

## **Glossariy**

### **7.1 Oziqlanish**

1. Oziqlanish – organizmga oziq-ovqat moddalarini qabul qilish, singdirish va foydalanish jarayoni.
2. Oziq-ovqat – tirik organizmga energiya va moddalar manbai bo‘luvchi organik va noorganik moddalar.
3. Moddalar almashinuvi – organizmdagi kimyoviy reaksiyalar yig‘indisi, oziq-ovqatdan energiya olish va yangi modda hosil qilish.
4. Qabul qilish – oziq-ovqatni yutib olish jarayoni.
5. Singdirish – oziq-ovqatni kichik molekulalarga bo‘lish jarayoni, ovqat hazm qilish fermentlari yordamida amalga oshadi.
6. Absorbtsiya – hazm bo‘lgan oziq moddalar qon yoki limfa orqali organizmga singib ketishi.
7. Oziq moddalar – oqsillar, yog‘lar, uglevodlar, vitaminlar, minerallar va suvni o‘z ichiga oladigan moddalar.
8. Oqsillar (proteinlar) – hujayralar va to‘qimalar qurilishida ishtirok etadigan asosiy moddalar.
9. Yog‘lar – energiya manbai va hujayra membranalarining tarkibiy qismi bo‘lgan organik birikmalar.
10. Uglevodlar – tez energiya manbai sifatida ishlatiladigan, asosiy oziq moddalar.
11. Vitaminlar – organizm uchun kichik miqdorda zarur bo‘lgan, ko‘plab fermentativ jarayonlarda ishtirok etuvchi birikmalar.
12. Minerallar – suyuqlik muvozanatini saqlash va organizm funksiyalarini tartibga solishda muhim elementlar.
13. Fermentlar – hazm jarayonida oziq-ovqatni parchalaydigan maxsus oqsillar.
14. Toshqoncha – ovqatni yutish va ichaklarga o‘tkazishda yordam beruvchi ovqat hazm qilish tizimi qismi.

15. Ichak – oziq-ovqatning yakuniy singdirilishi va qorin bo‘shlig‘ida oziq moddalar qonga o‘tishini ta’minlovchi organ.
16. Oshqozon – oziq-ovqatni qisman hazm qiladigan, kislotali muhitga ega bo‘lgan hazm qilish organi.
17. Energiya – organizm faoliyati uchun zarur bo‘lgan issiqlik va ish bajarish qobiliyati.
18. Metabolizm – organizmdagi moddalar sintezi va parchalanishi jarayonlari.
19. Katabolizm – murakkab moddalarning sodda molekulalarga parchalanishi va energiya hosil qilinishi.
20. Anabolizm – yangi murakkab moddalarning organizmda sintezi jarayoni.