



Inhoud	
Maag dundarm colon	
Maag	
Pepsine	Werkt bij lage pH
somatostatine	=inhibitie gastrine (en dus inhibitie van HCL secretie)
histamine	=zuursecretie
maaglediging	<p>Snelheid</p> <ul style="list-style-type: none"> • het maakt eigenlijk niet uit hoeveel je drinkt, om de 20 min is de helft uit de maag • max 40 ml/min → 1,8 – 2 L/uur (minder vanaf 75% VO₂max) <p>inhibitie</p> <ul style="list-style-type: none"> • pas vanaf een intensiteit van 75% VO₂max wordt de lediging trager • hoge osmolaliteit (maar niet veel effect) • Slechte smaak • water zonder wat KH • klein volume <p>stimulus</p> <ul style="list-style-type: none"> • het volume van de maag inhoud stimuleert in sterke mate de lediging • koude vloeistof stimuleert iets meer dan warm, koud gaat dus iets sneller door de maag • koolzuurhoudende dranken gaan iets sneller door de maag, tgv druk in de maag <p>glucose</p> <ul style="list-style-type: none"> • vanaf 4% is er lichte vertraging t.o.v. water • <10% glucose drank gaat snel uit maag, daarboven is de maaglediging trager <p>osmolaliteit</p> <p>het aantal deeltjes bepaalt de snelheid van de maaglediging, de grootte van de deeltjes in mindere mate polymeren = 10-25% snellere maaglediging dan monomeren</p>
IF (intrinsic factor)	<p>Definitie</p> <p>= GIF = Gastric Intrinsic Factor</p> <p>Productie</p> <p>parietaal cellen van de maag</p> <p>Functie</p> <p>bindt vit B12, werkt bij pH van 7, dus bindt pas na de maag en wordt opgenomen in het terminaal ileum</p> <p>Ziektes</p> <p>Pernicieuze anemie: AI op IF (zie Hemato erythrocyt) Atrofische gastritis: parietaal cel schade (GE maag)</p>
enzymen	lipase
Prostaglandines	beschermen maag (cox1) dus NSAIDS schadelijk (ook zuur)
zuursecretie	Door: gastrine / histamine2 / achetylcholine
dundarm	
enzymen	pancreaslipase, pancreasamylase, galzuren, darmlactase
glucose	<p>Opname</p> <p>actief (kost energie), met Na⁺ co-transport, water volgt passief SGLT1 = sodium dependent glucose transporter = voor opname glucose GLUT 5 = opname fructose</p>
water	<p>Opname</p> <p>diffusie, volgt osmolariteit</p>
fructose	<p>Opname</p> <p>passief (dus ook minder water opname)</p>
Koolhydraten opname darm	<p>Snelheid</p> <p>alle soorten koolhydraten (poly en monomeren) een piek na 30-45 minuten bij koolhydraten met een lage glycemische index is de piek alleen lager, maar niet later na 1,5-3 uur is er een reactieve hypoglycemie bij een hoge glycemische index</p>
Vit B12 opname	<p>Mechanisme</p> <p>bindt IF (zie Maag)</p> <p>Lokalisatie</p> <p>terminal ileum bevat receptoren voor IF</p>
trypsine	Trypsinogeen → trypsine
glucose	Zie Gastroenterologie sport
water	Zie Gastroenterologie sport
lengte	5 m
colon	
Functie colon	Vocht absorptie