்கத்திற்கும் மற்றும் உடல் இயக்கத்திற்கும் பயன்படுத்தப்படுகின்றது. சிக்கலான வேதி மூலக்கூறுகள் மிக எளிய மூலக்கூறுகளாக சிதைக்கப்படுவதால் கழிவுப் பொருள்கள் உருவாகி அவை தொல், சிறு நீரகங்கள் மற்றும் நுரையீரல்கள் வழியாக வெளியேற்றப்படுகின்றன. சிதை மாற்றத்திற்கு கீழ்க்கண்டவற்றை எடுத்துக்காட்டுகளாகக் கூறலாம்.

அ. கார்போஹைட்ரேட் → குளுக்கோஸ்

ஆ. குளுக்கோஸ் → CO_2 + நீர் மற்றும்

இ. புரதம் → அமினோ அமிலம்

தொடர்ச்சியான வளர்சிதை மாற்ற வினைகள் உயிரியின் தன்னிலை காத்தல் நிலையைத் தக்க வைக்கின்றன. வளர்சிதை மாற்ற செயலானது உடலின் அயனிச் சமநிலையைப் பராமரிக்கக் காரணமாகிறது. இந்நிகழ்ச்சியானது மனித உடலின் இயக்கம் வளர்ச்சி, வளர்ச்சி நிலைகள், செல்கள் மற்றும் திசுக்களின் பராமரிப்பு மற்றும் சரி செய்தலுக்கு காரணமாகிறது. உயிரினங்களின் பல்வேறு உறுப்புகளிலும் வளர்சிதை மாற்ற வினைகள் நடைபெறுகின்றன.

ஒருவர் பூரண ஓய்வு நிலையில் இருக்கும்போதும் அவருக்கு ஒரு குறைந்த அளவிலான ஆற்றல் தேவைப்படும். அந்த ஆற்றலை அளப்பது அடிப்படை வளர்சிதை மாற்றம் எனப்படும்.