



DICTIONAR EXPLICATIV AL SĂNĂTĂȚII

Ion BAHNAREL
Cătălina CROITORU
Elena CIOBANU
Natalia BIVOL
Olga CERNELEV



Ion BAHNAREL, Cătălina CROITORU, Elena CIOBANU,
Natalia BIVOL, Olga CERNELEV

DIȚIONAR EXPLICATIV AL SĂNĂTĂȚII



La început a fost cuvântul...

BIBLIA

Chișinău
Centrul Editorial-Poligrafic *Medicina*
2025

613/614(038)
D 39

Aprobat la ședința *Consiliului de Management al Calității al Universității de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”*, proces-verbal nr. 04 din 14.03.2024

Aprobat la ședința *Comisiei metodice de profil Medicina Comunitară*, proces-verbal nr. 02 din 01.03.2024

Aprobat la ședința *Disciplinei de igienă*, proces-verbal nr. 02 din 29.09.2023

Autori:

BAHNAREL Ion, dr. hab. șt. med., prof. univ., Disciplina de igienă, DMP, Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”, Chișinău, Republica Moldova

CROITORU Cătălina, dr. șt. med., conf. univ., Disciplina de igienă, DMP, Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”, Chișinău, Republica Moldova

CIOBANU Elena, dr. șt. med., conf. univ., Disciplina de igienă, DMP, Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”, Chișinău, Republica Moldova

BIVOL Natalia, asist. univ., Disciplina de igienă, DMP, Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”, Chișinău, Republica Moldova

CERNELEV Olga, dr. șt. med., asist. univ., Disciplina de igienă, DMP, Universitatea de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”, Chișinău, Republica Moldova

Referenți:

GREJDEAN Fiodor, dr., hab., șt. med., Catedra de medicină socială și management „Nicolae Testemițanu”, Chișinău, Republica Moldova

PÎNZARU Iurie, dr. hab. șt. med., conf. univ., Agenția Națională pentru Sănătate Publică, Chișinău, Republica Moldova

Redactor: DONICI Silvia

Prezentul **Dicționar explicativ al sănătății** este o sistematizare în ordinea alfabetică a cuvintelor, care, în mod direct ori indirect, au atribuție la noțiunea de sănătate și reprezintă suport informativ pentru studenți, rezidenți, medici, asistenți ai instituțiilor de învățământ medical superior și mediu de specialitate. Dicționarul poate fi util și pentru publicul larg.

DESCRIEREA CIP A CAMEREI NAȚIONALE A CĂRȚII DIN REPUBLICA MOLDOVA

Dicționar explicativ al sănătății / Ion Bahnarel, Cătălina Croitoru, Elena Ciobanu [et al.]. – Chișinău: CEP *Medicina*, 2025 (Print-Caro). – 168 p.

Referințe bibliogr.: p. 167 (8 tit.). – [150] ex.

ISBN 978-5-85748-253-7.

613/614(038)
D 39

Tipar executat la Tipografia „PRINT-CARO”
printcaro@gmail.com

ISBN 978-5-85748-253-7.

© Ion Bahnarel, Cătălina Croitoru, Elena Ciobanu, Natalia Bivol, Olga Cernelev, 2025

© CEP *Medicina*, 2025

CUVÂNT ÎNAINTE

Ca să poți trata un pacient trebuie înțeles, mai întâi de toate, ce este sănătatea și ce este boala! Sănătatea este un fenomen mult mai complex decât boala. Din păcate, majoritatea oamenilor încep să prețuiască sănătatea atunci când o pierd...

Medicina, știința sănătății, pune accentul, în primul rând, pe sănătatea și pe parametrii pentru măsurarea acesteia, astfel încât orice medic să poată aprecia dacă în timpul tratamentului pacientul evoluează spre sănătate sau, din contra, regresează spre boală, dezechilibru. Tratamentul ar trebui să aibă un efect benefic simultan asupra celor trei dimensiuni ale sănătății.

Organizația Mondială a Sănătății a propus, în 1946, următoarea definiție pentru sănătate: „Sănătatea este o stare pe deplin favorabilă atât fizic, mental, cât și social, și nu doar absența bolilor sau a infirmităților”. Mai târziu a fost inclusă în această definiție și „capacitatea de a duce o viață productivă social și economic”.

Sănătatea publică (după OMS) este „știința care studiază problemele de sănătate ale unei populații, starea de sănătate a colectivității, serviciile de igienă a mediului, serviciile generale sanitare și administrarea serviciilor de îngrijiri. Este strâns legată de conceptele medicinei preventive, medicinei sociale, abordând în egală măsură sănătatea comunitară, sănătatea publică și veterinară”.

Starea de sănătate este și echilibrul biologic dintre organism și mediu, cu posibilitatea manifestării reacțiilor de adaptare ale organismului.

De-a lungul anilor, despre sănătate s-a scris mult și se va mai scrie, oricum ea rămâne cea mai mare bogăție a fiecărui om.

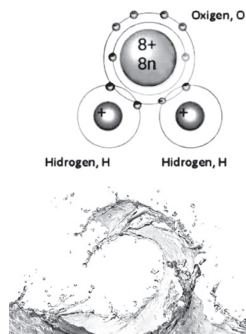
Definirea și aprecierea corectă a indicatorilor de sănătate ar permite evidențierea grupurilor umane după gradul de sănătate. În funcție de gradul de sănătate pot fi elaborate măsuri de fortificare sau de îmbunătățire a stării de sănătate a populației.

Un parametru bun de evaluare a stării de sănătate a unui individ este gradul în care aceasta este liber să creeze, mai degrabă decât să distruge. Să creeze în interesul și spre binele celor din jur. Pentru aceasta, el trebuie să fie:

- liber de durere, disconfort sau slăbiciune la nivel fizic;
- liber de pasiuni excesive la nivel emoțional (pasiune în cel mai larg sens, fără conotații senzuale) ceea ce are ca rezultat o stare de calm și de seninătate;
- liber de egocentrism și de egoism la nivel mental-spiritual, având ca rezultat final unificarea totală cu Adevărul.

Doar un Om sănătos, care tinde spre Adevăr, poate crea lucruri geniale!

Autorii dicționarului



Abdomen

- cavitate situată între torace și centura pelviană, conținând cea mai mare parte a viscerelor, aparatelelor digestiv și urinar.

Abiogeneză

- concepție conform căreia originea materiei vii trebuie căutată în materia fără viață.

Abnegație

- atitudinea persoanei care renunță la dorințele și la interesele personale în favoarea altcuiva. Devotament (dus până la sacrificiu de sine) pentru motive superioare, de ordin religios, social etc.; atitudine de profund atașament față de o cauză, un țel etc.

Absolut

- care este independent de orice condiții și relații, care nu este supus nici unei restricții, care nu are limite; necondiționat, perfect, desăvârșit.

Absorbție

- fenomen fizic prin care un corp lichid sau solid încorporează, prin difuziune, din afară, o substanță oarecare.

Absorbție intestinală

- proces fiziologic complex prin care produșii finali de digestie, apa, sărurile minerale și vitaminele sau alte substanțe (cum ar fi medicamentele) trec prin mucoasa intestinală și ajung în mediul intern (în sânge sau în limfă). Cea mai mare parte a absorbției nutrienților are loc în intestinul subțire, în jejun și

în ileon. În cazul electroliților și a alcoolului, absorbția are loc la nivelul stomacului. La creșterea vitezei de absorbție intestinală contribuie mărirea suprafeței intestinale, din conținutul vilozităților și vascularizația bogată a intestinului.

- Acarian** – animal de talie mică din clasa arahnidelor, ectoparazit al omului (trăiește pe piele), hematofag (se hrănește cu sângele gazdei). Unii acarieni provoacă doar neplăceri cutanate precum prurit.
- Accelerarea dezvoltării fizice** – amplificarea vitezei de creștere și de diferențiere somatică, de dezvoltare psihologică, observată în secolele XX-XXI, în raport cu urbanizarea, gradul înalt de civilizație, ameliorarea condițiilor de viață etc.
- Acceptabil** – aproximativ bine realizat.
- Acetilcolină** – compus organic, esterul acidului acetic cu colina, care acționează ca neurotransmițător la om și la multe specii de animale. A fost primul neurotransmițător identificat la nivelul sistemului nervos central și a celui periferic (abreviată ACh).
- Acid** – substanță chimică cu gust acru și miros înțepător; înroșește hârtia albastră de turnesol și în combinație cu o bază formează o sare.
- Acid alfa-lipoic** – acid organic prezent în toate celulele umane. Este produs în mitocondrii („uzinele energetice” ale celulelor), unde ajută enzimele să transforme glucoza în energie. Acidul alfa-lipoic este și un antioxidant puternic.
- Acid ascorbic** – acid organic cu proprietăți antioxidante sub formă unei pudre sau a unor cristale albe spre galben-deschis solubile în apă.
- Acid dezoxiribonucleic** – acid nucleic, principalul constituent chimic al cromozomilor, suport al controlului activităților celulare și al transmiterii caracterelor ereditare. Molecula sa este foarte lungă și comportă două catene răsucite una în jurul celeilalte într-o dublă elice (abreviat ADN).

- Acid elagic** – antioxidant de origine vegetală cu potențial anti-proliferativ (prin inhibarea legării anumitor substanțe cu potențial malign de ADN). Oferă protecție împotriva stresului oxidativ.
- Acid folic** – vitamina hidrosolubilă B₉ ce ajută organismul să producă celule noi sănătoase; este indispensabil la formarea de globule roșii ale sângelui de către măduva osoasă. Are o importanță deosebită pentru femeile însărcinate, prevenind apariția de malformații congenitale majore ale creierului sau ale coloanei vertebrale la făt.
- Acid fumaric** – acid dicarboxilic nesaturat natural, prezent în majoritatea fructelor și în multe legume, izomerul trans al acidului maleic, dar mult mai stabil decât acesta.
- Acid glutamic** – aminoacid proteinogen neesențial. Glutamatul, baza conjugată a acidului glutamic, este un neurotransmițător important care joacă un rol important în potențarea pe termen lung și este important în procesele de învățare și de memorare (abreviat Glu).
- Acid gras** – acid organic, principalul constituent al lipidelor, împreună cu glucidele constituie sursa primordială de energie. Acizii grași provin din degradarea glucidelor sau a lipidelor alimentare.
- Acid gras esențial** – acid gras necesar în alimentația omului și a animalelor, deoarece organismul acestora nu este capabil să-l sintetizeze prin procese de anabolism.
- Acid hialuronic** – polizaharidă prezentă în mod natural în cartilajii și în piele.
- Acid pantotenic** – vitamina B₅; joacă un rol important în producerea de energie, grăbește vindecarea rănilor și cicatrizarea operațiilor, reduce oboseala, depresia și anxietatea, menține sănătatea sistemului nervos.

- Acid ribonucleic** – acid nucleic a cărui moleculă are o structură analogă celei a unei catene de ADN. Informația genetică, purtată de către ADN, este transcrisă în ARN și apoi tradusă într-o proteină a citoplasmei (abreviat ARN).
- Acid uric** – acid organic rezultat din degradarea acizilor nucleici (ADN și ARN), produsul final al descompunerii purinelor; din organism este eliminat cu urina.
- Aciditate gastrică** – caracteristică a stomacului datorată secreției, de către mucoasa gastrică, a sucului gastric. Acesta conține pepsină (enzima care degradează proteinele), acid clorhidric (omoaie bacteriile din alimente și favorizează acțiunea pepsinei) și factor intrinsec (esențial pentru absorbția vitaminei B₁₂ în intestinul subțire). Senzațiile de acru și arsurile de stomac sunt manifestări ale hipersecreției acide trecătoare provocată de către unele alimente (grăsimi prăjite, alcool).
- Aclimatizare** – proces biologic și social de adaptare activă a organismului la noile condiții climatice.
- Acomodare vizuală** – modificare a curburii cristalinului sub influența mușchiului ciliar, care permite formarea unor imagini clare pe retină, atât în vederea de aproape, cât și de la distanță. Acomodarea regresează începând cam de la vârsta de 40 de ani ca urmare a rigidității progresive a cristalinului.
- Actinometru** – aparat pentru măsurarea intensității radiațiilor electromagnetice din atmosferă.
- Activ** – care participă efectiv la o acțiune, harnic, sângeros.
- Activitate** – ansamblu de acte fizice, intelectuale și morale făcute în scopul obținerii unui anumit rezultat; folosire sistematică a forțelor proprii într-un anumit domeniu, participare activă și conștientă la ceva; muncă, ocupație, îndeletnicire, lucru.

Activitate fizică	– mișcare corporală produsă de mușchii scheletali care necesită cheltuieli de energie. Pentru beneficiul general de sănătate se recomandă ca adulții să dedice activității fizice moderate cel puțin 30 de minute pe zi. Copiii trebuie să practice activitatea fizică de intensitate moderată cel puțin 60 de minute pe zi.
Activitate musculară	– contracția și relaxarea mușchilor scheletici bazată pe transformarea energiei chimice în energie mecanică, care permite mișcarea corpului. Acest proces are loc prin intermediul unor semnale electrice și chimice care sunt transmise între sistemul nervos central și mușchi, determinând contracția acestora.
Actualiza	– a face să fie actual, a (re)aduce în prezent; a face să corespundă gusturilor, cerințelor prezentului.
Acupunctură	– formă complementară de tratament; ramură a medicinei tradiționale chineze ce vizează reechilibrarea energetică – energia fundamentală considerată „dătătoare de viață”. Acupunctura constă în practicarea de înțepături cu ace în puncte precise ale suprafeței corpului unui pacient cu scopul de a vindeca anumite boli sau de a provoca un efect analgezic.
Acuratețe	– grijă deosebită, atenție mare, exactitate în executarea unui lucru.
Acvacultură	– creșterea unor specii de animale și de alge în vederea comercializării.
Adapta	– a transforma pentru a corespunde anumitor cerințe; a face potrivit pentru întrebuințare în anumite împrejurări.
Adinamie	– scădere accentuată a forței musculare, declin acut al puterii, slăbiciuni musculare, însoțite de micșorarea esențială sau întreruperea activității motorii.
Adipocit	– celulă a organismului conținând lipide; componentul de bază al țesutului adipos; celulă adipoasă.

- Aditiv alimentar** – substanță naturală sau sintetică adăugată alimentelor într-un scop științific sau tehnic precis. În mod normal, aditivul alimentar nu este consumat ca aliment, nu este utilizat ca ingredient alimentar caracteristic, având sau nu valoare nutritivă. În multe țări, inclusiv în Republica Moldova, utilizarea aditivilor alimentari este reglementată.
- Adjuvant** – substanță care activează acțiunea unui medicament.
- Adolescență** – perioadă a evoluției unui individ care face trecerea de la copilărie la vârsta adultă. Adolescența începe la pubertate (către 11-13 ani la fete și 13-15 ani la băieți) și este însoțită de importante transformări biologice, psihologice și sociale.
- Adrenalină** – hormon produs de regiunea medulară (centrală) a glandei suprarenale, cu rol primordial în funcționarea sistemului nervos simpatic. Adrenalina este unul dintre elementele de răspuns de apărare al organismului: stimularea aparatului cardiovascular (accelerarea bătăilor inimii, hipertensiune, vasoconstricție); dilatarea bronhiilor, cu facilitarea respirației; creșterea nivelului sangvin de glucoză, sursa de energie pentru celule.
- Aer** – amestec de gaze care formează straturile inferioare ale atmosferei Pământului.
- Aerare** – schimb de aer, organizat natural, în care aerul atmosferic pătrunde prin canale speciale de aerare amplasate deseori sub geamuri, în apropierea caloriferelor încălzirii centrale.
- Aerisire** – schimb natural de aer semiorganizat prin ferestre, ferestre și uși.
- Aeroion** – ion atmosferic, eliberat prin descărcări electrice, evaporarea apei etc.
- Aerosol** – starea în care particule foarte fine ale unui lichid, ale unei soluții sau ale unei substanțe solide se găsesc dispersate într-un gaz.

- Aglutinină** – anticorp capabil să producă aglutinarea elementelor (celule, germeni, globule roșii etc.) purtătoare ale antigenului împotriva căruia el se îndreaptă. Aglutininele antibacteriene apar în serul subiecților care au fost în contact cu anumite bacterii. Acest contact poate să fi fost spontan, în timpul unei infecții generate de germenul cauzal sau provocată printr-o vaccinare. Nivelul ridicat al aglutinelor poate fi dovada indirectă a responsabilității unui microorganism într-o infecție.
- Aglutino-gen** – substanță de natură proteică care, introdusă în organism, stimulează producerea aglutininei.
- Alăptare** – mod de alimentare a nou-născutului și a sugarului în care laptele joacă rolul exclusiv sau principal.
- Alăptare exclusivă** – practica de alăptare a sugarului fără complementarea cu alte produse alimentare sau lichide (de ex.: apă, suc, produse alimentare sau lapte matern). Perioada de alăptare exclusivă se întinde în mod obișnuit de la naștere până la vârsta de 2-4 luni. În timpul acestei perioade, necesitățile copilului sunt deosebit de ridicate în apă, în energie (proteine, glucide și lipide), în calciu și în fosfor, toate aceste elemente fiind prezente în lapte. Alăptarea exclusivă asigură protecție crescută contra majorității bolilor. Conform OMS, la nivel populațional, alăptarea exclusivă până la vârsta de șase luni este calea optimă de alimentație a sugarului. După această vârstă, sugarii trebuie să fie complementați cu alimente, continuând alăptarea până la vârsta de doi ani și mai mult.
- Alăptare maternă** – alăptarea la sân. Laptele matern este alimentul cel mai bine echilibrat pentru sugar (conținutul în grăsimi, elemente minerale și de vitamine). Laptele îi aduce sugarului anticorpii indispensabili pentru a lupta împotriva infecțiilor, în special a gastroenteritelor. Alimentarea sugarului la sân creează un raport fizic și afectiv privilegiat între mamă și copil.

De la primele ore după naștere, glanda mamară secretă un lichid gălbui și vâscos, colostrul, foarte bogat în elemente antiinfecțioase. Adevărata secreție lactată apare adesea mai târziu.

- Albumen** – țesut vegetal din semințele unor plante în care se depozitează substanțele nutritive de rezervă și care servește embrionului ca hrană în timpul germinăției.
- Albumină** – substanță proteică complexă din materia vie.
- Alcalin** – care are o reacție bazică, albăstrind hârtia de turnesol și neutralizând acizii.
- Alcaloid** – substanță bazică azotată de origine vegetală sau obținută sintetic, toxică, folosită în doze mici ca medicament.
- Alcool** – derivat al hidrocarburilor în care unul sau mai mulți atomi de hidrogen au fost înlocuiți cu grupe hidroxil. Lichid incolor, volatil, inflamabil, cu miros și gust specific, obținut prin fermentarea zahărului din cereale, din fructe, din cartofi etc. sau pe cale sintetică. Alcoolul este folosit în medicină ca substanță dezinfectantă, la prepararea tincturilor, a băuturilor tari.
- Aldosteron** – hormon cu structură steroidă, asemănătoare corticosteronului, produs de glanda suprarenală. Joacă un rol central în menținerea echilibrului sodiu-potasiu în organism și în reglarea tensiunii arteriale.
- Aliment** – substanță pe care organismul o poate prelua și asimila; produs în stare naturală sau prelucrat ce contribuie la supraviețuirea și la creșterea organelor și a organismului în întregime; purtător al substanțelor nutritive; produs alimentar.
- Aliment funcțional** – aliment care conține compuși biologici activi și care prezintă efecte fiziologice de promovare a stării de sănătate și (sau) efecte de reducere a riscului de boli cronice.

Alimentație	– faptul de a (se) alimenta, de a introduce în organism substanțe nutritive.
Alimentație dietetică	– alimentație destinată persoanelor cu diferite boli care este și o condiție prealabilă pentru creșterea rezistenței, consolidarea apărării organismului slăbit și consolidarea efectului terapeutic realizat.
Aldosteron	– hormon mineralocorticoid secretat de către glandele suprarenale, care reglează tensiunea arterială prin: stimularea reabsorbției de apă și de sodiu la nivel renal, creșterea volumului sangvin circulant și al eliminării de potasiu în urină.
Ambianță fizică	– mediu fizic în care se desfășoară activități umane, cum ar fi munca, studiul, recreerea sau viața de zi cu zi. Poate include factori precum iluminatul, temperatura, zgomotul, vibrația, umiditatea și calitatea aerului.
Amelioratori alimentari	– substanțe chimice naturale sau sintetice utilizate pentru modelarea anumitor proprietăți ale produselor; pot fi organoleptizanți.
Amilază	– enzimă de origine salivară sau pancreatică intervenind în degradarea amidonului în maltoză.
Anabolism	– proces de transformare a substanțelor nutritive pătrunse în organism în substanțe proprii organismului.
Angiotensină	– hormon peptidic care determină vasoconstricția și, ulterior, creșterea tensiunii arteriale; parte a sistemului renină-angiotensină. Angiotensina stimulează eliberarea de aldosteron.
Anticoncepționale	– pastile pe bază de hormoni care au rolul de a împiedica fecundarea ovulului de către spermatozoid. Pentru eficiență maximă, anticoncepționalele trebuie administrate doar la recomandarea medicului ginecolog.

- Antioxidanți alimentari** – substanțe care asigură stabilitatea grăsimilor și a produselor alimentare ce conțin grăsimi. Acțiunea antioxidantă se bazează pe capacitatea sporită a acestora de a lega oxigenul, comparativ cu gliceridele, acizii grași nesaturați.
- Aortă** – principala arteră a organismului care își are originea în ventriculul stâng și se extinde până la abdomen; distribuie sângele oxigenat în întreg corpul.
- Aparat** – ansamblu de organe care participă la îndeplinirea unei funcții fiziologice în corpul uman.
- Apă** – unul din cele mai importante elemente ale mediului ambiant; cel mai simplu și răspândit compus al hidrogenului cu oxigenul în natură.
- Apă minerală** – apă de izvor sau formată artificial (sondă) a cărei compoziție în elemente minerale permite utilizarea cu scop terapeutic.
- Apă oxigenată** – soluție antiseptică, dezinfectantă și hemostatică utilizată ca antiseptic sub forma unei soluții diluate, capabilă să elibereze oxigen gazos echivalent a zece volume ale lichidului respectiv.
- Apendice** – prelungire a unui organ. *Apendicele vermicular* sau *apendicele ileocecal*, numit apendice în vorbirea curentă, se formează în dedesubtul orificiului ileocecal, la punctul de joncțiune între intestinul subțire și intestinul gros.
- Apgar** – sistem pentru evaluarea funcțiilor vitale ale unui nou-născut din primul minut de viață și aprecierea evoluției la 3, 5 și 10 minute mai târziu. La naștere sunt notate cinci elemente: frecvența cardiacă; mișcările respiratorii; colorația pielii (albastră, în caz de conținut mic în oxigen al sângelui sau prea palidă); tonusul muscular; reacțiile la stimuli.
- Apofiză** – proeminență osoasă. Există apofize articulare, a căror formă variază în funcție de tipul de articulație căreia le aparțin, și apofize nearticulare, care constituie locul de inserție a unui mușchi sau a unui

- tendon. Acestea din urmă sunt denumite, după localizarea lor, tuberozitate, tubercul, spină, creastă sau linie.
- Aport de referință pentru substanțe nutritive** – aportul zilnic în substanțe nutritive care corespunde necesităților majorității absolute de indivizi aparent sănătoși dintr-un anumit grup de populație, specific după vârstă, gen, intensitatea muncii, starea fiziologică.
- Aport zilnic acceptabil** – cantitatea de chimicale care ingerată zilnic pe toată durata vieții nu produce efecte apreciabile.
- Aromatizanți alimentari** – substanțe naturale sau sintetice utilizate pentru potențarea aromei și a gustului produselor alimentare care nu conțin sau conțin arome în cantități insuficiente.
- Arteră** – vas care vehiculează sângele din inimă spre țesuturi. Arterele sunt tuburi flexibile cu pereți groși al căror diametru se micșorează pe măsură ce se depărtează de inimă.
- Atmosferă** – amestec de gaze și de vapori de apă ce se menține ca un înveliș în jurul pământului și se rotește împreună cu el.
- Arteriolă** – vas sangvin de diametru mic care asigură legătura între o arteră și un capilar.
- Articulație** – ansamblul elementelor prin care oasele se unesc unele cu altele.
- Astragal** – os scurt al piciorului în formă de scripete situat între extremitatea inferioară a gambei și calcaneu.
- Ață dentară** – sfoară acoperită uneori cu ceară folosită pentru îndepărtarea bacteriilor și a resturilor alimentare din spațiile interdentare.
- Azot** – component predominant al atmosferei, revenindu-i 78,09 %. Fiind un gaz inert, nu ia parte la procesele metabolice ale organismelor vii, servind ca diluant al oxigenului, deoarece viața în oxigen pur este imposibilă.



BCG

- vaccin antituberculos ce permite să se obțină o imunitate durabilă față de tuberculoză.

Babeș-Papanicolau, test ~

- test diagnostic pentru afecțiunile maligne sau pre-maligne ale colului uterin prin examenul citologic exfoliativ. Se disting cinci clase: I – frotiu normal; II – frotiu inflamator; III – frotiu suspect cu celule modificate; IV – frotiu tipic neoplazic cu celule atipice și celule normale; V – frotiu neoplazic cu un mare număr de celule atipice. Sinonime: Papanicolau, frotiu Papanicolau.

Balneologie

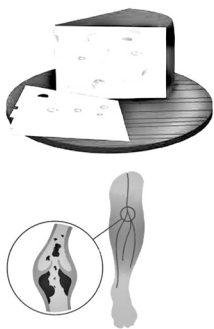
- studiul acțiunii curative a apelor minerale sau termale și a nămolurilor.

Barieră hema-toencefalică

- barieră fiziologică între sistemul sangvin și sistemul nervos central care servește la menținerea unei homeostaze constante în creier, care este complet separată de circulația sangvină. Această barieră are rolul de filtru pentru a împiedica pătrunderea în creier a substanțelor toxice, a germenilor patogeni care se pot afla în sânge. În același timp, bariera permite pătrunderea din sânge a substanțelor nutritive necesare creierului. Această filtrare selectivă a unor substanțe este realizată de *pia mater*.

- Bariu, Ba** – metal alcalino-pământos moale de culoare alb-argintiu. Este utilizat în medicină ca substanță de contrast pentru explorarea radiologică a tubului digestiv.
- Bazin** – centură osoasă situată în josul abdomenului ce susține coloana vertebrală, căreia îi sunt atașate membrele inferioare. Bazinul este format din două oase iliace articulate în spate, de o manieră rigidă, cu sacrumul, prelungit în jos cu coccisul.
- Băi cu nămol** – amestecarea apei termale cu un noroi. Acest tip de băi sunt indicate în tratamentul reumatismului.
- Băi termale** – utilizarea apelor termale în scop terapeutic. Sunt indicate pentru diferite afecțiuni în funcție de compoziția apei (bogată în calciu, în sulf, în fier, în cupru, în sulfați, în bicarbonați, în bioxid de carbon etc.).
- Bătrânețe** – cea de a treia perioadă a vieții marcată medical prin cea mai mare frecvență a afecțiunilor majore: arterioscleroză, cancere, boli degenerative. Din punct de vedere social se disting două perioade ale bătrâneții. În prima perioadă (61-80 de ani), denumită și vârsta a treia, subiecții sunt autonomi și o duc mai bine decât în secolul trecut datorită progreselor igienei, prevenirii și terapiei. Subiecții ajungi în cea de a doua perioadă a bătrâneții, desemnată ca vârsta a patra, sunt adesea afectați de diferite afecțiuni motorii, deficite senzoriale și/sau intelectuale, care îi privează, în măsură mai mare sau mai mică, de autonomie.
- Benzoat de sodiu** – aditiv alimentar utilizat ca și conservant, de obicei în băuturile răcoritoare carbogazoase.
- Betaină** – aminoacid cu numeroase beneficii: luptă împotriva bolilor de inimă, ajută la creșterea masei musculare și la scăderea în greutate. Cunoscută și ca trimetilglicină, este unul dintre cele mai populare suplimente, dar nicidecum un nutrient nou.

