## ****BÀI 30: MÁU VÀ HỆ TUẦN HOÀN Ở NGƯỜI****

**I. Máu:**

**1. Thành phần của máu**

**- Các thành phần của máu:**

**+ Huyết tương (55% thể tích máu)**

**+ Các tế bào máu (45% thể tích máu) gồm hồng cầu, bạch cầu, tiểu cầu**

**- Vai trò của các thành phần**

**+ Huyết tương: vận chuyển các chất dưới dạng hòa tan**

**+ Hồng cầu: vận chuyển chất khí (O2;CO2) trong cơ thể**

**+ Bạch cầu: tham gia bảo vệ cơ thể**

**+ Tiểu cầu: tham gia vào quá trình đông máu**

* **Chức năng của máu:**

**- Bảo vệ cơ thể**

**- Vận chuyển các chất cần thiết cho tế bào và mang các chất thải từ tế bào tới cơ quan bài tiết.**

**2. Miễn dịch**

**Miễn dịch là khả năng cơ thể nhận diện, ngăn cản và chống lại sự xâm nhập của mầm bệnh vào cơ thể.**

**3. Nhóm máu và truyền máu**

**Theo hệ máu ABO, có 4 nhóm máu: A, B, AB, O**

**Khi truyền máu cần thực hiện theo đúng nguyên tắc truyền máu**

**II. Hệ tuần hoàn:**

**Hệ tuần hoàn gồm tim và hệ mạch máu giúp vận chuyển máu đi khắp cơ thể**

**- Tim đẩy máu ra động mạch và hút máu từ tĩnh mạch**

**- Mao mạch là nơi thực hiện trao đổi chất và khí giữa máu và tế bào của cơ thể**

**III. Phòng bệnh về máu và hệ tuần hoàn:**

**- Cần thực hiện chế độ dinh dưỡng và lối sống lành mạnh**

**- Hạn chế tác nhân truyền bệnh**