

DA LA SPIDA FIN AL SPERMA

da Silvana Derungs



Punts 176, p. 4/5

Noss corp uman consista per ina buna part dad aua. Quai savain nus gia. Ma nua è quell'aua? Ed en tge furma è quell'aua? E tge fan tut quels liquids insumma? Ina vista sin insaquants da noss liquids corporals.

Tar uffants novnaschids fa l'aua ora 75% da la paisa dal corp, tar ils creschids èn quai 50 fin 70%. Nossa pel consista da 72% aua, il sang dad 83%, il tscharvè da 75% ed il skelet da 22% aua. Las dunnas han pli pauc aua en lur organissem, cunquai ch'ellas han accumulà dapli grass ch'ìls umens en lur corp e grass cuntogna be 10–30% aua. Umens giuvens han en media ina massa da grass da 18%, dunnas giuvnas ina da 25%. Cun la vegliadegna metta il corp natiers pli gronds deposits da grass, fertant ch'il tessi da musculs sa reducescha.

Baiver e mangiar, secretar e transpirar

Noss corp ha en media in stgomi da 2.5 liters aua al di. La gronda part da l'aua bavain nus, 0.9 l recepin nus entras il nutriment. En nossa bucca vegn dal reminent produci fin 1.7 l spida al di. Ca. 0.3 l è aua dad oxidaziun (cun decumponer grass, idrats carbonics e proteïns datti aua ordlonder).

En nossa bucca vegn produci fin 1.7 liters spida al di.

Noss corp perda al di enturn 1.6 l aua entras l'urin ed ils excrements, 0.9 l cun respirar e suar (la stad e cun far gronds sforzs sa chapescha bler dapli). Tgi che baiva pauc, na sua betg damain; il sang daventa pli viscus e la circulaziun dal sang en ils organs po vegnir disturbada. Perquai: adina baiver avunda. La stad – da grondas chaliras – na datti sa chapescha nagut meglier ch'in té fraid. Ma noss tats prefereschan tuts plitost in té chaud (u tievi). E raschun han els. Noss corp producescha adina chalur fin che la temperatura dal corp è constanta. Bavrondas fraidas animeschan il corp da producir chalur, cunquai ch'il magun senta fradaglias. Sche nus bavain ina bavronda chauda, reducescha il corp la produczion da chalur sin basa dal stgoudament (artifizial)

supplementar en l'intern. Uschia ans dat ina bavronda chauda in rinfrestg – betg immediat durant baiver, ma curt temp suenter. L'enviern na sto la produczion da chalur betg vegnir stimulada supplementarmain, cunquai che l'aria fraida signaliseschan tuttina gia da stgouard il corp. Cun ina schuppa chauda sustegnain nus noss corp. Sur noss entir corp è radund 2 milliuns glondas da suaditsch repartidas. Il suaditsch è in secret asch che consista per ca. 99% dad aua e dasperas anc da clorid da natrium (sal), da proteïns e da divers acids.

Las glondas da suaditsch reguleschan la bilantscha termala dal corp; cun suar vegn effectuà sin la pel in fraid da svapuraziun. Il suaditsch renda ultra da quai loma la pel e procura per la dretga valor pH, cunquai che suaditsch è levamain asch. Sper quellas glondas da suaditsch ecrinas datti anc las glondas da suaditsch apocrinas: glondas d'odur che stattan en ina stretga relaziun cun follicels da pails. Tar l'uman cumparan quellas be sut la bratscha, en l'ureglia, enturn ils chavadels, vi dals viertgels da l'egl ed en la zona genitola. Quellas glondas produceschan a partir da la pubertad in secret da grass alcalic ed èn svilupadas pli fitg tar las dunnas che tar ils umens.

Mustgins che sgolan en l'egl

Essas vus gia as dumandads, tge funcziun che las survantscheglias han atgnamain? Ellas n'èn betg mo qua per vegnir tgiradas e per trair ora pails e per dar ina expressiun a l'egliada. Lur funcziun è la protecziun dals eglis da la glisch ed oravant tut impedeschan ellas che suaditsch crodia dal frunt giu en ils eglis. Era quels cuntognan natiralmain aua. Per exempel consista il *Corpus vitreum*, il corp transparent da l'egl cun sia materia schelatunusa, da 98–99% aua, il rest è in acid ed il protein collagen.

