

# 消化吸収に関わる臓器

摂取した食べ物（栄養）は血液や細胞に入るサイズにまで消化されます。

「消化」は、私たちの身体の消化管が行います。

今回は、消化管の簡単な役割についてご紹介いたします。









## 消化管とは

口から始まり、咽頭、食道、胃、十二指腸、小腸、大腸を経て肛門に至る食物を消化しながら運搬する一本の管です。

消化管は、全長約9mの管で口から始まり、肛門で終わります。

## 口から肛門までの消化管の役割と特徴

臓器	役割	特徴
口	そしゃく 咀嚼 	◆食物を細かく碎き、唾液と混ぜ合わせることで固形の食物を柔らかくして食道に食物を送ります。
いんとう 咽頭	えんげ 嚥下	◆食物が口から食道に向かう通り道です。
食道 	胃への食物の運搬	◆食物を胃に向かって運ぶ25～30cm程度の通り道です。
胃 	ちよりゆう 食物の貯留と殺菌	◆食道の先にある袋です。 ◆食物を一時的に貯留し徐々に十二指腸に排出したりたんぱく質のみ消化したり、胃酸によって食物を殺菌し腐敗を防ぎます。
十二指腸 	胃から排出された食物と消化液の混合	◆胃の次に位置しています。 ◆胃から送られてきた食物に、膵臓から分泌された消化液（膵液）を混ぜて、本格的に消化を開始します。
小腸 	消化と吸収	◆十二指腸に続き大腸へつながる6～7mの消化管です。 ◆小腸は空腸（上部）と回腸（下部）に区別されます。 ◆糖質、脂質、たんぱく質を含むほとんどの栄養素は空腸で吸収され、食物繊維などが多い食事は消化が遅くなるため回腸で吸収されます。
大腸 	便の排泄	◆小腸に続く大腸は、盲腸・結腸（上行結腸・横行結腸・下行結腸・S状結腸）・直腸からなる約1.6mの管です。 ◆大腸には消化機能がありません。
肛門	便の形成と貯留	◆消化管の出口です。消化吸収された食物の残りカスである便を排出します。 ◆肛門に消化酵素は存在しません。



## 豆知識

- ◆消化管はその名の通り「管（くだ）」です。  
口も肛門も外に通じる一本の管なので口から肛門まで続く消化管は身体にとって”体外”とされています。
- ◆食物は体外を通過しながら消化されて血液、つまり”体内”に吸収されます。
- ◆口から咽頭を通過する過程に問題があると嚥下機能（飲み込む能力）が低下し、むせたり・詰まらせたりしてしまいます。（高齢者は注意が必要）

食事をしている時は上記の順番で身体の中を食物が通って、それぞれの臓器が大切な働きをしています。人間の身体の中には、様々な臓器があります。これを機に臓器に興味を持ってみてはいかがでしょうか。