- Bilirubină** – pigment galben-brun care provine din degradarea hemoglobinei (și a câtorva alți pigmenți respiratori); principalul colorant al bilei.
- Biliverdină** – pigment biliar de culoare verde rezultat din degradarea hemoglobinei în măduva osoasă și în splină. Ulterior aceasta este transformată în bilirubină și eliminată împreună cu bila în intestin.
- Biodisponibilitate** – raportul dintre cantitatea de substanță activă și viteza cu care aceasta este cedată, absorbită în organism și ajunge la locul de acțiune, manifestându-și efectul biologic.
- Bioritm** – variație periodică a unui fenomen fiziologic.
- Biotină** – vitamina B₇; vitamină solubilă în apă implicată în multe procese metabolice, esențială pentru sănătate și frumusețe datorită beneficiilor pe care le are pentru un păr sănătos, o piele mai frumoasă și suplă, și unghii rezistente.
- Bioxid de carbon** – gaz prezent în natură în stare liberă și legată. Până la 70 % din bioxidul de carbon este dizolvat în apa mărilor și a oceanelor, restul este legat de lumea animală și vegetală.
- Bol alimentar** – masă de alimente mestecate, înmuiate și aglutinate, prin acțiunea salivei, a dinților și a limbii, gata de a fi înghițită.
- Brânză** – produs lactat obținut prin coagularea laptelui sub acțiunea cheagului și/sau a fermenților lactici, și care a fost scurs de zer.
- Bufeu de căldură** – senzație de căldură subită și trecătoare (durează 1-2 minute) resimțită pe față, gât și torace, însoțită de transpirații și de frisoane. Bufeurile de căldură constituie întotdeauna semnele unei modificări a activității hormonale. Cel mai des ele sunt consecutive unei diminuări a producției de estrogeni în timpul menopauzei. Bufeurile sunt favorizate de emoții și de schimbările temperaturii exterioare. Apariția lor este imprevizibilă și incontrollabilă, iar intensitatea variabilă.

**Calciferol**

- vitamina D; reprezintă un grup de vitamine liposolubile, esențiale în absorbția calciului și a fosforului la nivelul intestinului, catalizând totodată transformarea fosforului organic în anorganic și mobilizându-l în țesuturi.

Calcitonină

- hormon secretat de glandele paratiroidiene, tiroidă și timus; participă în metabolismul calciului (favorizează trecerea calciului din sânge în os).

Calciu, Ca

- element chimic prezent în natură și în corpul uman; mineral esențial pentru organismul uman, indispensabil pentru asigurarea solidității osoase și funcționării celulelor musculare și nervoase, asigură funcționarea normală a sistemului osteoarticular, densitatea osoasă și funcționarea celulelor musculare și nervoase. Calciul este depozitat în oase. Deși se regăsește în mai multe alimente, fixarea lui în oase depinde de prezența altor vitamine și minerale.

**Calitate
a vieții**

- măsură în care o persoană este sănătoasă, se simte confortabil și este capabilă de a participa sau de a se bucura de evenimentele vieții; percepția indivizilor asupra situațiilor sociale, în contextul sistemelor de valori culturale în care trăiesc și în funcție de propriile necesități, standarde și aspirații.

Calorie	– unitate de măsură a energiei eliberate de căldură, utilizată pentru a exprima consumurile și necesitățile energetice ale organismului, precum și valoarea energetică a alimentelor. O calorie este cantitatea de energie necesară pentru ridicarea temperaturii unui mililitru (ml) de apă la temperatura standard inițială cu un grad Celsius (1°C).
Canulă	– tub mic de metal, de material plastic sau de cauciuc care permite trecerea aerului sau a unui lichid printr-un orificiu, natural sau practicat chirurgical.
Capacitate pulmonară	– cantitatea de aer prezentă în plămâni, măsurată în scopuri diagnostice în timpul unei explorări funcționale respiratorii.
Capacitate de muncă	– totalitatea posibilităților morfologice și funcționale ale individului de a efectua procesul de muncă timp îndelungat, menținând intensitatea și calitatea muncii; starea psihică, emoțională și fiziologică a organismului care îi permite omului să efectueze calitativ un anumit volum de lucru, într-un anumit timp.
Capilar	– vas sangvin de diametru foarte mic care transportă sângele de la arteriole la venule.
Caracter	– <i>în genetică</i> , orice caracteristică individuală transmisibilă în mod ereditar generațiilor următoare.
Carbohidrați	– compuși organici (numiți și glucide, hidrați de carbon, hidrocarbonați) care au în compoziție carbon, hidrogen și oxigen. Ei sunt sursa principală de energie pentru organismele vii.
Carență glucidică	– deficit de glucide ce apare în caz de regim alimentar restrictiv. Un astfel de consum poate determina o hipoglicemie, scăderea anormală a glucozei sangvine, care este un simptom și nu o boală.
Cariotip	– formulă ce descrie numărul cromozomilor unei specii.

- Carmazină** – aditiv alimentar suspectat a fi implicat în favorizarea apariției sindromului ADHD.
- Carne** – partea comestibilă din corpul unor mamifere, păsări, pești, crustacee și moluște; una dintre cele mai importante surse proteice. Proteinele din carne au o înaltă valoare nutritivă, datorită faptului că au un coeficient de absorbție ridicat și conțin toți aminoacizii esențiali.
- Carnitină** – substanța întâlnită în celule care stimulează oxidarea (arderea) acizilor grași (grăsimilor). Adesea este administrată ca supliment alimentar pentru scăderea în greutate.
- Caroten** – pigment portocaliu, liposolubil, precursor al vitaminei A, prezent în morcovi, în roșii, în unele legume verzi, în fructe, în laptele integral și în unt. Un consum excesiv de alimente bogate în beta-caroten provoacă îngălbenirea pielii. Această colorație dispare rapid de îndată ce se suprimă excesul de aport alimentar în beta-caroten. Beta-carotenul protejează pielea față de soare prin stimularea sintezei melaninei.
- Catabolism** – procesul de transformare a unor substanțe complexe, specifice organismului, în alte substanțe mai simple și nespecifice.
- Catecolamine** – grup de substanțe cu rol major în răspunsul la stres al organismului. Cele mai importante catecolamine sunt adrenalina (epinefrina) și noradrenalina (norepinefrina).
- Cazeină** – proteină din lapte în urma coagulării căreia se formează partea componentă principală a brânzeturilor. Cazeina se utilizează ca aditiv alimentar sau ca liant pentru chibrituri. Ca sursă de hrană, cazeina furnizează aminoacizi, carbohidrați și două elemente esențiale – calciu și fosfor.

- Căi biliare** – ansamblu al canalelor care asigură colectarea și transportul bilei care provine din ficat și este excretată în intestinul subțire.
- Căi digestive** – ansamblu al organelor cavitare ale aparatului digestiv, începând de sus în jos, se disting: cavitățile bucală, faringele, esofagul, stomacul, intestinul subțire (duodenul, jejunul, ileonul), colonul, care se termină prin sigmoid, rect și anus.
- Căi lacrimale** – ansamblu al conductelor care vehiculează lacrimile provenind de la glandele lacrimale spre canalul lacrimonazal, care se deschide în fosele nazale.
- Căi limfatice** – ansamblu al vaselor limfatice care drenează limfa până în circulația sangvină prin canalul toracic.
- Căi optice** – structuri nervoase care transmit senzația vizuală a retinei la cortexul occipital al creierului.
- Căi respiratorii** – ansamblu al organelor cavitare ale aparatului respirator care conduc aerul până la alveolele pulmonare, unde se efectuează schimburile gazoase între sânge și aer (oxigenarea sângelui, în principal).
- Cărbune activat** – medicament utilizat pentru proprietățile lui adsorbante (fixare prin simplul contact) față de gaze, lichide și toxice. Cărbunele activat se obține prin calcinarea materiilor de origine vegetală sau animală și devine activ când a suferit o pregătire specială destinată să crească puterea sa adsorbantă. Este administrat pe cale orală.
- Câmp vizual** – ansamblul punctelor din spațiu pe care ochiul îl poate percepe atunci când este imobil.
- Celulă** – element constitutiv fundamental al oricărei ființe vii.
- Celuloză** – poliglucid nedigerabil care nu trebuie să lipsească din rația alimentară a oamenilor, deoarece formează masele fecale, îmbunătățește microflora intestinală, crește motilitatea intestinală și promovează excreția de colesterol.

Cercetare a paternității

- cercetare întreprinsă pentru a determina dacă un individ, cel mai des un copil, provine sau nu din părintele presupus. Se bazează pe analize biologice (în principal, sangvine și de biologie moleculară), care permit stabilirea faptului că o persoană poate fi tatăl alteia dacă ambele persoane prezintă caractere care n-au putut fi transmise decât prin ereditare: grupa sangvină, compatibilitatea tisulară (determinând posibilitatea de a primi sau de a dona un organ cu ocazia unei grefe), asemănare genotipică (în succesiunea constituenților ADN-ului cromozomilor) etc. Cel mai des mama este și ea solicitată și suportă de asemenea analizele corespunzătoare.

Cereală

- plantă din familia gramineelor ale cărei grăunțe, întregi sau transformate în făină, sunt utilizate în alimentația umană. Cerealele cel mai des consumate sunt grâul, secara, orezul, porumbul, orzul, ovăzul, meiul. Cerealele conțin concomitent proteine, grăsimi, zaharuri, săruri minerale și vitamine. Ele sunt deosebit de bogate în vitaminele B (B_1 , B_2 , B_3 , B_6) și E, în magneziu și în fibre, dar conțin puțin calciu. Grăunțele lor conțin 10-15% de apă, 70-76% de glucide (în special sub formă de amidon), 8-12% de proteine și 2-4% de lipide. O parte din valoarea nutritivă a grăunțelor se pierde dacă acestea sunt decorticate sau dacă făina este cernută.

Cerumen

- substanță cu aspect ceros, de consistență moale, situată în fundul conductului auditiv extern. În mod normal, cerumenul este evacuat spontan. Totuși, poate să se acumuleze în fundul conductului auditiv extern, mai ales din cauza utilizării bețișoarelor cu vată, provocând iritații, diminuări ale acuității auditive. Evacuarea dopului de cerumen, uneori dificilă, trebuie să fie realizată de către un medic fie prin aspirație, fie prin irigare sau chiar prin extracție.

Cheag

- masă semisolidă care se formează atunci când sângele coagulează. Un cheag este constituit din celule

sangvine (globule roșii și plachete) și din fibrină. Atunci când sângele proaspăt este lăsat în contact cu aerul, el se transformă rapid într-o masă amorfă. După câteva ore, aceasta se retractă și exsudă un lichid numit ser. Masa compactă supernatantă și constituie cheagul. Cheagul are funcția de a opri hemoragia atunci când vasele sangvine sunt rupte.

Chefir

- băutură lactată acidulată, produsă prin fermentarea laptelui consecutiv adăugării unei levuri conținute în „grăunțele de chefir”. Se susține rolul acestui aliment în longevitatea locuitorilor din unele zone montane.

Cheltuială energetică

- cantitatea de energie cheltuită de către un individ pentru a-și asigura metabolismul bazal, creșterea și activitatea musculară timp de 24 de ore.

Cheratină

- proteină care intră în structura părului, epidermei, unghiilor, coamelor, copitelor etc.

Chiasmă optică

- încrucișare în X a căilor optice (ansamblu de neuroni care conduc influxul nervos de la retină la lobul occipital) din encefal. Chiasma optică este situată la baza creierului, chiar deasupra hipofizei.

Ciclu menstrual

- o serie de modificări naturale din sistemul reproducător feminin care fac posibilă sarcina. Ciclu menstrual se repetă de la pubertate până la menopauză, și, în mod normal, nu este întrerupt prin perioadele de sarcină (poate fi provocat artificial prin contracepție hormonală). Ciclu durează în medie 28 de zile și cointerează hipofiza, ovarele, uterul și vaginul.

Circulator, aparat ~

- ansamblu organelor (inimă și vasele sangvine) care asigură circuitul sângelui în corpul uman.

Circulație sangvină

- mișcare a sângelui în vasele sangvine sub impulsivitatea pompei cardiace. Circulația sangvină furnizează celulelor organismului, prin intermediul sângelui, oxigen și substanțe nutritive pentru a-și îndeplini funcția. Sângele urmează două circuite:

circulația pulmonară sau mica circulație, are loc reoxigenarea sângelui în contact cu alveolele pulmonare, și circulația sistemică sau marea circulație, irigă organele cu sânge reoxigenat. Toate schimbările gazoase între sânge și organe se efectuează prin intermediul capilarelor – ramificațiile terminale de foarte mic calibru ale vaselor sangvine.

- Circumferința a taliei** – valoare numerică, exprimată în centimetri, obținută prin plasarea unui metru de croitorie în jurul abdomenului pe deasupra buricului și pe dedesubtul coastelor. Măsurarea taliei reprezintă o modalitate adecvată de a afla dacă o persoană prezintă un risc mai mare de a dezvolta probleme de sănătate asociate cu excesul de grăsime. Femeile cu circumferința taliei mai mare de 90 de centimetri sau bărbații cu circumferința taliei mai mare de 100 de centimetri au un risc mai mare de a dezvolta afecțiuni legate de obezitate precum diabetul, hipertensiunea și bolile cardiovasculare.
- Cisteină** – α -aminoacid neesențial implicat în protecția organismului, activând globulele albe, și în vindecarea rănilor. Este folosit și ca aditiv alimentar, având numărul E920 (abreviat CyS sau C).
- Citocrom** – proteină indispensabilă producerii de energie de către celule.
- Citochine** – molecule proteice care acționează asupra celulelor de tipuri variate posedând receptori proprii fiecăreia dintre ele. Citochinele sunt secretate de către limfocite (globule albe care intervin în imunitatea celulară) și de către macrofage (celule de apărare ale organismului cu misiunea de a absorbi particulele străine), implicate în dezvoltarea și în reglarea răspunsurilor imunitare. Unele dintre ele au primit denumirea după funcția lor principală, altele poartă un nume generic, interleuchină, urmat de un număr (de la 1 la 18).

- Climă** – totalitatea factorilor fizici atmosferici (temperatura, umiditatea, viteza de mișcare a aerului, presiunea atmosferică) și telurici (relief, vegetație, suprafețe de apă, câmp electromagnetic etc.), caracteristici pentru o anumită regiune, ce condiționează spațiul vital al organismelor pe o perioadă îndelungată de timp.
- Climă excitantă** – climă caracterizată prin fluctuații diurne și sezoniere semnificative ale factorilor meteorologici ce solicită maxim mecanismele de adaptare ale organismului.
- Climă indiferentă** – climă caldă, cu fluctuații mici ale temperaturii și ale altor factori meteorologici în intervalele de timp lunare, zilnice și anuale.
- Climatologie** – *în medicină*, studiul influenței climatelor asupra organismului. Unele tipuri de climă au efecte benefice.
- Clonă** – totalitate a celulelor care derivă de la o singură celulă și care au, în consecință un patrimoniu genetic riguros identic cu cel al celulei inițiale.
- Coagulare** – transformarea sângelui lichid în gel semisolid. Antrenând formarea cheagului, coagularea permite ca sângerarea consecutivă unei răniri să fie oprită. Acest proces este consecința unei înlănțuiri de reacții chimice implicând diferite substraturi și enzime plasmatică. Ea pune în joc 13 factori, care intervin în acest lanț de reacții. Aceste interacțiuni au drept rezultat transformarea unei proteine solubile, fibrinogenul, într-o proteină insolubilă, fibrina, care formează armatura cheagului.
- Cocaină** – alcaloid natural sau sintetic utilizat în medicină ca anestezic local. Cocaina este considerată un stupefiant.
- Cod genetic** – sistem biochimic prin care se stabilește relația dintre acizii nucleici și proteine. Constă în corespondența dintre fiecare aminoacid și o succesiune de trei nucleotide, numită codon.

- Coeficient de adâncime al încăperii** – distanța de la peretele cu ferestre până la cel mai îndepărtat punct al peretelui opus (în încăperile cu iluminarea unilaterală).
- Coeficient de luminozitate** – raportul suprafeței vitrate a ferestrelor la suprafața podelei din încăpere (abreviat CL).
- Coeficient de neuniformitate** – raportul dintre iluminarea mai mare și cea mai mică în același plan.
- Coeficient de reflexie al fondului** – raportul dintre raza de lumină incidentă (care cade pe suprafața examinată) și raza de lumină reflectată (de la suprafața examinată). Este folosit pentru aprecierea iluminării naturale la locul de muncă.
- Coeficient de unipolaritate** – regim de ionizare a aerului determinat de raportul ionilor grei la numărul de ioni ușori și de raportul dintre numărul de ioni pozitivi și numărul de ioni negativi.
- Coeficient intelectual** – raport între vârsta mintală și vârsta reală a unui individ, multiplicat cu 100. Vârsta mintală este evaluată printr-o serie de teste. Prin definiție, coeficientul intelectual normal este 100. Dacă este sub 70, el traduce o debilitate mintală, iar dacă este mai mare de 140, indică faptul că persoana este supradotată.
- Colagen** – principala proteină structurală care se găsește în spațiul extracelular în diverse țesuturi conjunctive animale. Fiind principalul component al țesutului conjunctiv, colagenul constituie aproximativ 25-35% din cantitatea totală de proteine. Structura colagenului este realizată prin împletirea a trei lanțuri polipeptidice helicoidale, care formează fibrile alungite.
- Colecistochinina** – hormon secretat de mucoasa duodenului (primul segment al intestinului subțire) și eliberat în circuitul sangvin. Participă ca mediator în mai multe procese din organism.

- Colesterol** – substanță asemănătoare grăsimilor conținută natural în produsele de origine animală. Colesterolul este necesar pentru producerea de hormoni și de vitamine. Când nivelul acestuia este foarte mare, o parte se depozitează pe pereții vaselor sangvine. Cu timpul, depozitele cresc și îngustează vasele sangvine, reducând circulația sangvină și crescând riscul bolilor cardiovasculare.
- Colorant** – substanță care redă sau intensifică culoarea produselor alimentare, naturală sau sintetică, pentru a-i îmbunătăți prezentarea. În mod normal, coloranții nu sunt consumați ca alimente și nu sunt utilizați ca ingrediente caracteristice în alimentație. Utilizarea coloranților ca aditivi alimentari este strict reglementată. Sunt notați în E cu cifrele 100-182.
- Compatibilitate sangvină** – posibilitate de a amesteca sângele unui individ cu cel al altuia fără a provoca reacția imunitară de hemoliză. Verificarea compatibilității sangvine trebuie să fie efectuată înaintea oricărei transfuzii, chiar la patul bolnavului.
- Complement** – sistem enzimatic care participă la reacțiile antigen-anticorp și, în particular, la distrugerea antigenelor. Complementul joacă un rol fundamental în lupta împotriva bolilor infecțioase și a vectorilor. Un deficit, înăscut sau dobândit, a unuia dintre componentele complementului, antrenează un mai mare risc de a contracta anumite boli.
- Complex imun circulant** – asociere între un antigen și unul dintre anticorpii corespunzând acestui antigen.
- Comportament** – ansamblul manifestărilor obiective ale unui individ prin care se exteriorizează viața psihică, precum și totalitatea modalităților de reacție a organismului față de mediul înconjurător.
- Comunicare în sănătate** – procesul de transmitere a informațiilor privind starea de sănătate, riscurile și politicile din domeniu sub formă de mesaje simbolice între două sau mai

multe persoane, instituții, unele cu statut de emițător, altele cu statut de receptor, transmiterea făcându-se prin intermediul unor canale specifice. Comunicarea poate fi verbală, în formă orală sau scrisă, și nonverbală. Comunicarea riscurilor este o funcție de bază a instituțiilor de sănătate publică.

- Comunitate** – grup de persoane care locuiesc în același spațiu geografic; unitate spațială sau teritorială de organizare socială în care membrii au comportamente diferite, un limbaj și tradiții comune și ale căror interese și identitate cultural-valorică sunt asemănătoare, au un sens al identității și al apartenenței exprimate de relații sociale continue. *Comunitatea medicală*: un grup de oameni calificați în domeniul medicinei și asociați cu profesia medicală.
- Concepție** – în biologie, fecundarea ovulului de către spermatozoid. În mod normal, la om concepția are loc în tromba externă a trompei lui Fallopio, de la 12 până la 48 de ore după un contact sexual fecundant.
- Condiții inofensive de muncă** – condiții de muncă în care factorii profesionali nocivi și periculoși sunt excluși sau nivelurile acestora nu depășește normativele stabilite.
- Condiții de muncă** – totalitate a factorilor de mediu ocupațional și a procesului de muncă ce pot influența capacitatea de muncă și sănătatea angajatului.
- Condiții de trai** – elemente care în ansamblu determină nivelul de trai al unui individ; suportul desfășurării acțiunilor într-un mediu. Condițiile de trai reprezintă o necesitate de prim-rang, conform piramidei lui Maslow fiind aliniate pe prima treaptă alături de hrană, de apă și de sex. Condițiile indecente de trai generează, pe plan afectiv-emoțional, fiziologic și psihic, o dezvoltare improprie, defectuoasă. Totodată, condițiile sanogene de trai reprezintă suportul intelectual, performanțele fiind sporite de suportul mediului favorabil în care individul își desfășoară activitățile în marea majoritate a timpului.

- Conducție** – transmiterea influxului nervos cardiac responsabil de contracțiile automate și ritmate ale inimii. Influxul nervos cardiac se produce datorită unui țesut miocardic specializat, denumit țesut nodal.
- Conservant alimentar** – aditiv alimentar care asigură prelungirea duratei de păstrare și a stabilității produselor alimentare datorită acțiunii bacteriostatice.
- Constipație** – emisie anormal de rară a scaunelor, mai puțin de trei scaune pe săptămână.
- Contracepție** – metodă care vizează evitarea fecundației unui ovul de către un spermatozoid sau, în caz că fecundația a avut loc, evitarea nidației oului fecundat.
- Control al nașterilor** – sistem medical aflat sub control legislativ, aplicat într-o țară pentru a favoriza dezvoltarea contracepției.
- Control de stat în domeniul sănătății publice** – parte a supravegherii exercitată de către autoritatea competentă pentru supravegherea sănătății publice în scopul prevenirii, depistării și eliminării încălcărilor legislației sanitare de către persoanele fizice și juridice.
- Controlul masei corporale** – atingerea și menținerea greutateii sănătoase prin consumul alimentelor nutritive și prin activitate fizică.
- Coordonare** – *în biologie*, totalitatea mecanismelor nervoase care asigură, în fiecare moment, coordonarea contracțiilor și relaxării diferitor mușchi ai scheletului. Coordonarea presupune intervenția mai multor organe. Căile nervoase aduc informațiile la encefal de la căile sensibilității profunde (poziția articulațiilor, gradul de tensionare a mușchilor), ale sensibilității tactile, ale vederii, ale echilibrului. Sistemele motorii comunică în sens invers instrucțiunile encefalului, comandând contracțiile musculare: căile piramidale, care vin de la cortexul cerebral, trans-

mit mișcările voluntare, iar căile extrapiramidale transmit pozițiile și ajută mișcarea voluntară.

- Cord** – organ musculos cavitat situat în partea mediană stângă a toracelui, între cei doi plămâni, care asigură circulația sangvină în corp datorită contracțiilor regulate; inimă.
- Cordon ombilical** – structură tubulară conjunctivă ce conține vasele care leagă fătul de placentă, asigurându-i un aport de oxigen și de elemente nutritive ce provin din sângele mamei. Cordonul ombilical se prezintă ca un cordon răsucit, cu lungimea de 40-60 cm și lumenul de 1-2 cm.
- Cordon spermatic** – cordon fibros care leagă cavitatea abdominală de epididim și de testicul. Cordonul spermatic cuprinde toate elementele vasculare, nervoase și funcționale destinate epididimului și testiculului: canalul deferent, vasele spermatiche și diferențiale, filetele nervoase și ligamentul lui Cloquet.
- Cornee** – membrană fibroasă și transparentă inserată în sclerotică (albul ochiului) care constituie partea anterioară a globului ocular.
- Corp galben** – formațiune temporară și ciclică cu funcție endocrină care se dezvoltă în ovar, după ovulație și care secretă progesteron.
- Corp plutitor** – pată închisă la culoare, de mărime și de formă variabilă, sub formă de puncte, filamente sau spirale, care se mișcă odată cu mișcările ochiului. Perceperea corpurilor plutitoare (flotante) exprimă o dezlipire posterioară a corpului vitros (masă gelatinoasă transparentă care umple bulbul ochiului), care se separă de retină. De regulă, este benignă și fără consecințe.
- Cortex cerebral** – parte periferică a emisferelor cerebrale, sediul funcțiunilor nervoase cele mai elaborate ca mișcarea voluntară și conștiința; scoarță cerebrală.

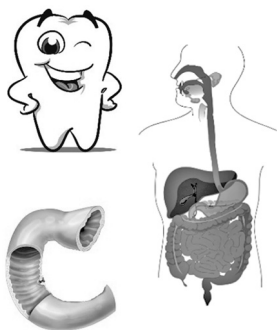
- Corticoliberină** – hormon polipeptidic hipotalamic și neurotransmițător implicat în răspunsul la stres.
- Corticosteroid** – hormon secretat de către zona corticală a glandelor suprarenale. Se cunosc trei grupe de corticosteroizi: mineralocorticoizi, glucocorticoizi și sexosteroizi.
- Corticosuprarrenală** – zonă periferică a fiecăreia dintre cele două glande suprarenale care elaborează și secretă hormoni corticosteroizi.
- Corticotropină** – hormon adrenocorticotrop, un polipeptid tropic secretat de hipofiza anterioară (adenohipofiză), cu rol în producția și în secreția hormonilor corticosteroizi. Din punct de vedere structural, conține 39 de resturi de aminoacizi (abreviat ACTH).
- Cortizon** – hormon din grupul glucocorticosteroizilor secretat de glandele suprarenale pornind de la un alt hormon – cortizol. Este produs și prin sinteză chimică.
- Cosmetic** – substanță nemedicamentoasă, sub formă de cremă sau de loțiune, aplicată pe piele, pe mucoase sau pe dinți în vederea curățirii, protejării, modificării aspectului sau al mirosului lor.
- Craniu** – cutie osoasă care conține și protejează encefalul.
- Creatină** – acid organic azotat prezent în mod natural în mușchii umani cu rol în contracția musculară.
- Creatinină** – substanță azotată provenind din degradarea creatinei. După trecerea în sânge, unde concentrația sa normală este de aproximativ 62-115 $\mu\text{mol/l}$ (de la 7 la 13 mg/l), creatinina este eliminată prin rinichi în urină.
- Creatinkinază** – enzimă esențialmente musculară care intervine în conservarea energiei prin fosforilarea creatinei.
- Creier** – organul central al sistemului nervos cu rol vital în controlul și coordonarea funcțiilor corpului uman; encefal.

