

Fiche pratique proposée par Léna, Aminata et Elia, volontaires service civique, dans le cadre de leurs missions 2019-2020 au sein de l'ASPTT BESANCON



Qu'est-ce que l'appareil respiratoire ?

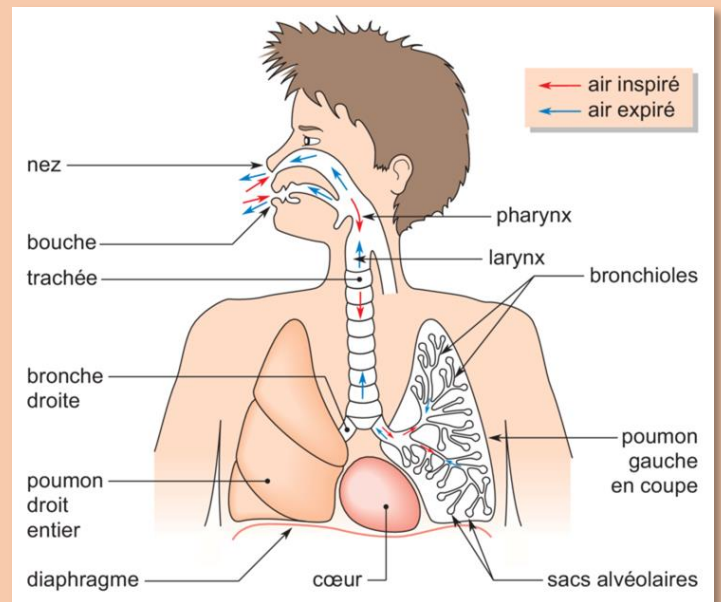
L'appareil respiratoire désigne l'ensemble des organes qui permettent de respirer. Quand tous font bien leur travail, l'oxygène qui se trouve dans l'air est capté et transmis à tout notre organisme. Très important pour nous, c'est lui qui permet à notre corps tout ce dont il est capable ! Voici, avec ce dessin, le chemin que prend l'air à travers nous : c'est notre appareil respiratoire !



Quand on inspire, les poumons se gonflent, oui, mais c'est le diaphragme qui permet leur gonflement... Il est situé en-dessous des poumons et lorsqu'il se contracte (avec l'aide des muscles intercostaux donc entre les côtes), il s'abaisse et permet le gonflement de la thoracique. L'air entre alors naturellement par le nez (qui filtre) ou la bouche. Ensuite, il poursuit son chemin dans la gorge où se trouvent le pharynx et le larynx, deux organes qui font passer l'air quand on inspire et expire. Il arrive à bon port lorsqu'il a rejoint les poumons, humidifié et à la même température que notre corps grâce à deux autres organes : la trachée et les bronches ! Les poumons possèdent beaucoup de vaisseaux sanguins car c'est l'endroit où les échanges gazeux entre notre organisme et l'extérieur se font. C'est là que le sang de tout le corps est oxygéné ou débarrassé du dioxyde de carbone (CO₂). Lors de l'expiration, c'est-à-dire quand on souffle, l'air prend le trajet inverse en rejetant de déchet du corps.



Il faut savoir que nos deux poumons peuvent paraître identiques mais en réalité, ils ne font pas la même taille : avec trois lobes, le poumon droit est plus gros que le gauche qui n'en possède que deux. Cette différence s'explique simplement, le cœur prend beaucoup plus de place à gauche qu'à droite !



Le rôle principal de notre appareil respiratoire est donc d'alimenter tout notre corps en oxygène, ou plutôt les cellules qui le compose car oui, ce sont elles qui ont besoin qu'on les alimente en oxygène et les décharge en dioxyde de carbone ! En gros, l'oxygène arrive dans les poumons et passe à travers les alvéoles pulmonaires (ce sont elles qui permettent les échanges gazeux) qui mesurent environ 200 millions de fois moins que ton corps ! Il est alors transporté par le sang jusqu'aux organes et enfin jusqu'à leurs cellules, ce sont elles aussi qui rejettent le CO₂.

« En te levant le matin, rappelle-toi combien précieux est le privilège de vivre, de respirer, d'être heureux. »
Marc-Aurèle