Ed en quest corp transparent sa chattan er ils mustgins sgulants – era numnads cun il pled franzos *mouches volantes*. Tutenina cumparan els – oravant tut, sch'ins mira sin insatge cler: verms u mustgas u punctins che auters na vesan betg, ma che n'èn tuttina betg in'imaginaziun. Quels mustgins n'èn dentant nagut auter ch'in turblament dal corp trans-

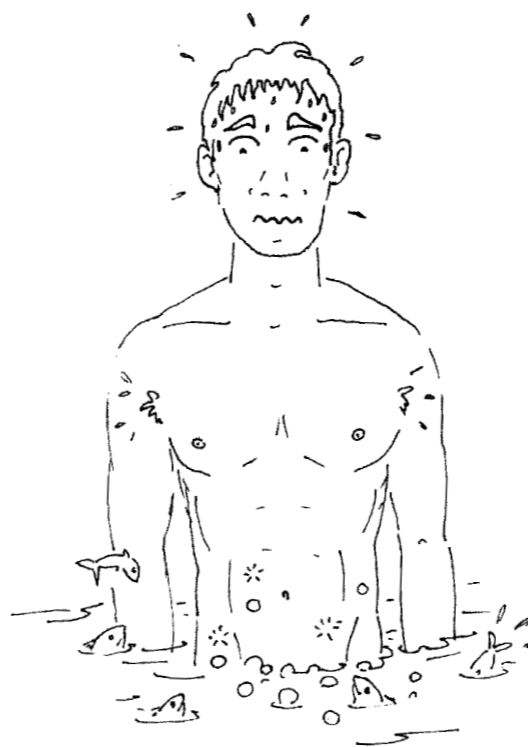
parent e derivan da finas fibras da collagen dissolvidas en la substanza. Pli blera glisch che penetrescha en l'egl e meglier ch'ins als vesa. Normalmain n'è quai pia nagut inquietant.

Larmas da bragir sa distinguon chemicamain da las larmas producidas entras reflexs.

Noss eglis possedan dentant anc in auter liquid: las larmas, producidas da las glondas lacrimales che han pliras sortidas en ils anguls externs da l'egl. Las larmas èn in liquid senza color, pover da proteïns, cun gust da sal ed ellas schubregian, umifitgeschan e nutreschan la pel-corna da l'egl. Cun ina battida da l'egl vegn il secret repartì sur l'entira pel-corna e sa tschenta a la fin en l'angul intern da l'egl per sbuccar en il chanal da larmas e giu en la chava dal nas. Larmas che vegnan producidas entras il bragir sa distinguon dal reminent en lur cumposiziun chimica da las larmas producidas entras reflexs. Ellas cuntognan ina considerablmain pli gronda quantitat da tscherts ormons sco er ils elements calium e mangan.



La mutschigna – necessaria e tabuisada
Cun las larmas arrivain nus pia en la chava dal nas. Là umifitgescha il secret da la mucosa nasala l'aria da respirar e filterscha quella da pulvra. Datiers a las foras-nas daventa ina part dal secret sitga e dira. Per pussibilitar ina libra respiraziun (la finala retegnan ils pails dal nas bleras particlas da merda) sto quella mutschigna vegnir eliminada.



Il «chavar nas» è dentant tabuisà en nossa societad e marcà sco nunigienic. Anc in pli ferm tabu è il mangiar questa mutschigna dira – in fatg che vegn era numnà mucofagia (dal grec *mukos* «mucosa» e *phagein* «mangiar»). Davairas disgustus, pudain nus pensar, ma nus tuts mangiain atgnamain mutschigna, pertge il secret dal nas cula normalmain «davostiers» da la gula giuadora.

