الحركات التنفسية

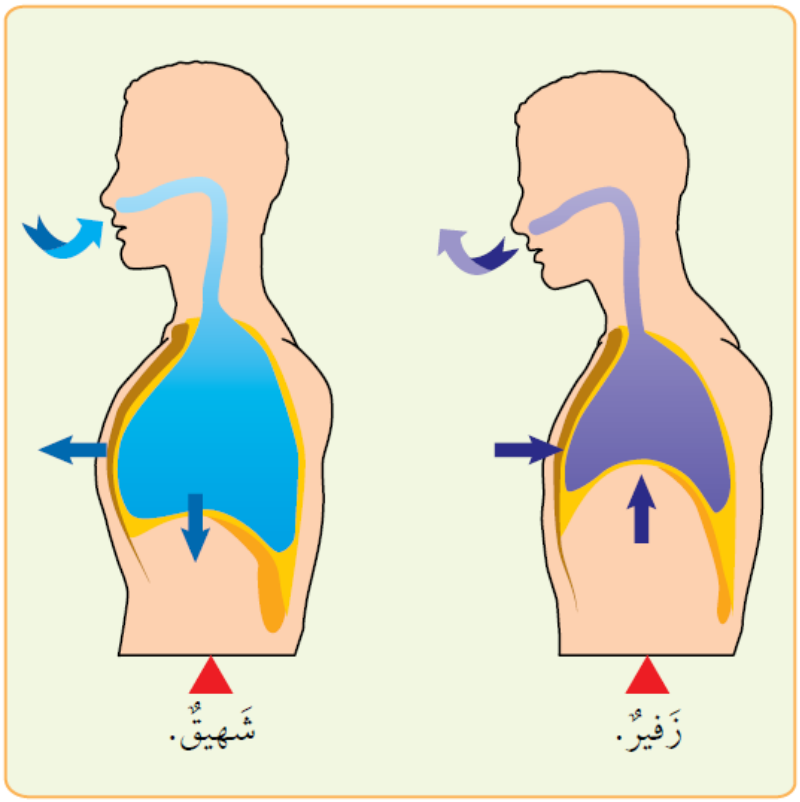
يوجد نوعان من الحركات التنفسية، هما:

أولاً: الشهيق

أثناء عملية الشهيق تتحرك عضلة الحجاب الحاجز إلى الأسفل، فيزداد حجم التجويف الصدري، وتتسع الرئتان، ويدخل الأكسجين.

ثانياً: الزفير

أثناء عملية الزفير تتحرك عضلة الحجاب الحاجز إلى الأعلى، فيقل حجم التجويف الصدري، ويخرج ثاني أكسيد الكربون.



مقارنة بين عمليتي الشهيق والزفير

وجه المقارنة	الشهيق	الزفير
حركة الحجاب الحاجز	إلى الأسفل	إلى الأعلى
حجم التجويف الصدري	يزداد	يقل
حجم الرئتان	يزداد	يقل

ناتج العملية	يدخل الأكسجين	يخرج ثاني أكسيد الكربون