

## Kādi ķīmiskie elementi ir cilvēka ķermenī?

Cilvēka organisms lielākoties sastāv no skābekļa, ūdeņraža un oglekļa. Galvenokārt tas ir tāpēc, ka organismā ir aptuveni 70% ūdens, kura molekulu veido skābeklis un ūdeņradis, savukārt ogleklis ir elements, kas ietilpst visās bioloģiskajās molekulās. Pie galvenajiem ķīmiskajiem elementiem

pieskaitāmi arī slāpeklis, kalcijs un fosfors, kas nepieciešami, lai veidotos proteīni, kauli un DNS. Taču ir arī daudz mazākā daudzumā atrodamie ķīmiskie elementi, kuri organismā pilda nozīmīgu funkciju un bez kuriem mēs nevarētu izdzīvot. Tādi ir, piemēram, kālijs, sērs un magnijs.

**97,85%**  
organisma  
veido seši  
ķīmiskie  
elementi

**65% skābekļa** – ietilpst gandrīz visās vielās

**18% oglekļa** – ietilpst gandrīz visās vielās

**10% ūdeņraža** – ietilpst gandrīz visās vielās

**3% slāpekļa** – proteīnos un DNS

**1,5% fosfora** – DNS, kaulos un zobos

**0,35% kalcija** – kaulos, zobos un asinīs