En cas dad in dafraid passa il secret era da las foras-nas giu. Cunquai che las quantitads pli grondas da mutschigna pon stuppar il nas, cumenza l'uman normalmain a respirar atras la bucca. Qua vegn l'aria inhalada dentant ni umifitgada ni filtrada ni stgoudada sin la temperatura dal corp ed uschia avain nus savens

en cas dad ina respiraziun nasala impedida supplementarmain anc inflammaziuns da la gula, da la laringia e da las vias respiratoricas.

Via cun ils tissis e nà cun ils parasits

Pli engiu en noss corp avain nus in organ che nus sentin pliras giadas al di: la vaschia (*Vesica urinaria*). L'urin cuntanscha quella sur ils gnirunchels che zavran ils products finals dal metabolissem ed ils tissis che duain sortir dal corp. La vaschia po cuntanscher in volumen da 0.6 fin 1 liter tar in creschì. Normalmain avain nus dentant gia il sentiment da la stuaivar cun 150–300 ml urin. Il chanal da l'aua (*Urethra*) da la dunna è main che 5 cm lung, quel da l'um enturn 20 cm. Tar l'um sto l'ureter anc parter sia via cun il chanal dal sperma. Sin basa da la curtezza da ses ureter è la dunna pli periclitada da survegnir in'inflammaziun da la vaschia (*Cystitis*), cunquai che scherms – oravant tut bacterias dal tract digestiv – han in curt viadi dad entrar en las vias urinaras. Tar dunnas sexualmain activas è era l'uschenumnada Honeymoon-Cystitis enconuscha; probablmain vegnan bacterias normalmain nunprivludas massadas en il vair senn dal pled en l'ureter, sin basa da la vischinanza cun la vagina.

I dat dal reminent era parasits spezialisads sin quellas averturas dal corp. Perquai in cussegl per quels e quellas che van en l'Amazonas a far bogn: betg ir niv en l'aua ed oravant tut betg urinar en l'aua! Uschiglio vegn carnalà natiers il Candiru, in pesch parasit transparent da fin 15 centimeters lunghezza. El po nudar en las averturas dal corp, en la vagina u en il rectum – tar peschs pli pitschens er dal penis siadora en l'ureter – e sa nutrescha là da sang e pel. Per il pesch è quai la mort suenter in tschert temp, cunquai che l'uman è in osp fallà per quest parasit – malempernaivel èsi tuttina per ils pertutgads.

Il liquid da la vita nova

Nus avain gia menziunà il sperma – noss ultim liquid sin quest viadi. Quel sa cumpona da spermatozons, da tessids dals testiculs sco era da liquid da sperma che consista principalmain da secrets dals testiculs e da la prostata. La quantitat media d'ejaculaziun munta a ca. 2 fin 5 ml. 1 ml d'ejaculat cuntogna normal-

main 40–250 milliuns spermatozons (normo-spermia), dals quals ca. 15% n'èn anc betg madirs, gia memia vegls u defurmads. Sch'il dumber da spermatozons sutpassa ils 5 milliuns/ml, discurren dad infertilitad, en cas d'ina mancanza cumpletta da spermatozons d'ina azoospermia.

La quantitat media d'ejaculaziun munta a ca. 2 fin 5 ml.

La valor pH dal sperma è levamain alcalica (pH da 7.2) e segirescha cunquai la movibladad dals spermatozons che fissan tut steris en in ambient asch, sco quai ch'igl è per exempel en la vagina da la dunna (ina valor da 4 fin 4.5 pH, questa aschezza porscha dentant ina protecziun encunter infecziuns nà dal tract genital). La mucosa cervix a l'entrada da la madra è perencunter puspè alcalica e promova il moviment dals spermatozons – dentant be durant ils dis fritgaivels. En dis nunfritgaivels è quest schlem fitg viscus e tatgus e furma ina barriera encunter sperma e bacterias. Ina giada che quella barriera è surmuntada, sa movan ils spermatozons en media cun ina spertadad da 2–3 mm/min da la madra e da l'oviduct siadora. 24 fin 72 uras pon els surviver en il tract genital feminin ed uschia inseminar ina cella d'ov. E sche quai è il cas, s'igniva ina nova vita en la madra.

