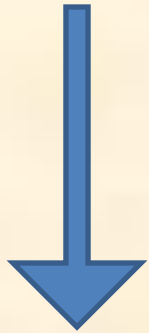


inorganic substances



water



mineral salts

water

- the most common substance in the cell, its content averages 80%.



The importance of water

1. Water is the solvent, chemical reactions occur in the aquatic environment.
2. Water is involved in chemical reactions in the cell
3. Water adds volume and elasticity to the cell
4. Ensures the supply of water into the cell and removal of unnecessary substances
5. Helps to move substances through the body



- вода участвует в химических реакциях в клетке
- придает клетке объем, упругость
- обеспечивает поступление веществ в клетку и удаление ненужных веществ
- способствует перемещению веществ по организму



Влияние воды на организм

Регулирует
температуру тела

Защищает органы
и ткани тела

Помогает
предотвратить
старение

Смазывает суставы

Насыщает
питательными
веществами и
кислородом клетки



Увлажняет ткани
глаз, носа и рта

Снижает нагрузку
на почки и печень,
путем вымывания
отходов

Помогает
растворять
минералы
и другие питательные
вещества

Mineral salts

- mineral salts are 1 – 1.5% of the mass of cells.
- Salts of sodium and potassium provide the manifestation of irritability
- Calcium salts give strength to the bones, clam shells, etc.



Обмен воды и минеральных солей



Большое значение для организма имеют минеральные соли. Они входят в состав самих клеток.

Например, соли кальция и фосфора нужны для построения костей. Кроме того, неорганические соли необходимы для осуществления обмена веществ, связанного с выведением из клетки и поступлением в нее различных химических соединений.