Creștere intrauterină	– dezvoltarea fătului în interiorul uterului matern.
Creșterea copilului	– mărire a dimensiunilor corporale, din multiplicarea și creșterea volumului celulelor, țesuturilor și a organelor, din perioada intrauterină și până la adolescență.
Cristalin	– lentilă biconvexă, situată în spatele irisului și în fața corpului vitros, care intervine în procesul de acomodare.
Crom, Cr	– oligoelement metalic necesar organismului în diferite reacții biochimice, îndeosebi în metabolismul glucidelor și al lipidelor. Cromul este indispensabil corpului uman doar în cantități foarte mici.
Cromatidă	– fiecare dintre cele două copii identice ale unui cromozom, reunite prin centromer în momentul mitozei.
Cromatină	– constituent principal al nucleului celulelor între două diviziuni celulare.
Cromatopsie	– percepție vizuală a culorilor datorată conurilor din retină.
Cromozom	– purtător al informației genetice dislocat în nucleul celulei.
Cronaxie	– timpul minim în care are loc o excitație; timpul în care un curent electric, având o intensitate dublă față de reobază, trebuie să parcurgă un nerv, un mușchi etc. pentru a-l excita; timpul fiziologic caracteristic de excitabilitate a fiecărui organ sau țesut; durata minimă de acțiune a unui curent electric necesar ca substratul excitat să atingă pragul de răspuns.
Crustacee	– clasă de animale nevertebrate. Unele crustacee precum racii, omarii, crabii, langustele, creveții etc. sunt folosite pe larg în alimentația omului. Crustaceele sunt bogate în substanțe proteice, săruri minerale, în special de calciu și de magneziu, în vita-

mine, în special vitamina A în carnea de crab și a vitaminelor din grupul B în carnea de rac, homar, creveți.

Cupru, Cu

- metal de culoare roșu-brun indispensabil organismului pentru o bună funcționare a anumitor enzime și protecția față de anumite substanțe toxice (radicalii liberi). Necesarul zilnic de cupru pentru un adult este de 3-5 mg.



Debit

- termen utilizat în medicină pentru exprimarea parametrilor sistemului circulator și respirator, iar unitățile de măsură sunt adaptate ordinului de mărime al parametrilor respectivi.

Debit cardiac

- cantitatea de sânge expulzată de fiecare ventricul într-un minut. La omul sănătos, valorile medii variază între 5,5 și 6,5 l.

Debit respirator

- volum de aer inspirat sau expirat de către plămâni pe unitatea de timp și a cărui măsurătoare este utilizată în scop de diagnostic.

Debitmetru

- aparat folosit pentru măsurarea debitelor de curgere a lichidelor și a gazelor.

Defecare

- acțiunea prin care sunt expulzate fecalele din intestin.

Deficit energoproteic

- complex de afecțiuni cauzate de lipsa de proteine și de energie în rația alimentară.

Deglutiție

- act fiziologic reflex prin care bolul alimentar trece din cavitatea bucală în esofag, apoi în stomac.

Demografie

- știință care, prin metode cantitative, studiază fenomene și procese legate de numărul, repartiția geografică, structura, densitatea, mișcarea populației

umane și componența ei pe grupe de vârstă, genuri etc.; știință care studiază statistic problemele referitoare la mișcarea populației, la compoziția și la numărul ei etc.

- Densitate calorică** – numărul de calorii per gram de aliment.
- Densitate nutrițională** – conținut în nutrienți per cantitate de aliment. Produsele alimentare nutritiv dense furnizează cantități substanțiale de vitamine și de minerale, și relativ puține calorii.
- Densitometrie osoasă** – măsurare a densității osoase prin evaluarea conținutului mineral al oaselor, în principal a calciului.
- Dentiție** – totalitate a dinților și așezarea lor; evoluție fiziologică a oricărui sistem dentar, care realizează treptat amplasarea totalității dinților.
- Deshidratare** – stare în care organismul pierde mai mult lichid decât este necesar. Se poate manifesta brusc pe timp de caniculă. Atunci când temperaturile sunt foarte ridicate, din organism se elimină, prin transpirație, apa și sărurile minerale. Acestea trebuie înlocuite constant printr-un aport corespunzător de lichide.
- Determinant al sănătății** – factor sau condiție care are impact asupra sănătății indivizilor și comunității. Sunt cinci categorii de determinante ale sănătății – factori socioeconomiци, biologici și de mediu, comportamentali, tradiții, asigurarea calității și accesibilitatea serviciilor de sănătate publică – care determină starea de sănătate a populației.
- Dezvoltare a copilului** – ansamblu al fenomenelor care participă la transformarea progresivă a ființei umane de la concepția ei și până la vârsta adultă; dezvoltarea psihomotorie a copilului. Aceasta acoperă dezvoltarea motorie (achiziționarea mișcărilor, a coordonării) și dezvoltarea senzorială, intelectuală, afectivă și socială, și este o dovadă a maturării progresive a sistemului nervos.

- Dezvoltare fizică** – complex de indicatori morfofuncționali legați strâns de capacitatea de muncă fizică și nivelul stării biologice a individului în momentul actual concret de timp.
- Diastolă** – perioadă de relaxare musculară și de umplere a ventriculelor cardiace, urmează după sistolă.
- Dietă** – reguli care impun consumul de nutrienți în anumite cantități și din anumite grupuri de alimente. Aceste reguli sunt dependente de datele biologice ale individului care urmează dieta și variază de la o dietă la alta; abținerea temporară, totală sau parțială, de a consuma alimente din motive personale sau terapeutice.
- Dietetică** – teoria și practica nutriției unei persoane bolnave bazată pe principiile fiziologice ale digestiei, biochimiei nutrimenților, igienei regimului alimentar, siguranței alimentelor, tehnologiei producerii și preparării alimentelor, terapiei și altor discipline clinice ale medicinei. Studiu al alimentației, include cunoașterea valorii nutritive a alimentelor și a transformării lor în decursul gătirii și conservării. Dietetica permite să se stabilească regimuri alimentare adaptate necesităților.
- Digestie** – ansamblu al proceselor mecanice și biochimice care asigură transformarea și absorbția alimentelor. După ce a fost înghițit, bolul alimentar trece în faringe, apoi în esofag și ajunge în stomac datorită unui mecanism involuntar care pune în acțiune mușchii peretelui esofagian (peristaltism).
- Digestiv, aparat ~** – totalitate a organelor având drept funcție principală asimilarea alimentelor destinate să aducă energia necesară pentru funcționarea celulelor și a organismului în ansamblu.
- Dilatație** – capacitatea unui organ sau parte dintr-un organ de a-și mări volumul sau dimensiunile sub acțiunea căldurii.

- Dinte** – organ mineralizat implantat în maxilar a cărui parte vizibilă pornește din os. Dinții permit masticția care constituie prima fază a digestiei. Susținând țesuturile moi (buze, obraji), dinții joacă un anumit rol în pronunțarea sunetelor. La o ființă umană se disting dinți de lapte (temporari) și dinții permanenți. Dinții de lapte apar între vârsta de 6 luni și 30 de luni în număr de 20. Erupția dinților permanenți, în număr de 32, începe de la vârsta de 6 ani și se termină la 12 ani. Erupția celor patru dinți de minte poate să se producă începând cu vârsta de aproximativ 18 ani.
- Diureză** – volum al urinei secretate de rinichi într-o perioadă de timp dată.
- Dizigoți** – gemeni proveniți din două ovule diferite.
- Dominant** – caracter genetic care se manifestă atunci când este prezent în cariotipul unui subiect pe unul din cei doi cromozomi omologi. În celule, cromozomii există în două exemplare și foarte des o genă se prezintă sub două versiuni diferite (alele) pe fiecare dintre cei doi cromozomi. Atunci când este cazul, cele două versiuni intră în competiție pentru a se exprima. Dacă ele sunt de forțe inegale, doar una dintre ele se exprimă în înfățișarea individului și este numită dominantă (alelă dominantă), cealaltă fiind calificată ca recesivă.
- Donator universal** – subiect care poate să doneze sânge unui individ aparținând oricărei grupe sangvine a sistemului ABO. Donatori universali sunt doar subiecții aparținând grupei O. Întrucât sângele lor nu conține nici antigenul A, nici antigenul B, globulele lor sunt compatibile cu toate grupele sangvine ABO.
- Dopamină** – neurotransmițător din grupa catecolaminelor, precursor al noradrenalinei, având rol fundamental în activitatea creierului pentru controlul motricității. Datorită acțiunii inotrope pozitive (creșterea forței

de contracție a inimii) este un medicament de urgență în caz de șoc cardiogenic, infecțios, hipovolemie sau traumatic.

**Doppler,
ecografie ~**

- examen medical care utilizează ultrasunetele pentru a măsura viteza circulației sangvine.

**Doza zilnică
recomandată
de nutrimente**

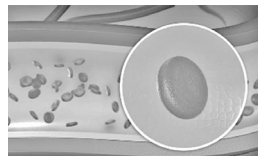
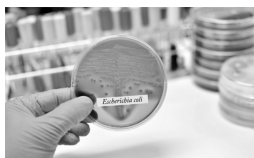
- cantitatea zilnică de nutrimente utilizată ca valoare de referință comună pentru exprimarea procentajului de vitamine și de minerale (abreviat DZR).

Dren

- tub de cauciuc ori din fibre de păr de cal, material sintetic sau silicon, destinat fie colectării și evacuării în afara organismului a lichidelor fiziologice (sânge) sau patologice (puroi), ori a lichidelor de spălare, fie la expulzia gazelor.

Duoden

- prima parte a intestinului subțire cu care se continuă stomacul.



Ecocardiografie – tehnică de imagerie, utilizând ultrasunete și destinată explorării inimii.

Ecoendoscopie – tehnică de examinare care asociază explorarea ecografică, prin reflexia ultrasunetelor în organe, și endoscopia.

Ecografie – tehnică permițând vizualizarea unor organe interne sau a unui făt cu ajutorul ultrasunetelor.

Educație pentru sănătate – ramură a culturii umane ce are ca scop creșterea nivelului de cunoștințe medicale ale populației în domeniul sanogenezei, protecției mediului și prevenirii bolilor; formarea și dezvoltarea unor deprinderi corecte care să promoveze sănătatea, precum și crearea unei poziții active față de sănătatea individuală și de problemele sănătății publice, în sensul atragerii și maselor la participarea activă la realizarea și consolidarea sănătății.

Efort neuropsihic – nivelul de intensitate sau de muncă necesar pentru îndeplinirea unei sarcini care implică procese cognitive complexe, cum ar fi atenția, memoria, gândirea, învățarea și luarea deciziilor.

Efort profesional – cantitatea de muncă, de energie și de timp pe care o persoană o investește într-un anumit domeniu

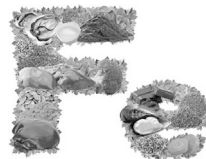
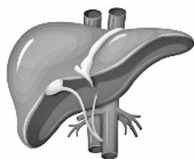
de activitate cu scopul de a-și îndeplini sarcinile de serviciu și de a atinge obiectivele profesionale.

- Efort senzorial** – nivelul de intensitate sau de muncă necesar pentru a procesa informațiile senzoriale primite de la mediul înconjurător prin intermediul celor cinci simțuri umane: văzul, auzul, gustul, mirosul și atingerea.
- Electrocardiografie/ECG** – examen destinat înregistrării activității electrice a mușchiului cardiac.
- Electrocardiogramă** – grafic reprezentând curenții produși de contracțiile inimii.
- Electroforeză** – metodă de analiză bazată pe migrarea cu viteză diferită a produșilor chimici în soluții prin care circulă un curent electric.
- Electrostimulare** – procedură prin care un țesut este stimulat cu ajutorul unui curent electric, având diverse utilizări. Una dintre utilizările acestei proceduri este lipoliza – reducerea țesutului adipos.
- Embriogeneză** – ansamblu al transformărilor suferite de către ovulul fecundat până la dezvoltarea completă a embrionului.
- Embriologie** – știință care studiază dezvoltarea ființei vii de la fecundarea ovulului până la sfârșitul stadiului embrionar (sfârșitul lunii a doua la ființa umană), care marchează dobândirea formei definitive.
- Embrion** – primul stadiu din viața unui organism în timpul primelor opt săptămâni ale dezvoltării sale în interiorul uterului, începând de la fecundarea ovulului, sau în eprubetă, în cazul fecundației *in vitro*, apoi în uter.
- Emisfere cerebrale** – fiecare din cele două jumătăți ale creierului mare.
- Emoție** – stare afectivă intensă, de durată relativ scurtă, însoțită frecvent de modificări în starea și în funcționarea organismului, oglindind atitudinea individului față de realitate.

- Empatie** – capacitatea de detașare de celălalt, de a nu ne identifica pentru a evita amestecul emoției noastre cu a celuilalt sau a problemei noastre cu problema celuilalt pentru a fi astfel și mai capabili de a-l înțelege.
- Emulgatori** – substanțe care permit formarea sau menținerea unui amestec omogen de două sau mai multe faze nemiscibile cum ar fi uleiul și apa din produsele alimentare (E 400 – E 496).
- Endocard** – tunică internă a inimii, tapisând interiorul miocardului și limitând cavitățile cardiace.
- Endometru** – mucoasă care căptușește fața internă a uterului. Endometrul suferă modificări pe toată durata vieții femeii. În cursul ciclului menstrual, sub influența secreției hormonale, el se îngroașă pentru a pregăti o eventuală nidație a ovulului și pentru a-i asigura nutriția. În absența fecundației, stratul superficial al endometrului se dezlipește și se elimină, formând scurgerile menstruale. După menopauză, endometrul se atrofiază, iar ciclul menstrual este întrerupt.
- Endorfină** – substanță produsă de anumite celule ale sistemului nervos central, având proprietăți analgezice asemănătoare celor ale morfinei.
- Enteral** – care se referă la intestin sau se găsește în intestin.
- Enzimă** – compus organic de natură proteică, solubil, care provoacă sau accelerează o reacție; ferment.
- Epigastru** – regiune superioară și mediană a abdomenului, deprimată (doar la obezi nu este cazul) în scobitura epigastrică.
- Epiglotă** – lamă de cartilagiu acoperită cu o mucoasă a cărei bază este legată și articulată la restul laringelui. Situată la extremitatea superioară a laringelui, ea face parte din peretele anterior al acestui organ; baza limbii se găsește chiar deasupra și în fața ei.

- Epiteliu** – țesut care acoperă suprafețele organismului, spre exterior (piele, mucoasele orificiilor naturale) sau spre interior (cavitățile inimii, tubului digestiv etc.) și care constituie glandele.
- Erbicide** – substanțe chimice cu acțiune toxică selectivă (limitată la unele specii vegetale) sau generală (pentru orice specie) folosite pentru distrugerea buruienilor din culturile agricole, de pe diferite terenuri (drumuri, căi ferate) etc.
- Ereditate** – transmitere a caracterelor genetice ale părinților către descendenții lor.
- Ergonomic** – proiectarea, producerea și utilizarea de obiecte, de echipamente, de instrumente sau de sisteme care să fie confortabile, eficiente și sigure pentru utilizatorul lor.
- Eritrocit** – celula sangvină care transportă oxigenul din plămâni spre țesuturi.
- Escherichia coli** – bacterie care constituie 80% din flora aerobă a tubului digestiv al omului sănătos.
- Estrogeni** – hormoni sexuali (estradiolul, estrona și estriolul) secretați de către ovar la femei și de suprarenale și testicule la bărbați. Estrogenii sunt răspunzători de dezvoltarea pubertară și de menținerea ulterioară a caracterelor fizice feminine.
- Euforie** – tulburare a dispoziției caracterizată prin veselie neîntemeiată.
- Eutrofic** – bine hrănit și dezvoltat; cu greutate corporală normală.
- Excitabilitate psihică** – nivelul de reactivitate sau de sensibilitate emoțională a unei persoane la stimuli interni sau externi. Este adesea asociată cu manifestări ale sistemului nervos autonom, cum ar fi creșterea frecvenței cardiace, transpirația excesivă și tensiunea musculară.

Excitație	– proces fiziologic care se manifestă prin accentuarea activității funcționale (contractie, secreție sau generare de impulsuri) a unei celule, a unui țesut sau a unui organ, ca reacție la un factor stimulator intern sau extern.
Excremente (fecale)	– materii neabsorbabile de către organism formate din reziduuri ale digestiei și excretate la sfârșitul tranzitului digestiv.
Excreție	– evacuare în afara organismului sau în afara structurii care le-a elaborat a secrețiilor sau a deșeurilor inutilizabile sau nocive.
Executant	– lucrător implicat nemijlocit în realizarea sarcinii de muncă.
Exfoliere	– eliminare normală sau patologică a stratului cornos al pielii.
Exocrin	– despre glande sau celule care excretă produsele activității lor direct într-o cavitate naturală (tubul digestiv, de exemplu) sau în exterior (piele); despre secreția unei astfel de glande sau celule.
Exogen	– care se formează, se dezvoltă la exterior; care se datorează unor cauze din afara organismului.
Expirație	– timp al respirației în care aerul încărcat cu CO ₂ este eliminat din plămâni.
Extracelular	– situat în afara organismului, de exemplu, cum se întâmplă în rinichiul artificial sau în aparatul inimă-plămân.



Factor de coagulare

- substanță care intervine în procesul de solidificare a sângelui (formarea unui cheag). Există 13 factori ai coagulării, numerotați de la I la XIII: fibrinogen, protrombină, tromboplastină, calciu, proaccelerină, accelerină, proconvertină, factorii antihemofiliici A și B, factorii Stuart, PTA, Haegeman și factorul de stabilizare a fibrinei.

Factor de creștere

- proteină care favorizează sau inhibă multiplicarea celulelor.

Factor intrinsec

- glicoproteină produsă de stomac care asigură protecția și asimilarea vitaminei B₁₂.

Factor natriuretic atrial

- hormon peptidic (format din mai mulți aminoacizi), secretat de atri la nivelul auriculelor, care provoacă vasodilatație și ușurează eliminarea sodiului.

Fagocit

- celulă care digere bacterii și alte corpuri străine pătrunse în organism.

Falsă rută alimentară

- accident provocat de inhalarea în căile aeriene de lichide sau de particule alimentare destinate, în mod normal, esofagului.

Faringe

- conduct muscular și membranos care merge din fundul gurii până la intrarea în esofag.

Față	– regiune limitată: în sus – de pielea capului, pe părți – de urechi și în jos – de gât. Fața se compune din frunte, ochi, nas, gură, bărbie și obraji.
Fecundare	– fenomenul de unire a spermatozoidului cu ovulul.
Femur	– os lung care formează scheletul coapsei; se articulează în partea de sus cu osul iliac și în partea de jos cu tibia; locul de inserție a principalilor mușchi ai coapsei.
Fenotip	– complexul de trăsături vizibile ale tuturor caracterelor unui organism care sunt expresia mesajului genetic.
Feritină	– glicoproteină bogată în fier, sintetizată de către ficat, asigurând stocarea fierului în acest organ, dar și în splină, în măduva osoasă.
Feritinemie	– nivel de feritină din sânge; este mică în carența de fier și crescută în supraîncărcare, în particular în hemocromatoză.
Ferment probiotic	– microorganism cu efecte benefice asupra sănătății care se găsesc în mod natural în organismul nostru și ajută la asimilarea substanțelor nutritive.
Fertilizare	– fenomenul de unire a spermatozoidului cu ovulul, capacitate de procreare, atât la bărbat, cât și la femeie. Bărbatul și femeia sunt fertili de la pubertate, dar bărbatul rămâne fertil până la o vârstă înaintată, în timp ce femeia încetează să mai conceapă după menopauză.
Fetus/făt	– ființă umană începând de la sfârșitul celei de a doua luni de sarcină și până la sfârșitul acesteia.
Fibre alimentare	– parte a fructelor, a legumelor, a cerealelor, a nucilor și a leguminoaselor care nu poate fi digerată în organismul uman. Produsele din carne și cele lactate nu conțin fibre. Studiile indică că conținutul înalt de fibre în dietă reduce riscul bolilor cardiovasculare și a unor tipuri de cancer. Există două tipuri de bază de fibre: solubile și insolubile. Fibrele

solubile din cereale, din fasole, din linte și alte alimente reduc nivelul de colesterol în sânge. Fibrele insolubile din conopidă, din varză și din alte legume și fructe contribuie la tranzitul alimentelor prin stomac și intestine.

Fibră musculară

- element celular din care este format țesutul muscular.

Fibrinogen

- proteină plasmatică sintetizată în ficat care intervine în coagulare. Fibrinogenul activat de către trombină, un alt factor al coagulării, se transformă într-un monomer de fibrină care se va polimeriza spontan prin alipirea monomerilor, devenind insolubilă.

Ficat

- glandă anexă a tubului digestiv cu funcții multiple și complexe de sinteză și de transformare a diverselor substanțe.

Fiere

- lichid galben-verzui, amar, pe care îl secretă ficatul și care contribuie la emulsionarea grăsimilor; bilă.

Filtru solar

- produs cosmetic care protejează pielea împotriva radiațiilor solare. Filtrele solare sunt clasificate după tipurile de radiație pentru care sunt active: filtrele cu bandă scurtă protejează mai ales de razele ultraviolete B (UVB), iar filtrele cu bandă largă sunt active față de razele ultraviolete A (UVA) și B (UVB). Produsele puse în comerț pot asocia mai multe substanțe, efectul lor global fiind indicat prin coeficientul de protecție definit în practică doar pentru UVB. Acest coeficient este raportul dintre durata de expunere fără a suferi insolație și folosind produsul, și durata de expunere fără a suferi insolație și fără a folosi produsul. Astfel, aplicarea unei creme având un coeficient împotriva UVB egal cu 3 la un subiect la care, fără a folosi produsul, face o insolație după 20 de minute de expunere, permite, teoretic, aceluiași subiect să rămână expus $20 \times 3 = 60$ minute fără a suferi insolație. Aceste cifre sunt doar orientative.

- Fiziologie** – ramură a biologiei care studiază funcțiile organelor, sistemelor de organe și relațiile dintre ele. Fiziologia abordează procesele fizice și chimice care au loc în celule, în țesuturi, în organe și în sistemele de organe ale ființei vii sănătoase.
- Fizioterapie** – utilizare terapeutică a agenților naturali precum apa (cure termale, balneoterapie), nămolul (fangoterapie), unele uleiuri minerale (parafinoterapie), climatul (soarele, altitudinea), căldura și electricitatea (curenți continui sau discontinui de joasă sau înaltă frecvență, ionizare, ultrasunete).
- Flexie** – mișcarea de apropiere a unuiu dintre cele două segmente constitutive ale unei articulații față de celălalt; flexiune.
- Floră bacteriană** – totalitate a speciilor bacteriene care trăiesc pe suprafața pielii sau a mucoaselor unei gazde fără a-i dăuna; ecosistem bacterian.
- Floră intestinală** – totalitate a germenilor care există în mod normal în intestin.
- Fluor, F** – element chimic foarte răspândit în natură sub formă de fluorură de calciu, unul dintre componenții țesuturilor dure ale organismului (cartilagii, oase, dinți etc.) și de fluorura de sodiu.
- Flux menstrual** – scurgerea periodică prin vagin de mucoasă uterină și de sânge survenind la femeia neînsărcinată.
- Foame** – nevoie fiziologică de a mânca.
- Folicul** – formațiune anatomică în formă de sac care înconjoară un organ și/sau secretă sau excretă substanță.
- Fonație** – totalitatea fenomenelor care concură la producerea unui sunet de către organele vorbirii. În timpul expirației, aerul este modulat prin organele vocale: laringe, faringe, coarde vocale, cavitate bucală, limbă și buze. Fonația este controlată de către sistemul nervos central.

- Fosfatază** – enzimă care eliberează acidul fosforic, prezent în numeroase organe și țesuturi, precum și în sânge. Nivelul seric al fosfatazelor alcaline, măsurat într-un prelevat sangvin, permite să se evalueze funcțiile biologice ale ficatului.
- Fosfolipide** – lipide complexe care conțin în molecule azot și în cantitate mai mică – fosfor.
- Fosfor, P** – element chimic prezent în oase, sub formă minerală, și în sânge, asociat cu substanțe organice. Principalele surse alimentare de fosfor sunt cerealele, cărnurile, peștele și ouăle. În mod normal, aportul alimentar zilnic este suficient să acopere nevoile organismului.
- Fosforemie** – nivelul de fosfor din sânge. Acesta crește în caz de insuficiență a rinichilor și a glandelor paratiroide, de intoxicație cu vitamina D, și se micșorează în hipersecreție a paratiroidelor și în carența de vitamina D.
- Fotoprotecție** – protecție naturală sau artificială a pielii față de radiațiile solare, în special față de razele ultraviolete. Fotoprotecția internă constă în absorbția pe cale orală a unor preparate ca vitamina PP, derivații de caroten și antipaludicele de sinteză și este indicată în fotodermatoze, afecțiuni ale pielii declanșate sau agravate de către soare (de exemplu). Fotoprotecția externă, pentru prevenirea insolățiilor, a îmbătrânirii și a cancerului de piele, se realizează purtând haine care să acopere corpul și aplicând produse protectoare (ecran și filtru).
- Fotosensibilizare** – creșterea sensibilității pielii la radiațiile solare, mai ales la razele ultraviolete, cauzată adesea de substanțe chimice sau medicamentoase, manifestată printr-o erupție cutanată.
- Frecvență cardiacă** – numărul de cicluri cardiace pe unitatea de timp (pe minut). În repaus, frecvența cardiacă la vârsta adultă variază, în funcție de subiect, între 60 și 100

pe minut. La efort sau în stres, aceasta se accelerează sub efectul unei stimulări a nervului simpatic și al acțiunii anumitor hormoni (adrenalină, noradrenalină) asupra nodului sinusal. Ea se încetinește prin stimularea nervului pneumogastric (sau vag), al cărui tonus predomină în repaus. Ea este modulată, mai ales la subiectul tânăr, prin respirație: accelerându-se la inspirație și încetinindu-se la expirație.

Frotiu

- prelevare și întindere pe lama de sticlă, într-un strat subțire, a unei picături dintr-un lichid biologic (sânge, lichid cefalorahidian, secreții, urină) sau a celulelor dintr-un țesut sau dintr-un organ (ganglion, vagin etc.) în vederea unei observații microscopice.

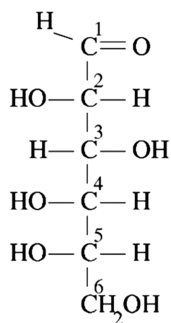
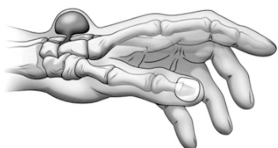
Frotiu sangvin

- prelevare și întindere pe o lamă de sticlă a celulelor din sânge în vederea unei observații microscopice a acestora după colorarea specifică.

Fruct

- mijloc prin care plantele cu flori își răspândesc semințele. Fructele sunt bogate în apă, în glucide, în fibre vegetale (celuloză și pectină, prezente mai ales în coaja lor), în vitamine (vitamina C, vitaminele B₁, B₂ și B₆ în fructele uscate, precursorii vitaminei A în fructele cu sămbure și în fructele bacă) și în săruri minerale. Conținutul lor în glucide variază între 5 și 19 %. Fructele uscate au o valoare calorică mult mai ridicată decât cele proaspete și sunt foarte bogate în glucide simple, în sodiu, în potasiu și în calciu. Fructele oleaginoase (migdale, nuci, alune) sunt bogate în fibre, în proteine și, mai ales, în lipide, fiind mult mai calorice decât fructele proaspete: 400 calorii pentru 100 g. Consumate în cantități rezonabile, fructele proaspete asigură un bun aport de fibre și de vitamine. Pregătirea lor termică le face mai digestibile datorită modificărilor din compoziția lor în fibre și în glucide, dar se înregistrează o pierdere importantă de vitamine.

- Fructoză** – glucid simplu prezent în nectarul florilor, în fructe, în miere.
- Fund de ochi** – parte posterioară a interiorului ochiului care se poate observa direct prin corneea și cristalin cu ajutorul unui aparat optic special.



- Galactogeneză** – producerea secreției lactate, pregătită în timpul sarcinii prin acțiunea trofică a steroizilor sexuali placentari și declanșată după naștere prin secreția de prolactină.
- Galactogog** – substanță medicamentoasă sau alimentară care stimulează și crește secreția lactată.
- Galactokinază** – catalizator al procesului de fosforilare a galactozei, prima etapă care asigură utilizarea galactozei în celula vie.
- Galactoree** – secreție excesivă de lapte la o femeie care alăptează; scurgere spontană de lapte în afara perioadei de lactație sau după înțărare.
- Galectină** – proteină aflată sub forma unui dimer pe suprafețele celulare.
- Galop** – zgomot surd diastolic, supraadăugat celor două zgomote cardiace normale, care determină un ritm în trei timpi ce amintește galopul unui cal.
- Galvanometru** – aparat cu care se pune în evidență sau se măsoară un curent continuu de intensitate foarte mică.
- Galvanopal-pație** – testarea sensibilității și a vasomotricității cutanate utilizând curent galvanic.

- Galvano-punctură** – tehnică de terapie cu ajutorul curentului galvanic efectuată prin intermediul unor ace implantate în diverse țesuturi, prin care trece un curent continuu de intensitate mică; electropunctură.
- Galvanotonus** – persistența contracției musculare provocată de curentul continuu pe tot timpul trecerii acestuia și încetarea contracției la sfârșitul trecerii curentului.
- Gama** – a treia literă a alfabetului grec folosită adesea ca simbol în matematică, fizică etc.; radiație electromagnetică emisă de diverși izotopi radioactivi; unitate de măsură a masei, egală cu o milionime de gram, care în prezent nu mai este utilizată, fiind înlocuită cu microgramul.
- Gamaglobuline** – Globulinele plasmatiche cu cea mai slabă mobilitate la electroforeză, deoarece au sarcina electrică pozitivă cea mai mare. Gamaglobulinele sunt scăzute în deficit imunitar și crescute în stare inflamatorie sau infecțioasă și de ciroză.
- Gama-glutamil-transpeptidază** – proteină a plasmei sangvine ce aparține familiei imunoglobulinelor. Este utilizată în terapeutică pentru a întări o imunitate deficientă.
- Gamet** – fiecare din cele două celule diferențiate din punct de vedere sexual care se unesc în timpul fecundației pentru a forma oul (sau zigotul); celulă sexuală.
- Gametocit** – celulă sexuală primară nediferențiată din care, în procesul gametogenezei se formează gameții.
- Gametogeneză** – procesul de formare a gameților. Gametogeneza la femele se numește ovogeneză, iar la masculi – spermatogeneză.
- Gangliocultură** – cultivarea conținutului ganglionar pe medii de cultură adecvate în vederea izolării și identificării agenților patogeni.
- Ganglion** – formațiune anatomică de formă sferică sau ovalară, alcătuită dintr-o masă de celule și situată pe traiectul unui vas limfatic.

- Gangliozide** – cele mai complexe sфинolipide care rezultă din combinarea ceramidelor cu oligozaharide. Se notează cu litera G, plus un indice – M, D, T sau Q – care specifică numărul de molecule din structură.
- Garou** – legătură elastică, dispusă circular pe un membru, în scopul opririi sau prevenirii unei hemoragii, sau în vederea unei puncții venoase.
- Gastric** – care se referă la stomac sau aparține stomacului.
- Gastrixină** – enzimă proteolitică din sucul gastric înrudită cu pepsina și care joacă un rol preponderent la sugar.
- Gastrină** – hormon secretat la nivelul stomacului, de celulele G ale antrului piloric, și în duodenul proximal, când acestea sunt stimulate de prezența în stomac a anumitor alimente (came, alcool, substanțe alcaline), de distensia antrului sau de excitarea nervului vag; peptid alcătuit din 34 de aminoacizi.
- Gastroduodenal** – care se referă la stomac și la duoden, care afectează ambele organe.
- Gastroenterologie** – ramură a medicinei destinată studiului fiziologiei și patologiei stomacului și a intestinului, iar prin extensiune și a întregului sistem digestiv.
- Gastrofrenic** – care aparține stomacului și diafragmei.
- Gastrulă** – stadiu de dezvoltare embrionară în care, prin mișcări coordonate ale celulelor (mișcări morfogenetice) care constituie procesul de gastrulație, are loc formarea celor trei foițe embrionare: ectoderm, mezoderm și endoderm.
- Gaură** – foramen, orificiu osos sau anatomic.
- Gauss** – unitatea de măsură (G) a inducției electromagnetice în sistemul electromagnetic CGS; un G. este egal cu un Maxwell/cm².
- Gavaj** – alimentare prin intermediul unui tub introdus în stomac; metodă de administrare a unei diete hiper-calorice în scop terapeutic.

- Gaz** – starea de agregare a unui corp în care moleculele acestuia tind să ocupe întregul volum în care se află.
- Gazdă** – orice organism viu (îndeosebi animal sau plantă) în care diverse tipuri de agenți patogeni paraziți își pot desfășura parțial sau total ciclul de dezvoltare.
- Gazometrie** – termen utilizat pentru denumirea dozării gazelor din sânge: O_2 și CO_2 .
- Gâtlej** – spațiu anatomic înconjurat de palatul moale, arcurile palatine și baza limbii; reprezintă orificiul de comunicare dintre cavitatea bucală și faringe.
- Gândire** – cea mai importantă funcție a creierului, în cadrul căreia sunt structurate noțiunile într-un ansamblu funcțional-logic ca o manifestare a raționalității; funcția dinamică a inteligenței și, în esență, reprezintă activitatea mentală de: contemplare teoretică îndreptată spre un obiect cu intenția de a ajunge la o concluzie; deliberare practică îndreptată spre un obiect cu intenția de a ajunge la un act de decizie. Operațiile principale ale gândirii sunt: analiza, sinteza, comparația, generalizarea și abstractizarea.
- Geamăn** – făt care s-a dezvoltat în cavitatea uterină a mamei în același timp cu un alt făt.
- Geană** – fiecare din firele de păr rigide și curbe de pe marginea liberă a pleoapelor.
- Gel** – stare particulară a unui sistem coloidal liofil caracterizată prin elasticitate mare.
- Gelatină** – substanță proteică coloidală preparată prin fierbere (sau printr-o altă metodă de încălzire la temperaturi înalte, de exemplu, la autoclav) a unor structuri care conțin din abundență collagen (vase, tendoane, piele). În medicină utilizată ca substituent de plasmă, iar în farmacie poate fi agent solidifiant la prepararea unor ovule sau supozitoare; este adăugată în unele alimente ca adjuvant.

- Geloză** – agar-agar.
- Gemelologie** – studiul gemenilor, util în cunoașterea eredității.
- Genă** – unitatea de bază a eredității. Reprezintă o colecție liniară de secvențe dezoxiribonucleotidice transcrise într-o singură moleculă de ADN și care realizează, împreună cu elementele de control, adiacente ambelor capete, o unitate structurală și funcțională; purtătoare a unei informații definite și susceptibile să se exprime la nivelul unei celule. Gena este localizată într-un punct precis al unui cromozom, denumit locus.
- Generație** – totalitate a oamenilor care au aproximativ aceeași vârstă.
- Genetică** – ramură a biologiei care studiază ereditatea, variabilitatea și reproducerea ființelor vii; știința eredității.
- Genital** – care se referă la reproducerea sexuată și aparține organelor de reproducere.
- Genom** – ansamblul genelor cuprinse în cromozomi.
- Geomedicină** – ramură a medicinei care studiază influența condițiilor de mediu asupra sănătății.
- Geriatrie** – compartiment al gerontologiei care are ca obiectiv tratamentul bolilor vârstnicului, fie că acestea sunt proprii, fie că anumite boli prezintă forme particulare la vârste înaintate.
- Gerontologie** – știință care are ca obiect de studiu problemele inerente îmbătrânirii: modificările morfologice, fiziologice, psihologice și sociale.
- Gestagen** – care favorizează evoluția sarcinii.
- Gimnastică** – efectuarea conștientă a anumitor mișcări musculare. La copil acestea determină dezvoltarea normală a tuturor părților corpului, iar la adult realizarea unui echilibru funcțional între activitatea fizică și cea intelectuală, menținându-și suplețea și îmbunătățindu-și circulația sanguină.

- Gimnastică medicală** – gimnastică realizată sub supravegherea unui medic specializat și care are ca scop refacerea unor funcții organice și înlăturarea unor deficiențe (respiratorii, deformări ale coloanei vertebrale etc.).
- Ginecologie** – domeniul medicinei ce studiază metodele de diagnostic, de tratament și de profilaxie a afecțiunilor sistemului genital feminin.
- Gingie** – parte a mucoasei bucale, groasă și de culoare roz, care acoperă arcadele alveolare ale maxilarelor superior și inferior, aderând intim la periostul maxilarelor și înconjurând la exterior coletele dinților.
- Glandă** – organ constituit dintr-o grupare de celule epiteliale specializate a căror proprietate este secreția de molecule biologice active.
- Glezna** – articulația tibiotarsiană.
- Glicemie** – concentrația de zahăr în sânge măsurată în milimoli pe decilitru (mmol / dl).
- Glicogen** – formă de depozitare a glucozei în organism, îndeosebi la nivelul ficatului și în mușchi.
- Glicogeneză** – formarea glicogenului din glucoză sau din alte glucide.
- Glob ocular** – segmentul periferic (extern) al analizatorului vizual de formă aproximativ sferică.
- Glucid** – denumire generică a hidraților de carbon.
- Glucoză** – glucid simplu, sursă importantă de energie pentru organism și singura sursă de energie a creierului. În majoritatea alimentelor nu se află în forma liberă (cu excepția strugurilor), ci sub formă de sucroză și amidon, din care este eliberată prin digestie.
- Gluten** – complex proteic prezent în făinile de cereale, îndeosebi în cea de grâu. Prin hidroliza peptică a glutenului rezultă peptide bogate în glutamină. Intoleranța la gluten determină boala celiacă.

- Gnozie** – capacitatea de recunoaștere prin simțuri (tactil, vizual etc.) a formei unui obiect, de a-l reprezenta și de a-i sesiza semnificația.
- Gomfoză** – formă de articulație în care unul dintre cele două elemente intră ca o pană într-un orificiu, ele fiind unite printr-un țesut conjunctiv.
- Gonozom** – denumire dată celor doi cromozomi din perechea care are, printre alte funcții, rol în determinarea sexului. La femeie, perechea conține doi cromozomi X identici. La bărbat, unul din cromozomii pereche este X, iar altul, de dimensiuni mici, este denumit cromozomul Y.
- Grad** – unitate de măsură a unor mărimi variabile, exprimată prin raporturi dintre valoarea curentă și cea a respectivei mărimi; diviziune, interval pe o scală de măsurare a temperaturii.
- Gradient** – termen larg utilizat în fizică, în biologie, în medicină; are semnificația unei relații dinamice a variației unui parametru (presiune, concentrație, tensiune parțială) în două teritorii alăturate ale aceluiași sistem.
- Grafologie** – studiul particularităților caligrafice și psihografice ale scrisului, util pentru identificarea și caracterizarea anumitor trăsături particulare ale unui subiect.
- Gram** – unitate de măsură pentru greutate (fundamentală) în sistemul CGS (centi-metru-gram-secundă).
- Granulocit** – leucocit granular matur caracterizat prin prezența unui nucleu multilobat; se deosebesc mai multe tipuri de granulocite în funcție de afinitatea tinctorială a granațiilor: bazofil, eozinofil, neutrofil.
- Granulopoieză** – ansamblul fenomenelor de maturare intramedulară normală a granulocitelor care durează circa 10 zile și duce la producerea și la trecerea în sânge a $20\text{-}30 \times 10^9$ granulocite pe zi. La nivelul măduvei hematogene există un sector de multiplicare, cu-

prinzând mieloblaste și promielocite, capabile de mitoze, și un sector de maturare, începând cu mielocitul care nu se mai divizează, până la granulocit (polinuclear). Rezerva de granulocite medulare este de 20 de ori mai mare decât numărul de celule circulante.

- Gravidă** – femeie care poartă un embrion sau un făt în cavitatea uterină.
- Graviditate** – starea unei femei gravide (din momentul concepției până la naștere) sau a unui uter gravid; starea de sarcină.
- Gravimetrie** – metodă de determinare cantitativă prin cântărire.
- Gravireceptor** – receptori senzoriali situați la nivelul urechii, articulațiilor, tendoanelor, mușchilor. Informează centrul nervos asupra poziției corpului, echilibrului, direcției forțelor gravitaționale.
- Gray, Gy.** – unitate derivată în SI de măsură a dozei de radiații ionizante absorbite. Un Gy este egal cu un joule pe kilogram sau cu o sută de razi; în SI această unitate a înlocuit radul.
- Greață** – senzație iminentă de vărsătură percepută, de obicei, în gât sau în epigastru, precedă sau însoțește adesea vărsăturile. De obicei se asociază cu diminuarea activității funcționale a stomacului.
- Grefă** – în sens restrictiv: transferul chirurgical al unui țesut, al unui fragment de organ, sau organ dintr-o regiune a unui organism în altă regiune a aceluiași organism (autogrefă) sau de la un subiect la un alt subiect (heterogrefă).
- Grefon** – țesut sau organ prelevate în vederea efectuării unei grefe; în cazul unei grefe de organ, unii autori consideră că termenul de transplant este mai corect.
- Grup** – ansamblu de obiecte care au elemente comune.

- Grupă sangvină** – categorie în care se clasifică diferiți subiecți în funcție de unele caractere antigenice ale globulelor roșii. Sistemul clasic, descris de Landsteiner, este sistemul ABO, cuprinzând patru grupe sangvine: A (prezența aglutinogenului A), B (prezența aglutinogenului B), AB (prezența celor două aglutinogene, A și B), 0 (absența aglutinogenelor).
- Gumă** – substanță rezultată din transformarea peretelui celulelor vegetale ca urmare a unor condiții patologice; *gumă arabică* – produs de exsudație al unor specii de *Accacia*, în special *Accacia Senegal Wild*, utilizat ca agent emulsionant și protector în unele forme farmaceutice și în compunerea unor materiale dentare.
- Gură** – în limbaj curent, orificiul extern, în formă de fantă, al cavității bucale cu cele două buze (superioară și inferioară).
- Gust** – simț prin care organismul primește (datorită papilelor gustative) informații asupra caracteristicilor unor substanțe sau alimente.



Habitat

- teritoriu locuit de un individ, de o specie ori de un grup de indivizi sau specii, în cadrul căruia populația respectivă găsește o complexitate uniformă de condiții de viață, adaptându-se acestora; biotop.

Habitual

- ceva care este obișnuit; frecvent.

Habitus

- aspectul general al corpului uman, considerat ca expresie exterioară a stării de sănătate sau de boală a unui subiect.

Halucinație

- stare psihică anormală (de obicei, în cazuri de boală cu febră mare) sub stăpânirea căreia cineva are convingerea că vede lucruri sau aude zgomote care de fapt nu există, produsul acestei stări; vedenie, nălucire.

Halva

- produs alimentar dulce, cu o mare valoare nutritivă, preparat din tahân sau din semințe de floarea-soarelui și din zahăr, eventual cu adaos de alviță.

Hamburger

- bucată de carne tocată prăjită în tigaie și servită caldă într-o chiflă tăiată în două.

Hamei

- plantă erbacee (*Humulus lupulus*), agățătoare cu flori galbene-verzui, ale cărei inflorescențe femele aromatice și amare se întrebuințează la fabricarea berii.

- Handicap** – deficiență mintală, fizică sau senzorială, parțială sau totală, temporară ori definitivă determinată de o alterare a funcțiilor psihologice; „*persoană cu handicap*” sau „*persoană cu mobilitate redusă*” înseamnă orice persoană a cărei mobilitate la călătoria cu un mijloc de transport este redusă ca urmare a unui handicap fizic (senzorial sau locomotor, permanent sau temporar), handicap sau deficiențe intelectuale sau cu orice altă cauză de handicap sau vârstă și a cărei situație necesită atenția cuvenită și adaptarea serviciilor disponibile tuturor pasagerilor la necesitățile particulare ale acesteia.
- Handicapat** – persoană care prezintă un „handicap” cu consecințe asupra capacității de lucru, din cauza diminuării posibilităților de efort fizic sau intelectual.
- Hartă epidemiologică** – reprezentarea evoluției unei epidemii pe un teritoriu limitat geografic sau la scară planetară.
- Hartă genetică** – reprezentare grafică a poziției genelor, unele față de altele, în genom.
- Hazard** – împrejurare sau concurs de împrejurări (favorabile sau nefavorabile) a căror cauză rămâne în general necunoscută; întâmplare neprevăzută.
- Helioterapie** – tratament care constă în expunerea corpului omenească la acțiunea razelor solare ultraviolete. Este folosit în rahitism, în reumatism, în tuberculoză osoasă, în unele boli de piele etc.; baie de soare.
- Heroină** – substanță narcotică puternică, cu acțiune analgezică și stupefiantă, derivată din morfină.
- Hibrid** – individ care provine din reproducerea sexuală a doi indivizi aparținând la două specii diferite. Hibrizii sunt, în principiu, sterili. În genetică, termenul se utilizează pentru denumirea indivizilor heterozi-goți rezultați din încrucișarea a doi părinți de rasă pură. În general, hibridul este un descendent provenit din împerecherea unor indivizi ce se deosebesc între ei prin cel puțin o pereche de caractere.

- Hidratare** – introducere de apă în organism în caz de hemoragii, vărsături etc.; conținutul în apă al organismului.
- Hidrocarbură** – compus organic care conține doar carbon și hidrogen. Hidrocarburi sunt de numeroase tipuri și se obțin din petrol și din cărbune. Cele mai cunoscute hidrocarburi sunt metanul, benzenul, acetilena ș.a.
- Hidrogen** – element constituent important al ființelor vii sub formă de apă și de substanțe organice.
- Hidrologie medicală** – studiul diferitor tipuri de ape naturale sau artificiale și al proprietăților lor terapeutice.
- Hiperactivitate** – creștere exagerată a nivelului unei activități.
- Hipernutriție** – supraalimentare.
- Hipersensibiliza** – a deveni, a face foarte sensibil; a face să crească sensibilitatea.
- Hipersensibilizare** – acțiunea de a (se) hipersensibiliza și rezultatul ei.
- Hipertensiune arterială** – creștere trecătoare sau constantă a presiunii sângelui în sistemul arterial sau în cel venos ca urmare a unor stări nervoase, boli renale, cardiovasculare, endocrine etc.; hipertonie.
- Hipertermie** – creștere peste normal a temperaturii corpului.
- Hipervitaminoză** – tulburare organică în urma administrării excesive de preparate vitaminice sau a ingerării de alimente bogate în vitamine.
- Hipism** – sport practicat cu cai (de curse).
- Hipnoză** – stare de somn incomplet provocată artificial prin procedee de inducție (hipnotism), în timpul căreia diverse fenomene (psihice sau fizice) pot apărea spontan sau ca răspuns la stimuli verbali sau la alți stimuli.
- Hipoactivitate** – scăderea, diminuarea nivelului unei activități.

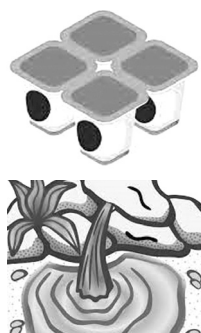
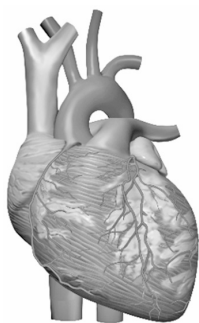
Hipocrat

- (c. 460-c. 377 î. Hr.), medic și filozof grec supranumit „părintele medicinei”, autorul a circa 60 de tratate medicale antice ce alcătuiesc „Corpusul hipocratic”. A contribuit la fundamentarea metologică a medicinei raționale, insistând asupra rolului pe care îl au factorii fizici (mediul geografic, conjunctura meteorologică, asigurarea regimului alimentar echilibrat etc.) în apariția bolilor. Promotor al doctrinei umoraliste, care consideră că procesele normale sau patologice din corpul uman se desfășoară prin conlucrarea sau prin conflictul dintre anumite lichide organice fundamentale. Jurământul lui Hipocrat, cuprinzând reguli de etică profesională recunoscute de corpul medical de-a lungul a peste două milenii, a fost redactat după moartea sa.

Hipodinamie

- tulburarea funcțiilor organismului (aparatului locomotor, sangvin, respirator, digestiv) prin limitarea activității motorii, reducerii forței de contracție a mușchilor. Răspândirea hipodinamiei crește în legătură cu urbanizarea, automatizarea și mecanizarea muncii, creșterea rolului mijloacelor de comunicare. Hipodinamia este rezultatul eliberării omului de munca fizică și mai are denumirea de „boală a civilizației”. Acționează, în special, asupra sistemului cardiovascular: se micșorează forța de contracție a mușchilor inimii, se reduce capacitatea de muncă, tonusul vaselor sangvine. Acționează negativ și asupra schimbului de substanțe și de energie, micșorând aprovizionarea cu sânge a țesuturilor. Ca urmare a descompunerii incomplete a lipidelor, sângele devine „gras” și curge lent prin vase, micșorând aprovizionarea cu substanțe nutritive și cu oxigen. Ca rezultat al hipodinamiei pot să se dezvolte obezitatea și ateroscleroza. Principala măsură de profilaxie este mișcarea, efortul fizic și modul sănătos de viață, întrucât fumatul și alte obiceiuri dăunătoare agravează situația.

- Hipoglicemie** – scăderea sub valorile normale a concentrației de glucoză din sânge.
- Hipotermie** – scăderea sub limita normală a temperaturii corpului.
- Hipovitaminoză** – tulburare funcțională sau organică cauzată de insuficiența în alimentație a uneia sau a mai multor vitamine; deficiență de vitamine în organism.
- Hipoxie** – oxigenare insuficientă a țesuturilor cauzată de o concentrație a oxigenului în sânge sub limita normală.
- Hobby** – îndeletnicire plăcută, în afara preocupărilor profesionale, exercitată în timpul liber.
- Hormon** – substanță secretată de glandele endocrine sau de alte țesuturi, care stimulează și coordonează activitatea anumitor organe sau a întregului organism.
- Hrană** – denumire generică pentru substanțele care conțin factori nutritivi (proteine, glucide sau/și lipide), necesari organismului viu pentru nevoile energetice și în procesele de creștere; tot ceea ce servește la nutriția omului, a animalelor sau a plantelor; nutrimenț; mâncare, bucate.
- Hrean** – plantă din familia cruciferelor (*Armoracia rusticana*). a cărei rădăcină cu gust picant este folosită drept condiment.
- Hrișcă** – plantă erbacee meliferă (*Fagopyrum esculentum*) cu frunze triunghiulare, cu flori roz, roșii sau albe și cu semințe mici, lunguiețe și negricioase folosite pentru hrana oamenilor și a animalelor.
- Hygiea** – zeița sănătății, fiica (sau, după altă versiune, soția) lui Asclepius.



- Iaurt** – produs lactat cu un gust acid plăcut și cu aromă specifică, preparat din lapte de vacă, de oaie, de bivoliță sau de capră, prin fermentare cu bacterii lactice din adaosul de maia.
- Ideal** – care atinge perfecțiunea; perfect, desăvârșit; care ține de domeniul ideilor, privitor la gândire; care există numai în mintea, în închipuirea omului; spiritual, imaterial; model, noimă, țel suprem care determină felul și caracterul comportamentului indivizilor sau al grupurilor sociale; reprezentare a acestui țel.
- Idee** – reprezentare abstractă elaborată prin gândire; în medicină reprezintă o idee dominantă sau obsesivă, cu un rol preponderent în orientarea activității subiectului care a adoptat-o; idee prevalentă, judecată eronată; idee fixă, persistentă.
- Identificare** – proces psihologic inconștient prin care un subiect își modelează conduita spre a semăna altei persoane, luată ca model; proces de recunoaștere a unui fenomen, a unui individ pe baza unor caracteristici cunoscute ca fiind proprii acestuia.
- Identitate** – caracteristicile unei persoane prin care ea este recunoscută de alții și de sine însuși în raport cu alții.

- Igienă** – ramură a medicinei care elaborează normele de apărare a sănătății oamenilor și formele de aplicare a acestor norme pe baza studierii interdependenței și interacțiunii dintre om și mediul înconjurător, a condițiilor de trai, precum și a relațiilor sociale și de producție; ansamblu de reguli și de măsuri pentru păstrarea sănătății.
- Igienic** – care ține de igienă; propriu igienei; care corespunde cerințelor prevăzute de igienă; care este în conformitate cu regulile de igienă.
- Iluminare** – densitatea fluxului luminos care cade pe o anumită suprafață. Unitatea de măsură este luxul (Lx).
- Iluzie** – percepție falsă a unui obiect prezent înaintea ochilor, determinată de legile de formare a percepțiilor sau de anumite stări psihice sau nervoase; situație în care o aparență sau o ficțiune este considerată drept realitate; speranță neîntemeiată, dorință neîndeplinită; închipuire fără o bază reală, amăgire, himeră.
- Imaginație** – capacitate omenească de a crea noi reprezentări sau idei pe baza percepțiilor, reprezentărilor sau ideilor acumulate anterior.
- Imagine** – reflectare de tip senzorial a unui obiect în mintea omenească sub forma unor senzații, percepții sau reprezentări; reprezentare vizuală sau auditivă; obiect perceput prin simțuri; reproducere a unui obiect obținută cu ajutorul unui sistem optic; reprezentare plastică a înfățișării unei ființe, a unui lucru, a unei scene din viață etc., obținută prin desen, pictură, sculptură etc.; reflectare artistică a realității prin sunete, cuvinte, culori etc., în muzică, în literatură, în arte plastice etc.; figură obținută prin unirea punctelor în care se întâlnesc razele de lumină sau prelungirile lor reflectate sau refractate.
- Imatur** – care nu s-a dezvoltat complet, care nu a ajuns la maturitate.

- Imaturitate** – stare a ceea ce este imatur.
- Imigrație** – imigrare; situația, starea celui imigrat. Totalitatea imigrărilor dintr-o perioadă dată.
- Iminență** – stare în care un proces, un fenomen este gata să se producă.
- Imobilizare** – procedeu prin care o parte a corpului, în mod normal mobilă, este menținută fixă, imobilă în scopul favorizării vindecării.
- Imortalizare** – a face ca o persoană, o acțiune sau o operă să trăiască veșnic în memoria oamenilor; a face nemuritor.
- Impact** – consecințele efectelor nefaste ale manifestării riscului asupra sănătății într-o populație dată.
- Impedanță** – mărime caracteristică unui circuit electric dipolar de curent alternativ egală cu raportul dintre tensiunea aplicată la borne și intensitatea efectivă a curentului care trece prin circuit, când în acesta nu se induce tensiune electromotoare. Se măsoară în omi. La țesuturile vii nu apare reactanță inductivă, impedanța fiind alcătuită numai din suma rezistenței ohmice și a capacității (reactanța sau rezistența capacitivă). Impedanțmetria constituie o metodă de explorare cu perspective, aflată încă la începuturi.
- Implant** – denumire generică pentru o serie de substanțe, de materiale sau de obiecte care sunt introduse în organisme în diferite scopuri: protezare, terapeutic, diagnostic și experimental. Implantul este foarte variat ca natură și ca structură, poate fi un fragment de țesut destinat implantării, comprimate sau capsule medicamentoase introduse într-o regiune optimă pentru acțiunea medicamentului și pentru menținerea unei concentrații terapeutice o perioadă de timp prestabilită.
- Impotență** – lipsa de vigoare, neputință; *impotență funcțională*: imposibilitatea mobilizării unui membru sau a

unor grupuri musculare; *impotență sexuală*: imposibilitatea realizării actului sexual de către bărbat.

Impregnare

- pătrunderea unor particule mici ale unui corp solid în masa altui corp compact.

Impuls

- mărime fizică vectorială egală cu produsul dintre masa și viteza unui corp; forța care are tendința de a deplasa brusc o anumită structură; variație bruscă, intensă și de durată scurtă a unei mărimi variabile.

Impulsie

- *în psihologie*, tendință de a acționa irațional, greu de controlat de către voință. Impulsia corespunde, în general, unei necesități imperioase (foame, dorință sexuală, agresivitate) și se traduce prin acte necontrolate, periculoase. Prin educație, un subiect normal își stăpânește impulsia. În unele boli psihice, bolnavii, cu toate că sunt conștienți de actele lor, sunt antrenați într-un mod irezistibil să săvârșească unele acțiuni împotriva voinței lor. Impulsia este însoțită de o senzație de angoasă particulară, care dispare după ce bolnavul s-a descărcat, prin acțiune.

Impuritate

- substanță străină care, adăugată aerului sau apei, produce alterarea compoziției normale, adică are loc impurificarea acestora.

Imun

- care prezintă imunitate; care nu poate contracta o anumită boală infecțioasă.

Imunitate

- capacitate (înnăscută sau dobândită) a unui organism de a rezista la anumite boli infecțioase sau la un produs nociv organismului.

Imunizare

- procedeu prin care se asigură imunitatea organismului, fie prin vaccinare (activă), fie prin injectare de ser specific (pasivă); în sens mai general, producerea de anticorpi în organism consecutiv apariției unui antigen. Anticorpii produși asigură protecția împotriva unei boli sau, dimpotrivă, pot interacționa cu antigenii provocând o stare patologică.

- Imunogen** – care este apt să determine un răspuns imunitar.
- Imunogenetică** – studiul factorilor genetici care controlează răspunsul imun individual și al transmiterii acestor factori din generație în generație.
- Imunologie** – știința care are ca obiect studiul mecanismelor celulare și moleculare prin care se realizează recunoașterea diferitor structuri (molecule, celule), cu acceptarea celor proprii organismului și eliminarea celor străine acestuia.
- Imunoprofilaxie** – imunoterapie aplicată preventiv, înaintea agresiunii organismului de către antigen. Se realizează prin: vaccinare, seroterapie preventivă și stimulare imună generală.
- Inadaptat** – subiect (sau caracteristica unui subiect) care nu găsește în mediul ambiant condițiile necesare integrării sale, fie ca urmare a unui deficit propriu (somatic, senzorial, mental, afectiv), fie ca urmare a unei deficiențe a mediului, fie în cazul în care atât subiectul, cât și mediul prezintă deficiențe.
- Incapacitate** – lipsă de capacitate, neputință de a face ceva, inclusiv din motive de boală, traumă sau invaliditate; neputință, slăbiciune, (rar) impotență, (*pop.*) becisnicie, netrebnicie, nevolnicie; incompetență, necompetență, nepregătire, nepricepere, (*fig.*) slăbiciune; incapacitate de boală temporară sau totală (Incapacitate permanentă sau invaliditate).
- Incapacitate de muncă** – incapacitatea exercitării unei activități profesionale ca urmare a unei boli sau a unui accident. Ea poate fi: temporară – parțială sau totală, ori permanentă, adică definitivă – parțială sau totală. În cadrul expertizei medicale se estimează, de obicei în procente, gradul de incapacitate de muncă, după care se pot stabili gradul de invaliditate, grupa de pensionare și cuantumul pensiei pentru incapacitate de muncă și invaliditate.

- Incidență** – întâmplare neașteptată (și neplăcută) care apare în desfășurarea unei acțiuni;
– indicator al stării de sănătate care însumează numărul total al cazurilor de boli înregistrate pentru prima dată în viață într-un mediu populațional; indicator calculat prin produsul între numărului (cazuri) de boli înregistrate pentru prima dată în viață și la 10ⁿ (mai des la 1000, 100000) și raportate la numărul de populație în aria teritorială respectivă (*pentru care se calculează incidența*).
- Incoerență** – lipsa de continuitate în idei, în limbaj sau în acțiuni.
- Incompatibilitate** – intoleranța organismului față de un material străin.
- Incompetent** – care este incapabil în plan funcțional; persoană incapabilă să îndeplinească anumite obligații.
- Inconștient** – despre o persoană care și-a pierdut conștiința ca urmare a unei stări patologice care se produce independent de conștiință; ansamblu de procese psihice care acționează asupra conduitei umane, dar care scapă conștiinței; noțiunea de inconștient se află în centrul teoriei psihanalitice elaborate de Freud.
- Inconștiență** – stare de privare a conștiinței, din diferite cauze patologice; stare a unei persoane fără discernământ, lipsită de judecată sau ignorantă. Inconștiența este partea psihismului latent în care intră dorințele și procesele psihologice dinamice care, refulate în afara câmpului conștiinței, nu au acces la instanța conștient-preconștient. Deși refulate, forțele inconștiente se manifestă totuși în unele acte ale vieții cotidiene (lapsusuri, uitare), în vise și în simptomele nevrotice.
- Indicator al stării de sănătate** – *în sănătatea publică* ca indicator al stării de sănătate sunt acceptate: a) morbiditatea (*exprimată prin incidență sau prevalență*); b) mortalitatea; c) inva-

lilitate; d) dezvoltarea fizică; *în clinică* – orice indice a stării fiziologice (*pulsul, tensiunea arterială, temperatura – $t^{\circ}\text{C}$, nivelul Hb (hemoglobinei)* etc.).

Indice glicemic – criteriu de clasificare a alimentelor glucidice pe baza efectului acestora asupra glicemiei pe parcursul primelor două ore după ingestie.

Indice de masă corporală – măsură statistică a greutatei măsurată în conformitate cu înălțimea, determinată prin împărțirea greutății persoanei la pătratul înălțimii în unități metrice. Scorul indicelui masei corporale (abreviat IMC) este o cale scurtă de determinare a adipozității foarte mari a corpului uman. Însă acuratețea IMC poate fi denaturată de asemenea factori ca nivelul condiției fizice, masa musculară, structura oaselor, gen, etnie. Pentru adulți, IMC mai mic de 18,5 indică subnutriție, iar IMC mai mare de 30 – obezitate.

Indigestie – tulburare a digestiei provocată de unele excese alimentare, de frig, de unele stări nervoase etc. și manifestată prin indispoziție, grețuri, vărsături, diaree etc.

Infecție – proces rezultat din pătrunderea și dezvoltarea în organism a unor agenți patogeni (paraziți, microbi sau virusuri) și din reacția țesuturilor la acest atac, manifestată prin inflamații, supurații, gangrene etc.

Infirm – persoană care are o infirmitate; schilod, neputincios, invalid, beteag.

Informație – termen de largă circulație după apariția ciberneticii ca formă particulară și specifică de legătură între sisteme și procese materiale; *în informatică*, informația reprezintă un element de cunoaștere care poate fi codificat pentru a fi conservat (păstrat, stocat), tratat (prelucrat, procesat) sau comunicat. Cantitatea de informație reprezintă măsurarea cantitativă a incertitudinii unui mesaj în funcție de gradul de probabilitate al fiecărui semnal compo-

nent al mesajului respectiv; în sensul cel mai specific al teoriei comunicației (C. Shannon): mărime care măsoară incertitudinea determinată prin emisia unui mesaj și calculabilă conform ecuației lui Shannon. Obs.: informația nu este nici materie (dar este stocată pe un sistem material) și nici energie (dar este necesară energie pentru conservarea, prelucrarea sau transmiterea sa). Ea măsoară gradul de determinare a unui sistem.

Informație genetică

– cantitatea de determinare pe care o poartă un mesaj genetic.

Infuzie

– soluție apoasă obținută din produse vegetale menținute un timp în contact în apă fierbinte, aproape de fierbere.

Ingestie

– actul de introducere pe cale bucală și înghițire, după mestecare, a hranei, a băuturilor, a unor medicamente sau uneori (de regulă accidental) a unor substanțe necomestibile sau toxice.

Insectă

– clasă de animale nevertebrate din încrengătura arthropode. Insectele pot transmite o boală contagioasă de la un bolnav sau purtător la omul sănătos.

Insecticid

– substanță chimică toxică care este folosită pentru distrugerea insectelor. Există mai multe tipuri de insecticide: de contact, de ingestie, remanent, de respirație etc.

Insectifug

– substanță care, aplicată pe piele sau pe îmbrăcăminte, îndepărtează temporar insectele, fără să le omoare.

Inseminare

– introducerea de spermă în interiorul vaginului.

Insolație

– stare patologică rezultată în urma expunerii de lungă durată la acțiunea razelor solare sau în perioade în care intensitatea acesteia este foarte mare.

Insomnie

– tulburare a mecanismului de reglare a centrului nervos somn-veghe, care determină reducerea duratei și a profunzimii somnului întâlnită în astenii,

în boli psihice, nevroze etc.; absența somnului în perioadele normale de somn. Insomnia poate avea cauze multiple și este foarte rar totală, de obicei afectând un subiect pe o anumită perioadă determinată a nopții.

Instinct

- comportament spontan, înnăscut și variabil, comun tuturor indivizilor dintr-o specie și care pare adaptat unui scop de care subiectul nu este conștient. La om, comportamentele preformate sunt excepționale (ex.: suptul), aproape toate conduitele umane fiind învățate. Instinct de conservare reprezintă un ansamblu de mobiluri care îl împing pe un individ să-și conserve viața. La om, acest instinct rămâne dependent de condițiile sociale; complex de reflexe înnăscute, necondiționate, proprii indivizilor dintr-o anumită specie și care le asigură dezvoltarea organismului, alimentarea, reproducerea, apărarea.

**Instruire
pentru
sănătate**

- procese de educație profesională pentru obținerea cunoștințelor, experienței în domeniul sănătății publice, cu crearea capacităților și infrastructurii necesare într-o comunitate, instituție privind reducerea gradului de risc pentru sănătate.

Insuficiență

- stare, situație a ceea ce este insuficient. Incapacitate funcțională a unui organ sau scădere, stare deficitară a unei funcțiuni complexe a organismului.

Inteligență

- însușire informațională a sistemelor vii și evolute, depinzând de mecanisme nervoase ample și complexe. Inteligența servește adaptării comportamentale, suplă și originală, în situații inedite, bazându-se pe memorie, pe capacitatea de anticipare, pe elaborarea unor modele interioare. Este susținută prin învățare, dar se exprimă prin anumite scheme operatorii mintale care apar succesiv, într-o ordine determinată (J. Piaget). Inteligența este determinată ereditar, dar depinde (în mare măsură) și de mediul familial și social.

- Intoleranță** – *în biologie*, termen care desemnează orice reacție adversă la acțiunea unui agent exterior, în general, tolerat de organismul uman (de majoritatea indivizilor unei populații); incapacitatea de a suporta unele medicamente.
- Intoleranță alimentară** – termen general pentru orice reacție adversă la un aliment sau un ingredient alimentar care nu implică sistemul imun al organismului uman.
- Intoxicație** – rezultat al introducerii sau al acumulării în organism a unor substanțe toxice; starea celui ce s-a intoxicat; otrăvire.
- Intoxicație alimentară** – boli acute plurietiologice de cauză toxică sau infecțioasă, apărute după consumul unor alimente contaminate cu microorganisme sau toxinele lor.
- Invalid** – persoană care are o infirmitate (din cauza căreia este inaptă de muncă); infirm, mutilat, schilod.
- Invaliditate** – starea celui invalid; infirmitate; incapacitate permanentă, parțială sau totală a asiguratului de a presta o activitate remunerată ca urmare a unei boli sau a unui accident; indicator de sănătate publică care exprimă rata fenomenului (invalidizilor) într-un mediu populațional.
- Iod, I** – element chimic halogen, foarte răspândit în apa de mare, unde se concentrează în alge. În organism omului se conține în cantități mici, circa 30 mg, concentrat în cea mai mare parte în tiroidă unde este folosit pentru sinteza hormonilor tiroidieni. Carența în iod alimentar reprezintă cauza gușei endemice și a mixedemului. Sub formă de tinctură de iod este un puternic antiseptic. Iodul radioactiv este utilizat și în medicina nucleară.
- Ionizarea aerului** – formarea particulelor încărcate electric. Aerul se ionizează sub influența radiațiilor ionizante (particulele α , β , radiația γ) din sol, din apă, din aer (radon, toron etc.), radiațiilor X și cosmice, a descărcărilor electrice în atmosferă; în procesul industrial – în timpul încălzirii, pulverizării, zdrobirii etc.

- Ipohondrie** – preocupare obsedantă a unui individ pentru sănătatea sa.
- Iradier** – expunere a organismului la acțiunea unor radiații electromagnetice, radioactive, de obicei în scopuri terapeutice. Expunere accidentală a organismului la radiațiile substanțelor radioactive este urmată de tulburări organice.
- Iubire** – faptul de a (se) iubi; sentiment de dragoste față de o persoană; relație de dragoste; amor, iubit.
- Iubitor** – care iubește, înclinat să iubească; căruia îi place ceva, plin de dragoste, drăgăstos.
- Izolare** – separare individuală a unui individ sau a unui grup de indivizi infectați sau care se consideră, în baza unor raționamente, a fi infectați cu o boală contagioasă sau posibil contagioasă de alți indivizi în vederea prevenirii sau limitării transmiterii bolii către indivizii neizolați.
- Izvor** – apă subterană care iese sau țâșnește la suprafața pământului; fântână; loc de unde izvorăște la suprafața pământului un izvor, o apă curgătoare; începutul unui râu; obârșie.

**Îmbăia**

– a (se) scălda sau a (se) spăla (în baie), a face baie.

Îmbăta

– a ajunge sau a face pe cineva să ajungă în starea de beție, a (se) ameți cu băutură; a (se) cherscheli, a (se) aghesmui.

Îmbătrâni

– a deveni bătrân. A face pe cineva să devină bătrân (provocându-i supărări, griji etc.). A face pe cineva să pară mai bătrân decât este în realitate, a-i da înfățișare bătrânicioasă; (despre materiale) a-și schimba în mod lent structura și proprietățile caracteristice (prin degradare); a se învechi.

Îmbolnăvi

– a deveni sau a face să devină bolnav.

Îmbrăcămintă

– totalitatea obiectelor care îmbracă corpul omenesc (excepând încălțăminte); veșminte, haine, straie.

Îmbrățișa

– a (se) cuprinde, a (se) înlănțui cu brațele, a (se) strânge în brațe (în semn de afecțiune).

Îmbunătăți

– a face ca ceva să devină sau a deveni mai bun, a face să capete sau a căpăta o valoare sau o calitate superioară; a (se) ameliora, a (se) îndrepta.

Împovăra

– a pune o povară pe cineva sau a lua asupra sa o povară, a (se) încărca din greu; a (se) îngreuna.

- Încălțăminte** – nume generic pentru ghete, pantofi, cizme, bocanci, papuci etc.
- Încălzi** – a face să-i fie cuiva cald (despre surse de căldură); a face ca aerul, apa etc. să-și ridice temperatura; a expune ceva la o sursă de căldură pentru a-i ridica temperatura.
- Încărunți** – a începe să albească; a deveni cărunți; (despre persoane) a începe să albească la păr; a cărunți; a îmbătrâni.
- Îndrăgosti** – a prinde dragoste de cineva, a începe să iubească pe cineva; a se amoreza, a se înamora.
- Îndulci** – a face ca o mâncare sau o băutură să fie (mai) dulce (prin adaos de zahăr, miere etc.); a face mai gustos.
- Înfloritor** – care este în plină dezvoltare, care prosperă.
- Înfometa** – a face să flămânzească; a constrânge prin foame.
- Înfuleca** – a mânca lacom și repede, a înghiți pe nerăsuflate.
- Înghiți** – a face să treacă mâncarea, băutura etc. în stomac prin faringe și esofag; a mânca, a devora.
- Îngrășa** – a deveni (mai) gras, a prinde grăsime.
- Îngrășământ** – gunoi organic, bălgăr de vite sau produs mineral, folosite pentru a mări fertilitatea solului agricol.
- Îngriji** – a avea grijă de cineva sau de ceva, a purta de grijă cuiva. A păstra ceva în bună stare. A avea grijă de sănătatea cuiva. A-și căuta de sănătate; a urma un tratament medical.
- Îngrijiri de sănătate** – formă organizatorică de asigurare a serviciilor de sănătate sau a asistenței medicale (*primară, secundară sau terțiară*); a acorda ajutor medical; acțiunea de a (se) îngriji și rezultatul ei; grijă purtată unei ființe, unui lucru; solitudine. *Personal de îngrijire* – personal care se ocupă de curățenia dintr-o instituție. Expr. *A da primele îngrijiri* – a da primul ajutor unui accidentat, unui bolnav etc.

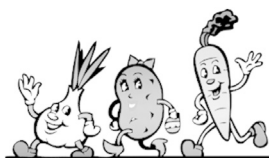
Înhuma	– a înmormânta, a îngropa.
Înhumare	– depunerea în pământ a corpului uman lipsit de viață, cu ceremonia conform obiceiurilor.
Înmormânta	– a așeza un mort în mormânt; a îngropa, a înhuma, a astruca, a mormânta.
Înnăscut	– care aparține cuiva din naștere, cu care se naște cineva; congenital, nativ.
Înot	– plutire și înaintare (a unor ființe) la suprafața sau în interiorul apei, deplasare în apă prin mișcări ritmice cu brațele și cu picioarele.
Înrăutăți	– a face ca ceva să devină mai rău, a agrava.
Însănătoși	– a (se) face sănătos, a (se) vindeca de o boală; a (se) lecu.
Însărcinată	– (despre femei) care poartă un făt în pânțece; gravidă.
Însetat	– care suferă de sete, căruia îi este sete; însetoșat.



- Jacuzzi** – cadă, piscină mică cu hidromasaj; mic bazin de jeturi de apă sub presiune, care creează vârtejuri relaxante.
- Jambon** – produs alimentar obținut din pulpă de porc preparată prin sărare și afumare sau fierbere cu mijloace tehnice speciale; șuncă.
- Jasmin** – arbust cu flori galbene sau albe foarte mirositoare; iasomie.
- Jeleu** – preparat dulce făcut din suc de fructe fiert cu zahăr și care are un aspect gelatinos.
- Joacă** – distracție (copilărească).
- Jogging** – alergare ușoară practică pentru întreținerea sănătății.
- Jumară** – resturile (comestibile) rezultate din topirea slăninii, a osânzei sau a seului.
- Jumping** – concurs hipic de sărituri cu obstacole.
- Junețe** – tineret, tinerețe, tinerețe.



- Kilocalorie** – unitate de măsură pentru energia termică, egală cu o mie de calorii.
- Kilogram** – unitate de măsură pentru masă în sistemul metric; (sens curent) unitate de măsură pentru greutate, egală cu o mie de grame.
- Kiwi** – fruct comestibil al plantei *Actinidia chinensis* răspândită în Asia, cu formă ovală, de mărimea unui măr mijlociu, cu miezul verde, cărnos, acrișor și cu coaja pufoasă, verde-maronie.



- Lacom** – care mănâncă și bea cu o poftă exagerată; căruia îi place să mănânce mult; mîncăcios.
- Lacrimă** – secreție lichidă, incoloră, sărată, alcalină, produsă de glandele lacrimale, care umezește suprafața globilor oculari și se poate scurge în afară, în urma unor tulburări în starea psihofizică a omului.
- Lactație** – proces de formare și de secreție a laptelui prin glandele mamare ale femelelor mamiferelor; acțiunea de a alăpta un copil; perioadă cât o mamă își poate alăpta copilul.
- Lactobacil** – gen de bacterii gram pozitive (*Lactobacillus*), ale căror specii sunt constituenți ai florei bacteriene digestive la mamifere; unele specii sunt folosite la fabricarea iaurtului.
- Lapte** – produs de secreție al glandelor mamare. Conține principalele substanțe nutritive în cantități optime și în condiții de sterilitate și de digestibilitate: proteine, glucide, lipide, săruri minerale, anticorpi.
- Lăcrima** – a-i curge lacrimile (de durere, de jale, de înduioșare etc.); a plînge (ușor), a înlăcrima.
- Lămâie** – fructul lămâiului, de formă sferică alungită, cu coaja galbenă, aromată și cu miezul acru, bogat în vitamine.

- Lăuză** – femeie care tocmai a născut și se află în primele 6-8 săptămâni după o naștere.
- nume dat femeii în perioada de după nașterea unui copil, până la restabilirea sănătății; lehuză.
- Legendă** – povestire în proză sau în versuri care conține elemente fantastice sau miraculoase, prin care se explică geneza unui lucru, a unei ființe etc., caracterul apartine al unui eveniment (istoric), al unui erou (mitic) sau al unui fenomen.
- Legume** – denumire generală dată unor vegetale cultivate pentru hrana omului (fasolea, cartofii, ceapa, varza etc.); zarzavat.
- Lene** – faptul de a se complăce în inactivitate; înclinația celui căruia nu-i place, care nu dorește, nu vrea să muncească, căruia îi place să stea fără să muncească; trândăvie; lânzezeală.
- Leșin** – pierdere subită și trecătoare a cunoștinței, caracterizată prin răirea băților inimii și a mișcărilor respiratorii cauzată de scăderea bruscă a irigației cerebrale; lipotimie; stare de slăbiciune, de lipsă de putere, de vlagă, provocată de foame, de sete etc.; sfârșeală.
- Leșui** – a provoca o stare de slăbiciune, de sfârșeală.
- Letalitate** – raportul mortalitate/morbiditate în cazul unei boli, al unei epidemii.
- Levăntică** – plantă erbacee din familia labiatelor cu flori albastre plăcut mirositoare, folosită în medicină și în industria parfumurilor; lavandă (*Lavandula angustifolia*).
- Leza** – a vătăma, a răni.
- Lezat** – vătămat, rănit.
- Lichid** – (corp, substanță) care se află într-o stare de agregare intermediară între starea gazoasă și starea solidă, care nu are o formă stabilă proprie, ci curge sub greutatea proprie și ia forma vasului în care se află.

- Licopen** – pigment roșu întâlnit în flori, în fructe, în semințe (ex. la tomate, pepene roșu, măceșe).
- Limbă** – organ musculos mobil care se află în cavitatea bucală, servind la perceperea gustului, la mestecarea și la înghițirea alimentelor, la om fiind și organul principal de vorbire.
- Limonadă** – băutură răcoritoare făcută din zeamă de lămâie (sau de un înlocuitor al ei), apă și zahăr; citronadă.
- Liniștit** – lipsit de zgomot, de intensitate, de agitație; lipsit de griji, de frământări; calm, stăpânit; flegmatic, imperturbabil, placid.
- Linte** – plantă erbacee din familia leguminoaselor (*Lens culinaris*), cu flori albe-albăstrui și fructul o păstaie cu semințe plate, comestibile.
- Lipide** – denumire generică a esterilor acizilor grași de masă moleculară mare, constituenți ai țesuturilor vii. Lipidele sunt insolubile în apă și solubile în solvenți organici precum alcoolul și cloroformul. Reprezintă un component important al dietei, atât datorită valorii energetice mari, cât și asocierii cu vitaminele liposolubile și cu acizii grași esențiali. Unele tipuri de grăsimi, în special cele saturate și grăsimile trans, pot crește nivelul de colesterol în sânge și riscul pentru bolile cardiovasculare; grăsimi.
- Lipoproteine de densitate înaltă, HDL** – unitate formată din proteine și din grăsimi care transportă colesterolul spre ficat care îl elimină din organism. HDL este denumit, de regulă, colesterol „bun”. Nivelul HDL de 60 mg/dl sau mai mare se consideră înalt și protejează contra bolilor cardiovasculare. Nivelul HDL mai mic de 40 mg/dl se consideră jos și crește riscul dezvoltării bolilor cardiovasculare.
- Lipoproteine de densitate joasă, LDL** – unitate formată din proteine și din grăsimi care transportă colesterolul în organism. LDL este denumit de regulă colesterol „rău”. Nivelele înalte de

LDL cresc riscul bolilor cardiovasculare. Nivelul LDL mai mic de 100 mg/dl este considerat optimal, între 100 și 129 est considerat aproape sau sub-optimal, între 130-150 mg/dl – la limită, între 160-189 – înalt și 190 și mai mult – foarte înalt.

Locuință

- casă, încăpere destinată pentru locuit, domiciliu – una din condițiile materiale de bază de existență a omului, unde își petrece mai mult de o treime din viață. Tipurile de locuință depind de tradițiile culturale și de trai, de nivelul de dezvoltare a economiei, bunăstarea materială, de formele vieții familiale și de condițiile geografice de mediu. Locuința trebuie să asigure gradul necesar de funcționalitate, confort și stare de bine a persoanei.

Loțiune

- soluție apoasă are conține substanțe arome și o cantitate mică de alcool, destinată pentru îngrijirea pielii sau a părului.

Lum

- undă electromagnetică în domeniul vizibil care poate fi percepută de ochiul uman. Limitele spectrului vizibil nu sunt bine definite, fiind în relație cu sensibilitatea ochiului. Centrul spectrului vizibil (sensibilitate maximă) se află la lungimea de undă de 550 nm, limitele fiind considerate 390 și 790 nm. Lumina este emisă de corpuri incandescente (cu sau fără flacără) sau prin luminescență. Se propagă cu viteză (c) de 3×10^8 m/s.

Lună

- astru, satelit al Pământului, care se învârtește în jurul acestuia și pe care îl luminează în timpul nopții.



Mac

- numele mai multor plante din familia papavera-
cee cu flori, de obicei roșii, și cu semințe mărunte,
uleioase, închise într-o capsulă. Din fructele uneia
dintre speciile de mac se extrage opiul, iar semințe-
le se folosesc în alimentație.

Macrobiotică

- disciplină medicală bazată pe un ansamblu de re-
guli de igienă (alimentară) a căror respectare se
consideră că poate prelungi viața omului; care se
referă la macrobiotică (despre organisme) cu o via-
ță foarte lungă.

Macroclimat

- climatul unor regiuni vaste ale suprafeței terestre
sau acvatice, care se formează sub acțiunea facto-
rilor climatici principali: afluxul de energie solară,
circulația generală a curenților atmosferici, corela-
ția dintre suprafața apelor și cea a uscatului ș.a.

Macroelement

- element chimic necesar organismelor în doze
mari, având în corp o concentrație de peste 0,01%;
element mineral esențial aflat în cantitate mare în
țesuturile vegetale și animale.

Macrou

- pește din familia scombride (*Scomber scomber*),
numit și scrumbie-albastră. Este un pește cu corp
alungit, de 40-50 cm lungime, cu dungi transversa-
le de culoare închisă pe fond albastru-viu, cu luciu

auriu, iar partea inferioară albă-argintie; este un pește de consum cu carne foarte gustoasă, întâlnit în Marea Neagră și Mediterană, în Oceanul Atlantic și în mările nordice.

- Magneziu, Mg** – element chimic, metal foarte răspândit în natură; în organismul uman se conțin circa 25 g de magneziu, îndeosebi în țesutul osos. Concentrația de magneziu în serul sanguin este de 1,5-2,5 mEq/l.
- Management în sănătate** – complexul de activități coordonate aplicate în sistemul de sănătate bazat pe principii și criterii științifice de analiză, planificare, organizare și dirijare a procesul decizional – orientate spre îmbunătățirea stării de sănătate a populației.
- Mangan, Mn** – element chimic prezent în unele plante și în țesuturile organismelor superioare; oligoelement esențial, necesar în metabolismul osos normal și în unele reacții enzimatică. În corpul uman se conțin circa 30 mg de mangan.
- Mango** – fruct comestibil al arborelui *Mangifera indica* cu un sâmbure central, pulpa galbenă până la portocalie, parfumată și succulentă, bogată în vitaminele B, C și D.
- Maraton** – cursă athletică desfășurată pe o distanță de circa 42 km.
- Masaj** – metodă de tratament prin acțiunea factorului mecanic sau termic asupra organismului în vederea stimulării activității mușchilor și a circulației sângelui; fricțiune, în scop terapeutic sau profilactic.
- Masă** – mărime fizică fundamentală ce caracterizează cantitatea de materie conținută de un corp, independent de presiune, de temperatură și de starea fizică a corpului respectiv. În fizica clasică, masa, ca mărime scalară, este aditivă, adică masa unui ansamblu de corpuri este egală cu suma maselor corpurilor componente. În SI, masa se măsoară în kilograme (kg).

- Mascul** – în *biologie*, care aparține sexului fecundant, purtător de celule reproducătoare mai numeroase, mai mici și mai mobile decât ale femelei; care este de gen masculin. Obs.: utilizarea termenului cu referire la un bărbat are o nuanță peiorativă.
- Masculin** – care aparține genului masculin sau posedă caracteristicile normale ale unui mascul.
- Masculinizare** – apariția caracterelor sexuale secundare masculine care este normală la genul masculin și patologică la genul feminin.
- Maternitate** – starea, calitatea de a fi mamă; spitalul, clinica în care nasc femeile.
- Maturitate** – termen folosit în limbajul curent ca sinonim pentru vârsta adultă (cu referire, deopotrivă, la vârsta fizică și la cea psihologică).
- Mazăre** – plantă erbacee de cultură, din familia leguminoaselor (*Pisum sativum*), cu flori albe sau trandafirii și cu semințe sferice, comestibile, închise în păstăi.
- Măcriș** – plantă erbacee (*Rumex acetosa*) cu frunze alungite și acrișoare, cultivată ca plantă alimentară sau medicinală.
- Mălai** – făină de porumb; făină de mei; aliment preparat din făină de porumb, de mei sau de alte cereale, dospit și copt în cuptor; aliment preparat din făină de porumb frământată cu lapte (și cu zahăr).
- Mămăligă** – aliment preparat din făină de porumb (mai rar de mei, hrișcă etc.) fiartă în apă.
- Măr** – pom din familia rozaceelor (*Malus domestica*) cu frunze mari, ovale, păroase, cu flori albe-trandafirii și fructe globuloase, comestibile, bogate în vitamine.
- Mărar** – plantă erbacee aromatică din familia umbelifere (*Anethum graveolens*) cu frunze filiforme și cu flori galbene, folosită drept condiment.

- Măslin** – arbore fructifer (*Olea europaea*) cu frunze persistente, lanceolate, de culoare verde-deschis pe partea superioară și albă-argintie pe partea inferioară, pieloose, lucioase, cu fructe ovoide, brune-verzui, cultivat mai mult în regiunile mediteraneene pentru fructele bogate în ulei.
- Măsuri antiepidemice** – ansamblu de măsuri organizatorice, administrative, tehnico-inginerești, medico-sanitare, veterinare și de altă natură, orientate spre anihilarea contagiozității sursei de infecție, întreruperea căilor de transmitere a agenților patogeni, creșterea rezistenței populației și diminuarea sau eliminarea acțiunii nocive asupra omului a factorilor mediului ambiant.
- Măsuri de sănătate publică** – activități cu caracter administrativ, tehnico-ingineresc, medico-sanitar, veterinar etc. orientate spre protecția sănătății, prevenirea bolilor și promovarea sănătății.
- Măsuri profilactice** – ansamblul măsurilor medico-sanitare, adresate populației care contribuie la păstrarea, la promovarea și la desăvârșirea sănătății oamenilor și la prevenirea îmbolnăvirilor sau a implicațiilor lor. Se disting măsuri profilactice primare și secundare.
- Mătrăgună** – plantă erbacee otrăvitoare din familia solanaceelor (*Atropa belladonna*) cu flori brune-violete, care conțin atropină, și cu fructe negre, lucitoare; este folosită în medicină pentru proprietățile ei antiseptice și cardiace; beladonă, doamna-codrului, doamnă-mare.
- Mâncare** – ceea ce se mănâncă; hrană, aliment.
- Medic** – persoana care, pe baza studiilor medicale atestate de o diplomă, practică medicina. Diploma de medic trebuie să fie recunoscută în țara unde se exercită dreptul de liberă practică. Practica în diferite domenii specializate ale medicinei este posibilă după ce susține concursuri și efectuează stagii, încheiate cu examene. Practica medicinei într-o altă țară,

- decât aceea în care medicul a efectuat studiile, impune, de regulă, recunoașterea diplomei de medic.
- Medicină preventivă** – ramură a medicinei care studiază și aplică diferite metode de prevenire a bolilor; studiul mijloacelor care se opun apariției bolilor, îndeosebi prin intermediul igienei și profilaxiei.
- Medico-sanitar** – care are un caracter medical și sanitar, privitor la personalul medical și sanitar.
- Meditație** – reflectare, cugetare adâncă; meditare, reflecție; stare de concentrare mentală sau spirituală care are ca scop, după atingerea unor nivele succesive, obținerea eliberării spirituale.
- Mediul ambiant** – ansamblu de elemente care, în complexitatea relațiilor lor, constituie cadrul, mijlocul și condițiile de viață ale omului, cele care sunt ori cele care nu sunt resimțite. Mediul înconjurător include de asemenea totalitatea condițiilor și elementelor naturale ale Terrei: aerul, apa, solul și subsolul, toate straturile atmosferei, toate materiile organice și anorganice, precum și ființele vii, sistemele naturale în interacțiune, cuprinzând elementele enumerate anterior, inclusiv, valorile materiale și spirituale.
- Melodie** – succesiune de sunete îmbinate după regulile ritmului și ale modulației pentru a alcătui o unitate cu sens expresiv; compoziție muzicală, cântec; sonoritate plăcută; armonie, muzicalitate.
- Memorie** – facultatea mentală prin care senzațiile, impresiile și ideile sunt stocate și reutilizate. În sens strict, termenul se aplică sistemului nervos, în primul rând psihicului (întipărirea, păstrarea, recunoașterea și reproducerea experienței din trecut). Memoria este un fenomen care rezultă din modificări biologice cerebrale, al căror sediu pare a fi situat la nivelul cortexului cerebral (circumvoluțiunea limbică). Există o memorie pe termen scurt (minute) și pe termen lung (ani); proprietate a creierului omenesc de a reține și de a recunoaște sau a reproduce

ulterior date furnizate de practică sau de experiența trecută.

- Menopauză** – fenomen fiziologic complex care constă în încetarea definitivă a menstruației la femei, ca urmare a suprimării funcției ovariene. Apare în mod normal la vârsta de 45-50 de ani. Necesită consiliere psihologică și asistență medicală adecvată.
- Menstruație** – funcție fiziologică la femei care constă dintr-o scurgere de sânge periodică (lunară) pe cale vaginală, începând din epoca pubertății până la încetarea activității glandelor sexuale; menstr.
- Mental** – care aparține minții, rațiunii, intelectului, inteligenței; care se află în relație cu facultățile psihice.
- Mentă** – numele mai multor plante erbacee (medicinale) din familia labiatelor, cu frunze dințate și cu flori puternic mirositoare; izmă.
- Mentol** – substanță organică cu miros aromatic, obținută sub formă de cristale din uleiul de mentă, întrebuințată în farmacie și în cosmetică.
- Mers** – deprindere motorie prin care se realizează locomotia cu ajutorul membrilor inferioare. În unele boli ale sistemului nervos sau ale aparatului locomotor, mersul poate prezenta o serie de caracteristici particulare, în general ca o consecință a compensării funcției organelor afectate.
- Marș** – mișcare, deplasare dintr-un loc într-altul a ființelor cu ajutorul picioarelor plimbare.
- Metabolism** – toate procesele care au loc în organism și care transformă alimentele consumate în energie pe care o utilizează organismul; procesul integral de transformări catalitice a moleculelor de nutrienți organici în celulele vii (pentru menținerea vieții). Transformarea alimentelor în nutrienți care pot fi utilizați de celulele organismului și utilizarea acestor nutrienți de aceste celule; totalitatea

proceselor complexe de sinteză, de asimilare (cu înmagazinare de energie), de degradare și de dez-asimilare (însoțită de eliberare de energie), pe care le suferă substanțele dintr-un organism viu.

- Mezel** – nume generic dat mai multor preparate alimentare din carne, de tipul salamului.
- Microb** – organisme vii, invizibile cu ochiul liber, indispensabile pentru viața pe Pământ. Pot fi folositoare ființelor umane, dar pot fi și periculoase (boli infecțioase, intoxicații alimentare); microorganism.
- Microbicid** – substanță care distruge microbii.
- Microclimat** – complex de factori fizici ai mediului aerian (temperatură, umiditate, viteza mișcării aerului) ce influențează starea termică a organismului; este caracteristic unui spațiu limitat.
- Microclimat optim** – se caracterizează prin echilibru termic și încadrarea factorilor microclimatului în limitele valorilor normative.
- Microelement** – element chimic (iod, fier, zinc, cupru, cobalt etc.) aflat în cantități mici (oligoelement) în organismele vegetale și animale, dar care joacă un rol important în stimularea funcțiilor biologice.
- Micronutrimente** – nutrimente necesare pentru viață în cantități minuscule. Aceste substanțe dau posibilitatea organismului să producă enzime, hormoni și alte substanțe esențiale necesare pentru creșterea și dezvoltarea adecvată. Micronutrimentele sunt utilizate pentru a îmbunătăți nutriția prin procesul de fortificare și suplimentare.
- Miere** – substanță semilichidă, gălbuie, dulce și aromată, foarte bogată în zaharuri, vitamine și enzime, produsă de albine din nectarul florilor.
- Moarte** – încetarea completă și definitivă a tuturor funcțiilor organice ale unei ființe; stare a ființei la care funcțiile organice s-au oprit; încetare din viață, sfârșitul vieții; răposare, deces.

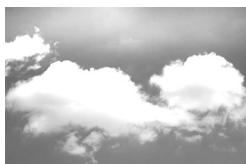
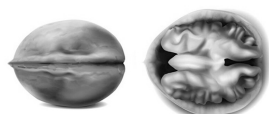
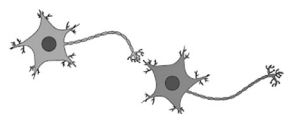
- Mobilitate** – proprietatea de a se mișca; mărime care caracterizează mișcarea unei particule și este egală cu viteza acelei particule sub acțiunea unei forțe egale cu unitatea.
- Mod (stil) de viață** – totalitatea obiceiurilor și a deprinderilor care formează stilul nostru de viață. Stilul de viață se referă la aspectul subiectiv al modului de viață și reprezintă o strategie de viață a fiecărui individ legată de locul de muncă, de ocuparea timpului liber, de alimentație, de comunicare și de relaționare și se referă la decizii, la acțiuni și la condiții de viață care își pun amprenta asupra sănătății individului. Riscurile sunt prezente zilnic, de tipul: fumatului (activ sau pasiv), abuzului de alcool, alimentației excesive și dezechilibrate, sedentarismului, practicilor sexuale riscante, incapacității de a face față în mod adecvat stresului zilnic. Stilul de viață este tipul de comportament repetitiv, habitual, condiționat de nivelul de cultură și de nivelul de trai, iar modificarea lui implică schimbarea concomitentă a comportamentului personal și a condițiilor de viață.
- Mod de trai** – ansamblul condițiilor materiale și spirituale specifice vieții unei persoane, unui grup social, unei societăți.
- Mod sănătos de viață** – aplicarea unor practici, deprinderi și obiceiuri favorabile sănătății care să maximizeze sănătatea, bunăstarea și împlinirea umană: practicarea sistematică a exercițiilor fizice și evitarea sedentarismului, alimentația echilibrată și variată (bogată în legume și în fructe proaspete, săracă în grăsimi), evitarea fumatului și a consumului de droguri, consumul moderat de alcool, igiena personală și sexuală, prudență în alegerea partenerilor sexuali și utilizarea mijloacelor de protecție pentru evitarea bolilor cu transmitere sexuală, inclusiv SIDA, efectuarea de controale medicale periodice, evita-

rea sau diminuarea stresului cotidian, profesional. Promovarea modului sănătos de viață reprezintă un obiectiv primordial în toate strategiile și politicile de sănătate.

- Moleculă** – cea mai mică particulă dintr-o substanță care are compoziția chimică și structura la fel cu a substanței respective și care (în cazul elementelor) poate fi descompusă fără să se distrugă constituția sau proprietățile substanței.
- Molipsitor** – contagios, infecțios, contaminant, infectant, care se transmite de la un organism la altul, transmisibil: boală molipsitoare.
- Monitoringul sănătății** – ansamblul metodelor de supraveghere, de control și de analiză imediată a datelor despre starea de sănătate ca bază pentru procesul decizional și intervenții pentru îmbunătățirea sănătății; monitorizare.
- Morbid** – care indică o stare bolnăvicioasă sau rezultă dintr-o astfel de stare; bolnăvicios, nesănătos (din punct de vedere fizic sau moral).
- Morbiditate** – faptul de a fi bolnav; caracterul a ceea ce este morbid; predispoziție spre îmbolnăvire; indicator care exprimă raportul dintre numărul bolnavilor și întreaga populație dintr-un loc dat într-o anumită perioadă de timp; număr care indică raportul dintre persoanele bolnave și cele sănătoase de pe un teritoriu dat într-o perioadă de timp; indicator al sănătății publice.
- Morcov** – plantă leguminoasă din familia umbelifere (*Daucus carota sativa*) cu rădăcina groasă în formă de con, de culoare galbenă-roșiatică și cu gust dulce, folosită în alimentație.
- Mortalitate** – indice rezultat din raportarea numărului de decese dintr-o populație, într-o anumită perioadă, la totalul populației respective, pe un anumit teritoriu; număr de persoane decedate la o mie de locuitori

într-un an de zile; raportul dintre numărul de decese și numărul total al populației dintr-un teritoriu, într-o perioadă dată; letalitate; *mortalitate infantilă* – frecvența deceselor în primul an de viață la o mie de copii născuți vii; *mortalitate generală* – frecvență în promile a deceselor dintr-un anumit teritoriu, într-o anumită perioadă.

- Morun** – specie de pește din familia sturionilor (*Huso huso*) cu corpul masiv, gros, ajungând până la 4 m lungime, cu capul mic și botul triunghiular, apreciat pentru carnea gustoasă și icrele negre.
- Motivație** – ansamblul factorilor conștienți sau/și inconștienți care determină un act, o conduită.
- Multivitamină** – compus organic complex care conține mai multe vitamine.
- Multivitaminizat** – care conține mai multe vitamine.
- Muncă** – activitate conștientă, intelectuală sau fizică (specifică omului), îndreptată spre un anumit scop, în esență, producere sau creare de valori, în procesul căreia omul efectuează, reglementează și controlează prin acțiunea sa la schimbul de materii dintre el și natură pentru satisfacerea trebuințelor sale; activitate profesională, efectuată cu regularitate și remunerată; efort de a realiza ceva; strădanie; ocupație, îndeletnicire; lucru, treabă. Munca deține multiple caracteristici care depinde de profesie și condițiile de evoluare. Condițiile de muncă (cu factorii existenți în procesul muncii) pot afecta starea sănătății angajatului. De aceea, supravegherea stării de sănătate a angajaților este unul din principiile de bază în organizarea și asigurarea sănătății publice.
- Mutație** – modificare a însușirilor ereditare ale organismului apărută în urma restructurărilor și schimbărilor materialului genetic (cromozomi și gene).



- Nanoparticule** – particule cu diametrul de ordinul nanometrilor, în-deosebi particule cu diametrul între 10 și 1 000 nm, care pot fi utilizate ca vectori de medicamente.
- Narcotic** – despre substanțele care produc somnolență, relaxare musculară și atenuarea sensibilității mergând până la anestezie și dispariția majorității reflexelor.
- Narcobioză** – desfășurarea proceselor vitale la limita capacităților biologice, sub influența unor factori ca narcoticele.
- Narină** – orificiu prin care fiecare fosă nazală comunică cu exteriorul.
- Nas** – relief în formă de piramidă, situat deasupra gurii, care închide partea anterioară a foselor nazale, comunicând la exterior prin narine.
- Natalitate** – indice rezultat din raportarea nou-născuților vii la mia de locuitori într-o anumită perioadă de timp și care indică frecvența nașterilor în cadrul unei populații date.
- Naturopatie** – procedeu de tratare a bolilor prin valorificarea remediilor naturale ca apa, aerul, soarele etc.
- Naștere** – aducerea sau venirea pe lume a unei ființe; act fiziologic specific prin care fătul, ajuns în stadiul de

- maturitate, este expulzat sau extras din cavitatea uterină; parturiție.
- Nazal** – care se referă la nas.
- Nazospinal** – punct craniometric localizat la intersecția planului mediosagital cu o linie care unește punctele cele mai caudate ale marginilor nazale.
- Nămol** – amestec natural de particule fine, insolubile în apă, în care rămân în suspensie.
- Nămol termal** – materie mâloasă de origine vegetală sau minerală utilizată caldă pentru baie, împachetări sau cataplasme.
- Necesar zilnic de vitamine** – cantități de vitamine pe care trebuie să le consume fiecare persoană în parte (copilul și adolescentul, adulții, femeia pe durata sarcinii sau în perioada de lactație etc.) pentru a-și menține o stare optimă de sănătate.
- Necomestibil** – care nu este bun de mâncat, otrăvitor, toxic.
- Nefrologie** – studiul fiziologiei și patologiei renale.
- Nefron** – unitatea morfologică și funcțională a rinichiului. Prin asamblarea a circa un milion de nefroni rezultă partea esențială a rinichiului.
- Neocerebel** – partea cea mai recentă filogenetic a cerebelului, alcătuită din lobii laterali și nucleii dentați.
- Neocortex** – izocortex.
- Neogeneză** – formarea unui organ nou, a unei structuri noi.
- Neologism** – cuvânt nou, împrumutat dintr-o limbă străină sau creat prin mijloace proprii în limba respectivă, împrumut lexical recent.
- Neon, Ne** – element chimic, un gaz nobil, practic inert chimic; se utilizează ca gaz de transport în cromatografia în fază gazoasă.
- Neonatal** – care se referă la nou-născut sau la perioada ce cuprinde prima lună de viață după naștere.

- Neonatologie** – studiul caracteristicilor fiziologice proprii nou-născutului, al metodelor de îngrijire și al patologiei specifice perioadei neonatale.
- Neopterină** – moleculă sintetizată de macrofage când acestea sunt stimulate de interferon; concentrația crește în sânge sau în urină în diferite boli virale (inclusiv în SIDA), în paludism, în diverse cancere (ovarian, leucemii și limfoame) și în rejetul grefei.
- Neotalamus** – partea cea mai nouă filogenetic a talamusului: nucleii care au conexiuni corticale.
- Nerv** – structură anatomică alcătuită din axoni ai celulelor nervoase dispuși în fibre nervoase, la care se adaugă țesut de susținere (nevrogliie) și vase sanguine.
- Nervos** – care aparține nervilor, care se referă la nervi, care este provocat de nervi, caracterizat prin excitabilitate; despre o persoană care manifestă o anumită stare de agitație psihomotorie sau, dimpotrivă, o stare de vigoare.
- Nervozitate** – termen vag, desemnând o stare de excitabilitate și de iritabilitate excesive, pe fondul unor tulburări mentale și fizice variabile.
- Nesaturat** – despre un compus care prezintă legături duble sau triple în moleculă, de ex.: acizi grași.
- Nesănătos** – care dăunează sănătății, vătămător; *spec.* (despre locuințe, încăperi etc.) insalubru. Care arată, trădează o stare maladivă, anormală.
- Neural** – referitor la sistemul nervos, utilizat îndeosebi cu referire la unele structuri nervoase din perioada embrionară.
- Neuraminidază** – enzimă care desface legătura dintre acidul neuraminic și zaharurile din moleculele de glicoproteide existente la suprafața celulelor; acidul neuraminic concură la inaglutinabilitatea celulelor.

- Neurochirurgie** – chirurgia sistemului nervos central și periferic.
- Neurodepresor** – orice medicament care încetinește sau inhibă unele funcții ale SNC. Se disting: sedative, spasmolitice, hipnotice, neuroleptice, tranchilizante etc.
- Neuroendocrinologie** – disciplină fiziologică și clinică dedicată studiului relațiilor, extrem de complexe, dintre sistemul nervos central și glandele endocrine.
- Neuroepiteliu** – structură epitelială specializată, constituind terminațiile nervilor cu diferite tipuri de sensibilitate; de ex.: celulele cu conuri și bastonașe din retină, celulele olfactive din mucoasa nazală, celulele gustative din corpusculii gustativi.
- Neurofibrile** – structuri fibrilare fine, hialine, observate în microscopia optică după impregnație argentică sub forma unei rețele dense în jurul nucleului neuronal și extinse în dendrite și în axon.
- Neurofilamente** – filamente caracteristice citoscheletului neuronilor care fac parte din filamente intermediare și sunt dispuse în fascicule paralele; fiecare rezultă din combinarea a două lanțuri a câte 310 aminoacizi dispuși în structura secundară de tip a-helix; în compoziția fiecărui lanț sunt cuprinse trei proteine denumite neuron-specifice.
- Neurofilaxie** – protecția sistemului nervos împotriva infecțiilor.
- Neurogen** – care este de origine nervoasă.
- Neurohipofiză** – hipofiza posterioară.
- Neurohormon** – substanță proteică (peptid) produsă în celule nervoase specializate și eliberată în circulație.
- Neurologie** – studiul bolilor sistemului nervos. Uneori termenul este extins și la studiul anatomiei și fiziologiei sistemului nervos.
- Neuromediator** – moleculă eliberată de o terminație nervoasă presinaptică și care, după interacțiunea cu o moleculă receptoare a membranei postsinaptice, declanșea-

- ză influxul nervos în neuronul postsinaptic. Într-un sens mai general, orice substanță implicată direct în acțiunea unui neuron asupra celulelor țintă.
- Neuromer** – segment embrionar al creierului sau al măduvei spinării.
- Neuron** – celulă înalt diferențiată pentru generarea, conducerea și transmiterea influxului nervos. Impulsurile se transmit de la un neuron la altul prin sinapse. Mult timp s-a considerat că toți neuronii componenți ai creierului uman (și de mamifere) sunt prezenți de la naștere; recent au fost descoperite celule și în creierul adult, mai întâi la mamifere, ulterior și la om, capabile de neurogeneză.
- Neutralizare** – capacitate a anumitor anticorpi de a bloca activitatea biologică a antigenilor corespondenți. Procedeu prin care se tratează soluția unui acid cu o bază sau invers; reducerea acidității sau a alcalinității apelor reziduale.
- Neurotransmisie** – trecerea fluxului nervos de la un neuron la altul.
- Neurotrofic** – care se referă la tulburările trofice de origine nervoasă.
- Neurotrofină** – termen generic care cuprinde o serie de proteine care asigură, la o concentrație foarte mică, diferențierea și supraviețuirea neuronilor simpatici sau senzoriali.
- Neutron** – particulă elementară, neutră electric, cu masa de 1,00898 unități atomice, împreună cu protonul; un constituent fundamental al nucleelor atomice.
- Neurotrop** – despre substanțele (toxice sau medicamente) sau microorganismele care prezintă o afinitate particulară pentru sistemul nervos.
- Neutralizare** – capacitate a anumitor anticorpi de a bloca activitatea biologică a antigenilor corespondenți. Pro-

- cedeu prin care se tratează soluția unui acid cu o bază sau invers; reducerea acidității sau a alcalinității apelor reziduale.
- Neutru** – despre o substanță chimică sau o soluție cu pH-ul 7, deci nici acidă, nici bazică;
– despre o substanță care nu este încărcată electric, nici pozitiv, nici negativ.
- Nicotină** – substanță chimică din clasa alcaloizilor, incoloră, lichidă și toxică, care se găsește în frunzele de tutun.
- Nisip** – roca sedimentară, rezultată prin sedimentarea cuarțului, micelor, particule cu săruri calcare din unele formațiuni anatomice.
- Nitrat** – sare sau ester ai acidului azotic cu metale sau cu radicali organici; azotat.
- Nitriți** – săruri și esteri ai acizilor nitric și nitros, cu acțiune vasodilatatoare îndeosebi la nivelul coronarelor, cu efecte antianginoase; în doze mari, au acțiune toxică asupra SNC și determină formarea metemoglobinei.
- Nivel** – valoarea atinsă de o anumită mărime fizică sau constantă biochimică; *nivel de energie*: fiecare dintre valorile posibile ale energiei unei particule, ale unui nucleu atomic, ale unei molecule etc.
- Nociv** – vătămător, distrugător (pentru sănătatea, viață, dezvoltarea cuiva).
- Noninvaziv** – despre un act (procedeu) medical realizat fără traversarea pielii sau a unei mucoase; în sens mai larg, despre orice procedeu care nu afectează organismul.
- Noosferă** – geosferă produsă și dominată de mintea omească; cuprinde sistemele de idei prin care omul transformă natura, sistemele tehnologice și spațiile pătrunse de rațiunea omului.

Normal	– semnificație generală: care este sau care se produce, se întâmplă în mod obișnuit, potrivit cu natura lucrurilor, firesc, natural; <i>în medicină</i> : care este sănătos din punct de vedere fizic și psihic.
Normativ sanitar	– indice calitativ și/sau cantitativ minim sau maxim admisibil, stabilit prin cercetări în urma evaluării riscurilor, care delimitează valorile determinanților stării de sănătate din punct de vedere al siguranței și al securității lor pentru sănătatea și viața omului.
Normă	– stare obișnuită, conform unei reguli stabilite.
Normă sanitară	– normă stabilită prin mijloace științifice, pe baza unor condiții sanitare date, fixată prin lege, regulament sau ordin, emis de organele de stat competente (parlament, guvern, autorități de sănătate publică), ce conține criterii și norme de apreciere și de reglementare, a cărei respectare este obligatorie sau recomandabilă.
Normocitoză	– existența în sânge a globulelor roșii de dimensiuni normale (izocitoza); uneori se înțelege și un număr normal de eritrocite.
Normogeneză	– evoluție normală a întregului organism sau a unei părți din organism în cursul dezvoltării.
Normotensiv	– persoană a cărei tensiune arterială este normală.
Normotip	– tip normal, sănătos, echilibrat structural și funcțional.
Normotop	– a cărui localizare este normală; <i>în electrocardiografie</i> , o excitație generată în nodul sinusal sau un ritm cardiac normal, cu comandă sinusală.
Normovolemie	– volum sangvin total (volemie) normal.
Normoxemie	– conținutul normal în oxigen al sângelui; starea sângelui cu un conținut normal în oxigen.
Normoxie	– ansamblul condițiilor fiziologice în cadrul cărora este prezentă în sânge cantitatea de oxigen necesară proceselor metabolice.

- Nou-născut** – prunc, sugaci, sugar.
- Nucleoplasmă** – materie omogenă care ocupă totalitatea spațiilor ce înconjoară diverși constituenți ai nucleului celular, delimitată de un înveliș nuclear, care o separă de citoplasmă.
- Nucleu** – component indispensabil și constant al celulei, cel mai adesea de formă sferică, de dimensiuni proporționate cu citoplasma.
- Nucleon** – particulă componentă a nucleului atomic: proton sau neutron.
- Nucleotidază** – enzimă care hidrolizează un nucleotid în fosfat și în nucleozidul corespunzător; este prezentă în celulele epiteliale ale intestinului subțire și joacă un rol important în digestia proteinelor.
- Nucleoproteină** – heteroproteină bazică celulară alcătuită dintr-un acid nucleic (ADN sau ARN) combinat cu o proteină.
- Nutrimet** – ansamblul compușilor organici și minerali, indispensabili pentru funcționalitatea organismului, suportul creșterii, pentru întreținerea și repararea organismului; nutrimente sunt proteinele, glucidele, lipidele, vitaminele, mineralele.
- Nutritiv** – despre un factor sau aliment care este utilizat direct în procesele de nutriție.
- Nutriție** – ansamblul proceselor fiziologice de ingerare, de transformare și de utilizare a hranei (alimentație, digestie, absorbție, respirație, circulație, metabolism etc.) prin care un organism viu își procură hrana necesară creșterii, dezvoltării, obținerii energiei pentru desfășurarea proceselor vitale, refacerii țesuturilor etc.; hrănire, alimentare; hrană; știință care se ocupă cu studiul alimentelor și al alimentației sub toate aspectele.
- Nutriție curativ-profilactică** – nutriție compusă din rații de alimente special selectate pentru prevenirea tulburărilor organismului cauzate de expunerea la factorii profesionali nocivi, ce pot fi prezenți în mediul ocupațional.

**Nutriție
echilibrată**

- nutriție ce asigură procesele de creștere, starea fiziologică normală și activitatea tuturor sistemelor funcționale ale corpului uman. Esența unei diete echilibrate este de a oferi organismului cantitatea optimă de energie și de nutrimente; nutriție rațională.

Nutriționist

- medic specialist care se ocupă cu studiul alimentației, dieteticii și al nutriției, precum și cu metodele de tratare a bolnavilor cu asemenea probleme.



Obezitate

- masă corporală excesivă; anomalie metabolică manifestată printr-o creștere exagerată a masei țesutului adipos, cu exces ponderal, consecutivă unui aport energetic pozitiv; stare (ca de bolnav) caracteristică persoanelor (foarte) grase; masă excesivă a corpului comparativ cu înălțimea măsurată utilizând. Standardul internațional de referință pentru clasificarea unui individ ca obez este IMC mai mare de 30. Obezitatea predispune la diferite boli, inclusiv boli cardiovasculare, diabet zaharat de tip 2, apnee în somn, osteoartrite.

Obicei

- deprindere individuală câștigată prin repetarea frecventă a aceleiași acțiuni; fel particular de a se purta sau de a face ceva.

Oboseală

- stare de slăbiciune generală ca urmare a unui efort fizic sau intelectual intens; obosire, osteneală.

Ochelari

- dispozitiv optic format dintr-o pereche de lentile fixate într-o ramă, care se pune la ochi cu scopul de a corecta un defect de vedere, de a apăra ochii de praf sau de lumina prea puternică.

Ochi

- organul vederii, formațiune anatomică pereche, alcătuită din glob ocular și anexele sale, corneea,

	sclerotică, cristalin, retină, nerv oculomotor, nerv optic.
Ocrotirea sănătății	– complex de măsuri stabilite de stat pentru prevenirea bolilor, întărirea și refacerea sănătății, prelungirea vieții și a capacității de muncă a oamenilor.
Ocular	– care se referă la ochi, îndeosebi din punct de vedere anatomic.
Oculogir	– despre centrii nervoși și mușchii care au rol de rotație a globilor oculari; referitor la mișcarea rotatorie a globilor oculari.
Oculomotor	– cu referire la structurile anatomice cu rol în mobilitatea globului ocular (nerv, mușchi).
Odihnă	– întrerupere temporară a unei activități în scopul refacerii și întăririi forțelor; repaus; inactivitate, nemiscare.
Odihnă activă	– repaus care se face prin practicarea unei activități sportive în limitele în care nu provoacă oboseală; alternarea activităților fizice și mintale sau fizice de diferite genuri.
Odontogenie	– formarea foliculilor dentari și a dinților.
Odontologie	– studiul dinților normali și patologici.
Odorat	– simțul prin care se percep mirosurile. Receptorii olfactivei sunt localizați într-o regiune particulară a mucoasei nazale, membrana mucoasei olfactive, cu pigmentație galbenă; la om ea se rezumă la o arie de 5 cm ² pe peretele cavității nazale, aproape de septum. Există 10-20 de milioane de receptori olfactivi, fiecare fiind un neuron.
Odorimetrie	– determinarea gradului de percepere a senzațiilor olfactive.
Oftalmic	– cu referire la ochi, în relație cu ochiul.

- Olfacție** – funcționarea aparatului olfactiv; denumire generică pentru procesele neurochimice care stau la baza simțului mirosului.
- Oligodipsie** – scădere normală a senzației de sete.
- Oligoelement** – element chimic care se găsește în organism în cantități foarte mici, îndeplinind, în unele procese biologice, rolul de catalizator.
- OMS** – Organizația Mondială a Sănătății, agenție specializată guvernamentală (din 15 noiembrie 1947) în cadrul sistemului ONU, cu sediul la Geneva (Elveția), creată la 22 iulie 1946 (își începe activitatea la 21 iulie 1948), în scopul coordonării activităților internaționale cu caracter sanitar, al cercetărilor farmaceutice, organizării schimbului de informații în domeniul sănătății, asigurării asistenței tehnice pentru țările în curs de dezvoltare și eradicarea bolilor epidemice și endemice. OMS are 191 de membri (2002). Republica Moldova a devenit membru a OMS la 4 mai 1992.
- Oncocit** – celulă epitelială glandulară caracterizată printr-un nucleu mic, dens și o citoplasmă acidofilă, foarte bogată în mitocondrii, observabile în microscopul electronic prin transmisie.
- Oogeneză** – procesul originii, dezvoltării și formării ovulului și prepararea sa pentru fecundare.
- Opacitate** – proprietate a unui corp de a nu putea fi străbătut de anumite radiații; zona densă, clară-transparentă pe radiografie și gri-întunecată la radioscopie care traduce la nivelul imaginii radiologice o regiune în care radiațiile X sunt absorbite mai puternic decât în regiunile învecinate; o zonă în care transparența pulmonară este diminuată; zonă opacă sau lipsită de transparență situată la nivelul corneei sau cristalinelui.
- Operator** – genă coordonatoare care, asociată cu genele de structură, constituie operonul.

- Optic** – care aparține ochiului sau simțului văzului, vederii.
- Optimizare** – alegerea și aplicarea soluției (economice) optime (dintre mai multe posibile);
– raționament sau calcul care permite găsirea valorilor unuia sau mai multor parametri corespunzând maximului unei funcții; optimizarea în sănătatea publică sau în sistemul de sănătate reprezintă starea de echilibru între resursele (instituției, serviciului sau sistemului), nu doar prin cele disponibile dar și suplimentare, orientate spre a face față provocărilor la zi sau de viitor în ameliorarea sănătății populației.
- Optotip** – denumirea tabloului care conține litere sau figuri utilizat pentru determinarea acuității vizuale.
- Oral** – care aparține gurii; se aplică la nivelul gurii, care se administrează pe gură, cu referire îndeosebi la un medicament.
- Orbicular** – care prezintă o formă circulară sau rotundă; termenul este utilizat îndeosebi cu referire la mușchii buzelor și pleoapelor.
- Orexigen** – care crește sau stimulează apetitul.
- Organ** – structură delimitată, localizată în una sau mai multe regiuni ale organismului, permițând îndeplinirea unor funcții definite. Organismele animale complexe zece sisteme de organe: tegumentar, muscular, scheletic, nervos, endocrin, digestiv, respirator, excretor, circulator, reproducător.
- Organic** – care ține de structura, de esența unui organism sau a unui organ; care se referă la organism; viață organică.
- Organism** – termen general desemnând orice ființă vie pluricelulară, animală sau vegetală; alcătuită din țesuturi mai mult sau mai puțin diferențiate, care pot fi regroupate în organe. Organismele constituie o unitate de organizare morfologică și fiziologică de ordin

superior, capabilă să îndeplinească numeroase funcții distincte, aparținând diverselor țesuturi și organe: respirație, reproducere, digestie, excreție etc.

- Organit** – formațiune celulară diferențiată prezentă în citosol și responsabilă de o funcție bine determinată. Principalele organite ale celulelor eucariote animale sunt: nucleul, mitocondriile, complexul Golgi, lizozomii, endozomii primari și secundari, peroxizomii, reticulul endoplasmic neted și rugos (acoperit de ribozomi), ribozomii, veziculele.
- Organizare** – pregătire, orânduire în vederea unei activități conform unui plan corespunzător; organizarea sanitară definește relațiile dintre sănătate și condițiile sociale, studiază principiile de ocrotire a sănătății, elaborează formele și măsurile practice de asigurare a asistenței medicale.
- Organogeneză** – ansamblul transformărilor tisulare care duc la formarea și la dezvoltarea organelor din organism.
- Organoleptic** – care este capabil să determine senzații la nivelul receptorilor senzoriali.
- Orificiu** – deschidere a unei cavități la suprafață sau într-o altă cavitate.
- Orofaringe** – porțiunea mijlocie bucală a faringelui, situată între nazofaringe și hipofaringe.
- Ortofonist** – persoană calificată în domeniul procedeeleor de re-educare a vocii și a limbajului oral sau scris.
- Ortoforie** – echilibru oculomotor perfect, manifestat prin capacitatea de a dirija cei doi ochi către un punct determinat fără nici un efort, indiferent de direcția privirii sau de distanța față de obiectul fix.
- Ortogenie** – ansamblu de preocupări multidisciplinare vizând dezvoltarea normală a omului. Implică: consultații genetice, probleme de teratologie, auxologie, pueri-

cultură și patologie, igienă școlară dezvoltare simetrică a arcadelor dentare superioare și inferioare. În acest caz, dinții se întâlnesc ocluziv, cap la cap.

- Ortognatism** – conformație a fetei, linia profilului, pornind de la frunte la menton, este verticală.
- Ortoptic** – care se referă la vederea binoculară normală.
- Ortostatism** – stațiune bipedă verticală, în picioare, și fenomenele care rezultă din aceasta.
- Os** – organ component al scheletului, provenit din țesut conjunctiv metaplaziat, impregnat cu săruri de calciu. Osul este alcătuit din țesut osos compact și spongios în proporții variabile și poate conține în centrul său țesut medular hematopoietic.
- Oscilație** – variație în timp a mărimilor caracteristice unui sistem fizic sau biofizic, însoțită de o transformare a energiei dintr-o formă în alta, în mod periodic sau aproape periodic, reversibil sau parțial reversibil. Termenul este utilizat frecvent cu sensul de vibrație, de fluctuație, de variație.
- Oscilometrie** – măsurarea cu ajutorul oscilometrului a amplitudinii oscilațiilor presiunii arteriale medii, exprimată în unități convenționale.
- Osciloscop** – aparat care transformă semnalele electrice în semnale optice vizualizate pe ecranul fluorescent al unui tub catodic; se bazează pe proprietățile razelor catodice de a fi deviate de un câmp magnetic sau electric.
- Osfreziologie** – știința mirosurilor și a simțului odoratului.
- Osfreziometru** – aparat pentru măsurarea acuității simțului mirosului.
- Osificare** – formarea și dezvoltarea țesutului osos, pornind de la țesutul conjunctiv; poate fi normală sau patologică.

- Osmolaritate** – termen în relație cu presiunea osmotică, reprezentând concentrația moleculară a particulelor într-o soluție exprimată în osmoli (sau miliosmoli).
- Osmometru** – aparat destinat măsurării presiunii osmotice.
- Osmoreceptor** – receptor senzorial pentru miros; receptor al variațiilor de presiune osmotică.
- Osmoză** – un caz particular al difuziunii: mișcarea moleculelor de solvent la nivelul unei membrane din compartimentul unde există o concentrație mai scăzută de solvit pentru care membrana este impermeabilă, în alt compartiment, în care concentrația de solvit este mai mare; factor de importanță capitală în fiziologia celulară.
- Osteoblast** – celulă mezenchimatoasă formatoare de os, precursora a osteocitului, prezent în țesutul conjunctiv și cartilaginos.
- Osteocit** – celulă osoasă derivată din osteoblast, situată într-o lacună osoasă din interiorul matricei osoase.
- Osteoclast** – celulă gigantă multinucleată cu citoplasmă spumoasă, situată în lungul traveelor osoase; joacă un rol fundamental în resorbția osoasă fiziologică sau patologică, probabil sub influența parathormonului.
- Osteodensitometrie** – metodă de evaluare a densității minerale osoase prin intermediul măsurării absorbției radiațiilor X sau gama; absorțiometrie osoasă.
- Osteoid** – care se aseamănă structural cu osul; țesut osos tânăr, alcătuit numai din matricea organică hialină, la nivelul căreia se vor adăuga ulterior sărurile de calciu.
- Osteologie** – parte a anatomiei care se ocupă cu studiul oaselor din organism.
- Osteometrie** – denumire generică pentru procedeele de măsurare efectuate la nivelul unui os sau al mai multor oase.

- Osteon** – unitate structurală de bază a osului compact formată din lamele osoase concentrice, în centrul cărora se află canalul Havers care conține capilare sangvine și țesut conjunctiv.
- Otravă** – substanță care, introdusă în organism (în cantități relativ reduse), provoacă, prin acțiunea sa chimică, tulburări importante, leziuni grave etc. și uneori moartea; venin.
- Ovalbumină** – proteină extrasă din albușul de ou și înrudită cu albumina din serul de pasăre, utilă ca antigen.
- Ovalocit** – eritrocit de formă elipsoidală, prezent în proporție de sub 1 % în sângele normal, până la 10 % în majoritatea anemiilor și 90 % în eliptocitoză ereditară.
- Ovar** – glandă genitală feminină pară și simetrică, situată în cavitatea peritoneală, posterior față de ligamentele largi.
- Oviduct** – trompă uterină.
- Ovocit** – celulă germinativă feminină, o etapă în ovogeneză, rezultând din transformarea unei ovogonii și din care derivă ovulul; oocit.
- Ovocultură** – metodă de cultură a unor virusuri sau bacterii în oul de găină embrionar, după inocularea acestora în sacul vitelin, în cavitatea alantoidei sau pe membrana corioalantoidiană.
- Ovogeneză** – ciclu lunar de producere a celulelor sexuale feminine (ovule). Cuprinde mai multe etape: celula germinală feminină (ovogonia) se multiplică și formează ovocitele de ordinul I (diploide) care, după mitoză, vor da naștere unui mic globul polar (care va degenera) și unui ovocit de ordinul II (haploid) care, la rândul său, se va diviza într-un al doilea globul polar și într-un ovul.
- Ovul** – celulă sexuală feminină (gamet feminin matur), stadiul final al ovogenezei, capabilă de a fi fecundată de către spermatozoid.

- Ovulație** – fenomen complex neuroendocrin prin care ovulul este eliberat din foliculul de Graaf, fiind, în mod normal, captat apoi de către pavilionul trompei uterine, după care trece în uter. Ovulația se produce la mijlocul ciclului menstrual, de obicei în ziua a 14-a sau a 15-a, fiind stimulată de hormonul luteinizant, secretat de hipofiza anterioară.
- Oxicorticosteroizi** – grup de steroizi secretați de zona fasciculată a suprarenalei, caracterizați prin prezența unui radical cetonic sau alcoolic.
- Oxid de carbon** – gaz incolor și inodor, CO, unul din componenții principali ai gazului de iluminat. Este toxic, din cauza afinității sale pentru hemoglobină mult mai mari decât a oxigenului, ceea ce duce la formarea carboxihemoglobinei, compus mai stabil decât oxihemoglobina.
- Oxidare** – combinarea unei substanțe chimice cu oxigenul.
- Oxidază** – enzimă care activează oxigenul.
- Oxidoreducere** – reacție chimică care are la bază un transfer de electroni între reactanți, producându-se simultan o oxidare și o reducere.
- Oxidoreductază** – enzima care oxidează un substrat.
- Oxygen, O** – element chimic gazos, incolor, inodor care reprezintă o cincime din aerul atmosferic, fiind indispensabil în procesul respirației și al arderii, și care, în combinație cu hidrogenul, formează apa.
- Oxihemoglobină** – forma oxidată a hemoglobinei, având fixate patru molecule de oxigen, câte una pentru fiecare hem. Reprezintă forma de transport a oxigenului în sânge, de la plămâni (unde se formează) la nivelul țesuturilor.
- Oximetrie** – metodă de dozare a oxigenului prezent într-un amestec de gaze sau într-o soluție.

Oxitocină

- nonapeptid ciclic, similar structural cu vasopresina, hormon stocat în lobul posterior al hipofizei, sintetizat de anumiți neuroni ai nucleilor magno-celulari din hipotalamus.

Ozon, O₃

- corp gazos de culoare albăstruie, cu miros caracteristic. Se găsește în natură sau se poate obține prin descărcări electrice în aer și este folosit ca antiseptic și la sinteze organice.



- Pace** – stare de bună înțelegere între popoare, situație în care nu există conflicte armate sau război între state, popoare, populații.
- Palatin** – os pereche în porțiunea posterioară a feței, la formarea palatului dur.
- Palmitic, acid ~** – acid care intră în componența uleiurilor și grăsimilor naturale, întrebuințat la fabricarea săpunurilor.
- Palpitație** – mișcarea normală, puternică, rapidă sau neregulată a inimii, provocată de o boală, de o emoție, de un efort.
- Papilă** – mică proeminență (conică) a pielii, a unor mucoase sau a feței externe sau interne a unui organ.
- Paramolar** – dinte supranumerar în fața molarului.
- Parenchim** – țesut animal cu aspect spongios, bogat în vase sangvine, specific organelor glandulare.
- Parietal** – care se referă la peretele unei cavități a organismului.
- Parotidă** – fiecare dintre cele două glande salivare așezate dedesubtul și înaintea urechilor, de o parte și de alta a maxilarului inferior.

- Pasteuriza** – a conserva produse alimentare prin încălzire la o temperatură sub 100 °C, urmată de o răcire bruscă, astfel încât însușirile alimentului să rămână intacte.
- Paternitate** – rudenie de sânge între părinte și copilul său.
- Patinaj** – ramură sportivă care cuprinde probe practice cu patinele pe gheață.
- Pectină** – clasă de compuși organici care se găsesc în țesuturile celulelor vegetale și care, prin amestecare cu apă și prin fierbere, capătă forma unei gelatine. Este folosită în industria alimentară, în farmaceutică și în cosmetică.
- Pedichiură** – operație care constă în tăierea unghiilor și a bățaturilor de la picioare, în curățirea și în lăcuirea acestor unghii.
- Pedicul** – parte îngustă sau formațiune specială (în formă de cordon) care conține artera, vena, nervul etc. unui organ.
- Pediometru** – aparat cu care se măsoară înălțimea și greutatea copiilor mici.
- Pelvis** – parte a scheletului uman situată la baza trunchiului, formată din oasele coxale și din osul sacru.
- Penicilină** – substanță chimică sub formă de pulbere albă sau gălbuie, obținută din unele specii de ciuperci de mucegai și folosită ca antibiotic.
- Pentanol** – alcool amilic.
- Pentazol** – substanță incoloră, cristalizată, cu gust amărui, solubilă în apă folosită ca medicament cu acțiune cardiacă, respiratorie.
- Pepsină** – enzimă secretată de mucoasa stomacului vertebratelor și care transformă proteinele în peptide.
- Peptidă** – polimer scurt alcătuit din mai mulți aminoacizi.

- Peptonă** – amestec de peptide sub formă de pulbere albă-gălbuie cu miros caracteristic și cu gust amar sălciiu, solubil în apă sau în alcool diluat, asimilabil de organismul uman; este folosit în medicină.
- Periaj** – faptul de a peria.
- Periamigdalial** – care este situat în jurul amigdalelor.
- Perianal** – care este situat în jurul anusului.
- Periarterial** – care este situat în jurul unei artere.
- Periarticular** – care este situat în jurul unei articulații.
- Peribronhial** – care este situat în jurul bronhiilor.
- Pericard** – înveliș al inimii, format dintr-o foiță serioasă și una fibroasă.
- Periferic** – care ține de periferie, privitor la periferie; situat la periferie.
- Perinatalitate** – perioadă care precedă sau succede imediat nașterii.
- Perineu** – regiune anatomică cuprinsă între organele genitale externe și anus.
- Periocular** – care este situat în jurul ochiului.
- Periost** – membrană conjunctivă fibroasă care învelește osul.
- Peristaltism** – mișcare de contracție (urmată de o relaxare periodică) a musculaturii stomacului și a intestinului, care se propagă sub formă de unde și face ca alimentele să fie împinse de-a lungul tubului digestiv.
- Peritoneu** – membrană seroasă subțire care căptușește peretele cavității abdomenului și acoperă organele cuprinse în această cavitate.
- Permeabil** – care permite trecerea unui lichid sau a unui gaz.
- Peroxid** – derivat al apei oxigenate, rezultat prin înlocuirea hidrogenului acesteia cu metale sau cu radicali organici.

- Picior** – membru care susține corpul și servește la deplasare.
- Piele** – țesut conjunctiv-epitelial care acoperă întreaga suprafață a corpului animalelor vertebrate și a celor mai multe dintre nevertebrate.
- Piept** – parte superioară a corpului, de la abdomen până la gât, la om și la unele animale vertebrate; torace.
- Pigment** – substanță colorată naturală produsă de celulele plantelor și ale animalelor și care colorează în mod specific țesuturile sau lichidele organice ale acestora.
- Pigmentație** – mod specific în care apar colorate celulele, țesuturile etc. în urma pigmentării.
- Pilor** – orificiu (format dintr-un mușchi inelar) prin care stomacul comunică cu duodenul.
- Pilozitate** – prezența părului pe față, pe corpul și pe membrele unei persoane, constituind unul dintre caracterele sexuale secundare ale acesteia.
- Pilulă** – mic preparat medicamentos de formă sferică sau circulară, care se ia pe cale bucală.
- Pineală, glandă ~** – glandă mică, situată în masa encefalului, a cărei secreție determină dezvoltarea caracterelor sexuale; epifiză.
- Pistrui** – pată mică, brună sau gălbuie, care se formează pe pielea unor oameni (mai ales sub acțiunea soarelui).
- Placentă** – organ muscular și spongios care se formează în perioada de gestație la majoritatea mamiferelor și care face legătura între mamă și embrion, servind la nutriția și la respirația acestuia, eliminându-se la naștere.
- Plămân** – organ cu aspect spongios, înconjurat de pleură, situat simetric în cavitatea toracică, cu ajutorul căruia se face respirația la om și la vertebratele superioare.

Plantă	– fața inferioară a piciorului, ușor boltită, care ia contact cu solul; talpa piciorului.
Plasmă	– partea lichidă a sângelui sau a limfei formată din apă, săruri, protide, lipide, glucide, anticorpi.
Plastidă	– constituent celular caracteristic plantelor verzi, cu rol important în procesele biochimice și de sinteză.
Plasture	– bucățică de pânză pe care s-a întins o pastă medicinală densă și lipicioasă, care se aplică pe o rană pentru a o feri de infecție sau cu care se fixează un pansament; emplastru.
Pleură	– membrană seroasă care învelește plămânii și căptușește pereții cavității toracice.
Plex	– țesut format din fibre nervoase sau din vase sangvine împletite nesistematizat între ele în diferite puncte ale organismului.
Pliu	– cută a unei formațiuni anatomice.
Plumb, Pb	– element chimic metalic, moale și greu, maleabil, de culoare cenușie-albăstruie, lucios în momentul obținerii sau când este așchiat sau pilit proaspăt; rău conducător de căldură și de electricitate, folosit la fabricarea țevelor de canalizare și a tablelor pentru căptușirea unor aparate în industria chimică, la confecționarea plăcilor de acumulate.
Pneumograf	– aparat care înregistrează amplitudinea și frecvența mișcărilor respiratorii ale toracelui.
Poțiune	– nume generic dat medicamentelor lichide care se iau (în doze mici) pe cale bucală.
Premolar	– fiecare dintre dinții mamiferelor situați între canini și molari.
Prenatal	– care precedă nașterea; care are loc înainte de naștere.
Profilactic	– care se referă la profilaxie; care aparține profilaxiei.

- Profilaxie** – ansamblul măsurilor medico-sanitare care se iau pentru prevenirea apariției și răspândirii bolilor.
- Prolifera** – a se înmulți (în mod anormal) prin diviziune; a se reproduce, a procrea.
- Propilenă** – hidrocarbură folosită ca materie primă la fabricarea glicerinei, a acetonei.
- Prostată** – organ muscular și glandular care înconjoară porțiunea inițială a uretrei; aparține aparatului genital masculin.
- Proteină** – substanță organică alcătuită din carbon, hidrogen, oxigen, azot, sulf etc., care intră în componența protoplasmei celulelor animale și vegetale, îndeplinind în organism funcții fundamentale.
- Protecția muncii** – ansamblu de măsuri luate pentru ocrotirea vieții și a sănătății celor ce muncesc, pentru asigurarea desfășurării muncii în condițiile cele mai bune.
- Protoplasmă** – substanță albuminoidă complexă având aspectul unei mase vâscoase, incoloră, semifluidă, care alcătuiește baza celulei vii.
- Proveniență** – loc de unde vine sau provine ceva.
- Psihofiziologie** – parte a psihologiei care se ocupă cu studierea mecanismelor neurofiziologice ale fenomenelor psihice; psihologie fiziologică.
- Psihologie** – știință care se ocupă cu studiul proceselor și al particularităților psihice; totalitatea fenomenelor psihice care caracterizează un individ sau o colectivitate; totalitatea proceselor psihice care condiționează o activitate.
- Psihomotor** – care se referă la funcțiile motrice realizate prin activitatea nervoasă superioară; determinat de aceste funcții.
- Psihosomatic** – disciplină medicală care studiază originea psihică a unor boli și folosirea mijloacelor psihologice în terapia lor.

- Ptialină** – enzimă secretată de glandele salivare care are proprietatea de a transforma amidonul din alimente în maltoză și în glucoză; amilază salivară.
- Pulmonar** – care aparține plămânilor.
- Puls** – dilatare și contractare ritmică a arterelor sub influența sângelui pompat în inimă.
- Pulsație** – fiecare dintre mișcările pulsului.
- Pupilă** – deschizătură rotundă din mijlocul irisului, prin care se face adaptarea vederii în funcție de luminozitate.

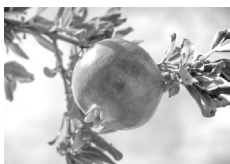


- Quantum** – cantitate, sumă determinată.
- Quantum satis** – termen folosit sistematic în prescripțiile medicale, indicând obligația adăugării la principiile medicamentoase active a unui excipient până la completarea unei cantități sau a unui volum specificat în rețetă.
- Quasispecie** – concept dezvoltat de Eigen pentru a defini structura populațiilor ARN, interacțiunile dintre ele și autoorganizarea lor progresivă în cursul stadiilor inițiale ale apariției vieții pe pământ. În egală măsură, acest principiu poate fi aplicat populațiilor ARN virale care există în interiorul unei gazde infectate. Pentru acestea, noțiunea clasică de specie biologică este insuficientă, ca urmare a ratei mari a mutațiilor și a lipsei sistemelor de corecție postreproducere, virusurile formând o populație de genome înrudite, dar diferite.
- Quenching** – termen ce caracterizează diminuarea randamentului emisiei de energie, cu referire îndeosebi la diminuarea intensității fluorescenței. În acest caz, de ex., moleculele învecinate cu cele fluorescente pot absorbi fotoni de fluorescență. Intensitatea

fluorescenței poate scăde și în funcție de mediul în care se află moleculele.

Quinoa

- plantă erbacee cultivată în America Centrală pentru semințele sale cu o mare valoare nutritivă.



Rade

- a(-și) tăia cu briciul sau cu mașina de ras părul, barba sau mustățile de la rădăcină; a (se) bărbieri.

Radiație

- emisie de unde sonore, electromagnetice sau de particule care se propagă sub formă de raze în toate direcțiile.

Radioactiv

- care conține corpuri cu proprietăți de radioactivitate.

Radioelement

- element chimic radioactiv.

Radiu

- element radioactiv care se găsește în minereurile de uraniu, folosit în medicină și în fizica nucleară.

Rafinat

- curățat de corpuri străine; obținut în urma unei rafinări.

Râgâi

- a scoate pe gât un zgomot caracteristic, provocat de eliminarea gazelor din stomac.

Rahidian

- care este al coloanei vertebrale.

Rație

- cantitate de hrană pe care trebuie să o consume un om sau un animal într-un timp determinat și care conține toate substanțele necesare desfășurării funcțiilor vitale ale organismului.

Râde

- a-și manifesta veselia sau satisfacția printr-o mișcare caracteristică a feței și a gurii, scoțând în

	același timp sunete specifice, succesive și nearticulate.
Reabilitare	– reparare, repunere în stare de funcționare.
Reactiv	– substanță care are proprietatea de a produce o reacție chimică.
Reanimare	– ansamblul măsurilor de urgență folosite în vederea restabilirii funcțiilor vitale ale organismului (circulația, respirația etc.).
Receptor	– organ care înregistrează anumite modificări ale mediului extern sau intern și transmite excitațiile la centrul nervos; care receptează, care primește (o acțiune mecanică, un curent, un semnal etc.).
Reciclare	– introducerea unor reziduuri, deșeuri etc. într-un proces tehnologic pentru a obține reutilizarea și valorificarea lor sau în scopuri ecologice.
Rect	– ultima parte a tubului digestiv (a intestinului gros), care se întinde de la colon până la orificiul anal.
Reflecție	– meditare, cugetare, gândire, reflexie.
Reflex	– reacție bruscă și automată a organismului animal sau uman la o modificare a mediului; răspuns secretor sau motor al organismului la acțiunea unei astfel de modificări.
Reflex condiționat	– reflex dobândit în cursul vieții, în urma asocierii repetate a unui excitant oarecare cu un excitant care provoacă un reflex înnăscut.
Reflex necondiționat	– reflex înnăscut.
Reflexometrie	– măsurare a reflexelor.
Remediu	– leac, doctorie, medicament.
Reoangiografie	– metodă de explorare a arterelor periferice bazată pe înregistrarea variațiilor conductibilității electrice.

Reocardiogramă – curbă obținută prin ecocardiografie.

Reproduce – a se perpetua prin generare; a se înmulți.

Resintetiza – a sintetiza din nou.

Resorbție – dispariție lentă a unui lichid, țesut sau organ prin absorbția lui treptată în țesuturile vecine.

Respect – atitudine sau sentiment de stimă, de considerație sau de prețuire deosebită față de cineva sau de ceva; diferență, venerație.

Respirație – proces fiziologic care asigură schimbul de gaze între organism și mediul înconjurător, constând în absorbirea oxigenului și eliminarea bioxidului de carbon; răsuflare.

Respirație artificială – efectuarea unor mișcări pentru a provoca restabilirea respirației normale în caz de întrerupere a acesteia.

Reticulocitoză – creștere a numărului de reticulocite din sânge în timpul regenerării măduvei.

Retină – membrana inferioară a ochiului pe care se formează imaginea.

Retrosternal – care se află în spatele sternului.

Ricketsii – microbi care fac trecerea de la bacterii la virusuri, având caractere comune ambelor grupe.

Ronțai – a mânca sfărâmând între dinți puțin câte puțin dintr-un aliment tare, crocant, producând un zgomot caracteristic.



- Sacrum** – os triunghiular dislocat la partea inferioară a coloanei vertebrale.
- Sagital** – situat în plan vertical de simetrie.
- Sutură sagitală** – sutură care unește cele două oase parietale.
- Salicilat** – nume generic al sărurilor sau al esterilor acidului salicilic.
- Saliniza** – a face să devină sau a deveni salin; a (se) îmbina cu săruri solubile.
- Salinometru** – instrument folosit pentru determinarea concentrației soluțiilor de sare.
- Salivă** – lichid apos și puțin vâscos care se formează continuu în gură, fiind secretat de glandele salivare; servește la formarea și la înghițirea bolului alimentar, umezește și spală membrana mucoasă a gurii etc.
- Salivație** – faptul de a secreta salivă; salivat; funcția glandelor salivare; secreție (exagerată) de salivă.
- Salpinx** – formație anatomică în formă de tub (trompă uterină, trompa lui Eustachio).
- Salubritate** – însușirea de a fi salubru; curățenie.
- Salvabil** – care poate fi salvat.

- Sanatoriu** – instituție spitalicească (climaterică sau balneară) pentru îngrijirea bolnavilor cronici (de tuberculoză); (întrecut) spital particular; casă de sănătate.
- Sangvin** – referitor la sânge, de sânge; prin care circulă sângele.
- Sănătate** – starea de bine fizică și psihică a unui organism la care funcționarea tuturor organelor se face în mod normal și regulat (*conform OMS*).
- Sanitar** – care se referă la sănătate, privitor la sănătate; (despre legi, măsuri, servicii etc.) destinate ocrotirii și îngrijirii sănătății publice; (agent) persoană din cadrul personalului medical mediu al unui spital sau al unui serviciu medical care se ocupă (în mediul rural) cu îngrijirea bolnavilor, cu executarea măsurilor de dezinfecție în cazuri de epidemii etc.
- Sanitație** – ansamblu de măsuri pentru asanarea mediului.
- Sanogeneză** – ramură a medicinei care se ocupă cu asigurarea stării de sănătate a populației, studiind mediul social ca factor patologic, influența locuinței și a condițiilor de muncă, fenomenele de urbanizare, de poluare etc.
- Homo Sapiens** – individ din ordinal primatelor socotit de lume ca tip al speciilor umane.
- Sapient** – (om) plin de înțelepciune; învățat; savant.
- Săpun** – un amestec de seu, grăsime ori ulei vegetal topit la un loc cu sodă (săpun tare) sau cu potasă (săpun moale), lăsat să se solidifice în forme și întrebuințat la spălat.
- Saprofag** – care se hrănește cu materii organice în descompunere.
- Saprofit** – (organism vegetal, microorganism) care trăiește pe corpuri organice în descompunere.
- Saturație** – stare a unui compus chimic care nu mai conține valențe libere și, deci, nu mai poate adăuga alte

elemente în molecula lui; stare a unei soluții în care nu se mai poate dizolva o nouă cantitate din substanță dizolvată; stare a unui mediu gazos în care nu se mai poate evapora o nouă cantitate dintr-un anumit lichid; stare a unui sistem chimic, fizic sau tehnic, pentru care o anumită mărime caracteristică a atins valoarea maximă.

- Saună** – baie de aburi care constă în expunerea corpului la o temperatură de 60-80 °C, produsă prin stropirea unor pietre poroase încălze, după care se activează circulația prin lovirea corpului cu un mănunchi de nuiile și prin dușuri reci.
- Savuros** – plăcut la gust; care merită să fie savurat.
- Scalp** – pielea cu păr a capului.
- Scamă** – fire destrămate dintr-o pânză uzată, scămoșate și întrebuințate la pansamente, în loc de vată sau de tifon.
- Scapulă** – os lat care, împreună cu clavicula și cu humerusul, constituie umărul; omoplat.
- Schi** – sport de iarnă practicat cu schiurile.
- Sciatic, nerv ~** – nerv rahidian care inervează partea de jos a corpului.
- Scizură** – fisură pe suprafața unui organ.
- Scleră** – tunica solidă a globului ocular.
- Sclerenchim** – țesut vegetal de susținere.
- Sclerotică** – membrană albă, opacă a ochiului.
- Scrimă** – ramură sportivă care cuprinde probe de sabie, de floretă și de spadă.
- Sebum** – secreție grasă a glandelor sebacee.
- Secreție** – produs lichid sau solid rezultat din activitatea celulelor glandulare.
- Secreție internă** – (glandă) care varsă materia secretată în circuitul sangvin.

Secreție externă	– (glandă) care elimină materia secretată prin pori sau prin alte orificii externe.
Securitate	– faptul de a fi la adăpost de orice pericol; sentiment de încredere și de liniște pe care îl dă cuiva absența oricărui pericol.
Securitate colectivă	– stare a relațiilor dintre state, creată prin luarea pe cale de tratat a unor măsuri de apărare comună împotriva unei agresiuni.
Seleniu, Se	– element chimic, metaloid negru-cenușiu care se găsește în natură în combinație cu sulful și care se întrebuințează în industria sticlei, a ceramicii și la fabricarea celulelor fotoelectrice.
Senzitiv	– referitor la simțuri, de simțuri.
Senilitate	– caracterul a ceea ce este senil; stare patologică provocată de îmbătrânire și caracterizată prin modificări structurale și funcționale de involuție, fizice și psihice, ale organismului uman.
Sensibil	– care resimte puternic orice impresie fizică sau morală, care are o sensibilitate deosebită.
Sensibilitate	– facultatea organismelor vii de a simți, de a percepe prin simțuri tot ceea ce vine din afară; simțire.
Sentiment	– proces afectiv specific uman, care exprimă atitudinea omului față de realitate; simțământ; afecțiune.
Senzualism	– concepție gnoseologică care consideră senzația ca principala sursă a cunoașterii.
Septuagenar	– om în vârstă de șaptezeci de ani.
Ser	– partea lichidă a sângelui; lichid din sânge sau preparat artificial care conține un anumit anticorp sau o secreție glandulară, în scop terapeutic.
Serologie	– știință care se ocupă cu studiul serurilor terapeutice, specifice sau nespecifice; capitol al imunologiei care cuprinde studiul metodelor pentru punerea în evidență a anticorpilor din serul sangvin, precum și

- studiul antigenelor microbiene și celulare și a toxinelor; studiu de laborator care constă în analizarea modificărilor serice din cursul diferitor boli.
- Sex** – ansamblu de caracteristici morfologice și fiziologice care diferențiază organismele animale și vegetale în masculi (bărbați) și femele (femei); gen.
- Sexualitate** – totalitatea caracterelor anatomo-fiziologice specifice fiecărui sex;
– ansamblul fenomenelor referitoare la instinctul sexual și la satisfacerea lui.
- Sexologie** – studiu științific al sexualității.
- Sfincter** – mușchi inelar care închide un orificiu.
- Sfigmografie** – măsurare și înregistrare grafică a pulsului cu ajutorul sfigmografului.
- Sforăit** – zgomotul produs de cel care sforăie.
- Sialogog** – substanță care provoacă salivație.
- Simfiză** – articulație puțin mobilă; legarea a două oase împreună.
- Simpatic** – parte a sistemului nervos care reglează funcțiile vegetative.
- Simpatico-terapie** – metodă de tratament a afecțiunilor legate de tulburările sistemului neurovegetativ, constând în acțiunea asupra ganglionilor nervoși din fosele nazale.
- Sincopă** – pierderea sensibilității și a mișcărilor voluntare ca urmare a încetării subite momentane sau definitive a funcției inimii, însoțită de întreruperea respirației.
- Sinus** – cavități neregulate situate în grosimea unui os cranian;
– porțiuni dilatate pe traiectul venelor, al arterelor sau al vaselor limfatice.
- Sistolă** – contracția ritmică a inimii.
- Soare** – corpul ceresc principal al planetei noastre.

- Sobă** – instalație pentru încălzit (cu lemne, cu cărbuni, cu gaze etc.) încăperile de locuit sau pentru gătit, făcută din cărămidă, din teracotă, din fier sau din fontă.
- Soccer** – variantă a jocului de fotbal în care folosirea mâinilor este complet interzisă.
- Socializare** – faptul de a (se) socializa.
- Solariu** – teren, terasă, încăpere special amenajată pentru băi de soare.
- Solniță** – vas mic în care se servește sarea (și piperul) la masă; conținutul acestui vas.
- Solstițiu** – fiecare dintre cele două momente ale anului (21 iunie și 22 decembrie) când pământul se găsește la cea mai mare distanță de soare și care marchează ziua (respectiv noaptea) cea mai lungă.
- Solubil** – (despre substanțe, elemente chimice etc.) care se poate dizolva într-un solvent.
- Somatologie** – studiul anatomic și fiziologic al corpului viețuitoarelor.
- Somatoscopie** – examinare vizuală a constituției somatice.
- Somatotropism** – influența nemijlocită a substratului asupra creșterii organismelor.
- Somato** – element prim de compunere savantă cu semnificația „corp”, „corporal”.
- Somatognozie** – cunoaștere despre propriul corp, despre existența și starea diferitor părți ale acestuia.
- Somatometrie** – ansamblul măsurărilor efectuate pentru a determina forma și dimensiunile corpului.
- Somn** – a dormi.
- Sondă** – aparat pentru luarea de probe dintr-un material compact sau granular; instrument tubular folosit pentru explorarea unor cavități naturale din organism sau pentru drenarea unor plăgi.

- Sonometru** – instrument pentru studierea legilor vibrațiilor coardelor sonore și pentru determinarea frecvenței unui sunet.
- Sorbitol** – compus chimic din bacele de scoruș, colagog și purgativ.
- Spasm** – contracție bruscă a unui mușchi sau a unui nerv; convulsie.
- Spectrometrie** – comparare a intensităților luminoase a două radiații monocromatice.
- Spermă** – secreție a glandelor sexuale masculine care conține spermatozoizi.
- Spermatogeneză** – formare a spermatozoidelor.
- Spermatozoid** – gamet mascul.
- Spinal** – referitor la spinele vertebrelor, la coloana vertebrală.
- Spinal, nerv ~** – nerv motor cranian al gâtului, laringelui și faringelui.
- Spinotalamic** – care aparține măduvei spinării și talamusului.
- Spinotalamică, cale ~** – traiect al fibrelor nervoase care străbat măduva spinării, bulbul rahidian, puntea Varolio și pedunculii cerebrali, ajungând la talamus.
- Spiril** – bacterie de formă spiralată.
- Spiritual** – intelectual, sufletesc; care aparține spiritului.
- Splină** – organ anatomic intern, moale și spongios, de culoare roșie-violetă, situat în partea superioară stângă a cavității abdominale, care produce limfocite, anticorpi, depozitează sângele etc.
- Sprânceană** – fire de păr scurte și dese crescute în linie arcuită deasupra orbitei ochiului pentru a împiedica scurgerea transpirației în ochi.
- Static** – referitor la echilibrul forțelor, la statică.

- Static, simț ~** – simț care ne orientează asupra poziției propriului nostru corp.
- Staționar** – care stagnează, nu variază câtva timp; constant;
– (despre un mediu fluid, un câmp de forțe) care are în fiecare punct o viteză, o intensitate independență de timp;
– centru sanitar pentru îngrijirea bolnavilor.
- Stearic, acid ~** – acid solid, incolor, puțin solubil în apă, care se găsește combinat cu glicerina în grăsimile animale și vegetale; se întrebuințează la fabricarea lumânărilor, în cosmetică etc.
- Stearină** – ester al acidului stearic care intră în componența grăsimilor animale și vegetale.
- Steril** – neroditor, neproductiv; sterp.
- Sterilet** – dispozitiv anticoncepțional plasat în cavitatea uterină.
- Sterilitate** – stare, însușire a ceea ce este steril; incapacitatea de a procrea, de a face roade.
- Stern** – os al pieptului de care se prind coastele și claviculele.
- Stetoscop** – instrument pentru ascultat unele organe interne (inima, plămânii).
- Stomac** – parte a aparatului digestiv.
- Subcortical** – care se află sub scoarța cerebrală.
- Subcutanat** – care se află sub piele.
- Sublingual** – care se află sub limbă.
- Sudație** – transpirație abundentă, în scop curativ.
- Sudorație** – transpirație.
- Sudoripară** – glande care secretă sudoarea.
- Suflet** – totalitatea proceselor afective, intelectuale și voliționale ale omului.

- Sulf, S** – metaloid de culoare gălbuie, cu miros neplăcut, care se găsește în natură în stare nativă sau în combinații, întrebuințat mai ales în tehnică și în medicină.
- Supliment** – ceea ce se adaugă pentru a completa, a întregi; adaos.
- Surâs** – zâmbet.
- Sutură** – tip de articulație în care oasele sunt fixe; cusătură folosită în chirurgie pentru a reuni marginile unei plăgi, extremitățile unui tendon sau ale unui nerv tăiat.



Şarm

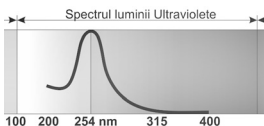
– farmec; farmec personal al unui om.



- Tabletă** – preparat farmaceutic în formă de disc mic; comprimat, pastilă, pilulă.
- Tact** – simț, manieră deosebit de grijulie și plină de măsură în purtarea și acțiunile cuiva.
- Tactil** – simțul tactil; pipăit.
- Tactognozie** – recunoașterea obiectelor prin pipăit.
- Talamus** – partea encefalului situată la baza creierului.
- Talc** – silicat hidratat de magneziu natural, unsuros, alb-verzui, folosit în industria farmaceutică, textilă.
- Talent** – aptitudine, înclinație naturală deosebită într-un anumit domeniu.
- Tampon** – bucată mare de vată sau de tifon sterilizat care se aplică pe o rană pentru a opri o hemoragie.
- Tars** – partea posterioară a labei piciorului.
- Tatuaj** – desen rămas pe piele după tatuare.
- Telepatie** – transmitere a gândurilor la distanță.
- Tensiune** – presiune exercitată de fluxul sangvin asupra arterelor și a inimii.
- Tensiometru** – aparat pentru măsurarea tensiunii arteriale; sfigmometru.

- Termoreglare** – mecanism fiziologic la animalele homeoterme prin care acestea își mențin constantă temperatura corpului.
- Termostat** – aparat, instalație pentru controlul și reglarea automată a temperaturii într-o încăpere sau într-un sistem tehnic; termoregulator.
- Tibie** – os lung, voluminos, situat la fața internă a gambei, al cărei schelet îl constituie împreună cu peroneul.
- Tiroidă** – glandă cu secreție internă, situată în partea anterioară a gâtului, în fața traheii, ai cărei hormoni influențează creșterea, metabolismul etc.
- Tisular** – referitor la țesuturi, al țesuturilor.
- Tonus** – stare de tensiune ușoară, dar permanentă, în care se află în mod normal mușchii scheletului.
- Trahee** – tub format din inele cartilaginoase, care leagă laringele de bronhii și prin care circulă aerul necesar respirației.
- Traheoscop** – instrument pentru examinarea traheii.
- Transfuzie** – injectare în circulația sangvină a unui subiect a unuiia dintre constituenții sângelui.
- Transsudat** – lichid care zemuiește dintr-o membrană seroasă sau dintr-o mucoasă din cauza fenomenului de stază (încetinirea sau oprirea circulației unui lichid organic) sau din cauza unei diminuări a concentrației în proteine a plasmei, ceea ce favorizează ieșirea lichidelor în afara vaselor.
- Travailu** – totalitatea fenomenelor care se produc în momentul nașterii, conducând la expulzarea fătului.
- Triceps** – mușchi al membrelor superioare și inferioare constituit din trei capete.
- Trigemen** – a cincea pereche de nervi cranieni care inervează o parte a pielii și a mușchilor feței.

- | | |
|-----------------|---|
| Tripsină | – enzimă secretată de pancreas care descompune proteinele în aminoacizi. |
| Tubaj | – metodă de examinare clinică realizată prin introducerea în stomac sau în alt organ cavităar, pe cale bucală, a unui tub de cauciuc în scop explorator ori terapeutic. |
| Tunică | – membrană fibroasă care înveleşte unele organe. |
| Tușeu | – metodă de investigare care constă în palparea unui organ pentru a verifica starea lui. |



Ubichinonă

- chinonă mitocondrială, compus organic constituit dintr-un nucleu benzenic și un lanț lateral la C6, alcătuit din unități de izopren.

Ubicultină

- proteină compusă din 76 de aminoacizi, foarte stabilă, prezentă în toate celulele eucariote, cu rol în reglarea procesului de degradare a proteinelor.

Ulei

- lichid gras de proveniență vegetală, animală, minerală sau sintetică, insolubil în apă și mai ușor decât ea, folosit în alimentație, în industrie etc.

Ultraacustic

- parte a acusticii care se ocupă cu studierea ultrasunetelor.

Ultrabazic

- care este sărac în silice, fiind alcătuit în special din olivină sau din piroxenii.

Ultrasonografie

- test în care undele sonore de înaltă frecvență (ultrasunete) sunt ricoșate de țesuturi, ecourile fiind transformate într-o imagine (sonogramă).

Ureapasmă

- micoplasmă care face parte din flora genitală normală considerată nonpatogenică.

Uree

- compus organic, produs de degradarea proteinelor din organism.

Ureter

- canal pereche ce leagă rinichii de vezica urinară.

Uretră

- canal prin care se scurge urina din vezică.



Vacanță

- perioadă de odihnă acordată elevilor și studenților la sfârșitul unui trimestru, semestru sau an de școală ori de studii; concediu (acordat unui salariat);
- interval de timp în care o instituție, un organ reprezentativ etc. își încetează activitatea; interval de timp în care un post, o funcție, o demnitate etc. rămân vacante.

Vaccin

- produs biologic preparat din germeni patogeni sau din secreții microbiene, care se administrează prin injecții sau pe cale bucală unui om ori unui animal în scop preventiv (pentru a căpăta imunitate împotriva bolilor infecțioase) sau curativ.

Vaccinare

- acțiunea de a vaccina; vaccinație.

Vad

- loc situat pe cursul unui râu, unde malul este jos și apa puțin adâncă, permițând trecerea prin apă de pe un mal pe altul;
- țărm, mal, liman;
- loc situat în apropierea unei mari căi de comunicație, care asigură unui negustor o clientelă numeroasă.

Valid

- apt pentru muncă (sau pentru o anumită activitate); sănătos;
- care îndeplinește condițiile cerute de lege; valabil.

Validitate

- calitatea de a fi valid; situația, starea celui valid.

Valoare

- însușire a unor lucruri, fapte, idei, fenomene de a corespunde necesităților sociale și idealurilor generate de acestea; suma calităților care dau preț unui obiect, unei ființe, unui fenomen etc.; importanță, însemnătate, preț, merit;
- eficacitate, putere;
- muncă socială necesară pentru producerea unei mărfi și materializată în marfă;
- exprimare în bani a costului unei mărfi sau a unei acțiuni, a unui cec etc.;
- mărime matematică asociată unei mărimi fizice (după un anumit procedeu de măsurare), permițând compararea mărimii cu altele de aceeași natură; rezultat al unui calcul, al unei operații matematice etc.;
- durată absolută sau relativă a unei note muzicale sau a unei pauze;
- efect obținut în pictură prin alăturarea a două nuanțe diferite ale unui ton;
- sens, nuanță de sens a unui cuvânt.

Valorifica

- a pune în valoare, a face să primească o anumită valoare; a scoate în evidență valoarea unui lucru; a folosi în procesul de producție anumite materii prime care duc la realizarea unor produse de valoare mai mare; a schimba o hârtie de valoare sau un obiect cu contravaloarea lui în bani.

Vals

- dans în măsura de trei timpi, cu mișcări relativ vi-oaie, care se dansează în perechi; melodie după care se execută acest dans.

Valvulă

- valvă mică;
- cută membranoasă subțire, elastică, cu o margine liberă, situată în interiorul vaselor și a canalelor organismului sau al unor organe cavitare, care permite trecerea lichidelor biologice într-o singură direcție, împiedicând întoarcerea lor.

Vamă

- instituție de stat care se ocupă cu evidența și cu controlul asupra intrării și ieșirii din țară a mărfurilor, mijloacelor de transport etc. și care percepe

- taxele legale pentru aceste bunuri; loc, punct în care funcționează această unitate; taxă care se plătește ca un bun să treacă dintr-o țară în alta sau (în trecut) dintr-o regiune în alta a țării;
 - cantitate de grăunțe care se percepe la moară ca taxă în natură pentru măcinat; uium;
 - bani pe care trebuie să-i plătească mortul ca să poată trece și călători pe lumea cealaltă.
- Vână**
- vas sangvin de diferite mărimi, care duce sângele de la organe și țesuturi la inimă;
 - fibră musculară; tendon, zgârci; mușchi; cravașă făcută din ligamentul cervical posterior al boului; baston de cauciuc folosit de cei care mențin ordinea publică;
 - parte a piciorului cuprinsă între genunchi și gleznă; gambă;
 - pătură minerală continuă infiltrată între celelalte straturi ale solului; filon;
 - pânză subterană de apă;
 - șuviță, coloană de lichid;
 - fiecare dintre ramificațiile rădăcinii unui copac.
- Vană**
- vas mare (de tablă, de lemn, de faianță etc.) pentru îmbăiat sau (rar) pentru spălat rufe; cadă;
 - dispozitiv montat pe traseul ori la capătul unei conducte care servește la deschiderea, la întreruperea sau la reglarea circulației unui fluid.
- Vanilie**
- plantă exotică erbacee agățătoare din familia orhideelor, cu frunze cărnoase și fructe aromatice, în formă de păstaie, folosite drept condiment.
- Vapor**
- navă pusă în mișcare de un motor propriu.
- Vapori**
- substanță aflată în stare gazoasă, la o temperatură mai joasă decât temperatura ei critică.
- Vaporiza**
- a se transforma în stare de vapor; a se evapora.
- Var**
- oxid de calciu obținut prin calcinarea rocilor calcareoase (și prin hidratarea lor), folosit ca liant în construcții, ca materie primă în industria chimică

etc. Laptele de var folosit pentru spoitul pereților caselor.

Vară

- anotimpul cel mai călduros al anului, cuprins între primăvară și toamnă; în emisfera boreală reprezintă intervalul de timp de la 22 (21) iunie până la 23 septembrie.

Variabilitate

- însușirea unui lucru, a unui fenomen etc. de a varia, de a lua forme și aspecte diferite. Proprietate a ființelor vii de a-și schimba, sub influența mediului și a eredității, însușirile morfologice, fiziologice, biochimice etc.;
- proprietate pe care o are o cantitate, o mărime sau o funcție algebrică de a lua succesiv o infinitate de valori diferite.

Variație

- schimbare, transformare; stare a unui lucru care se prezintă sub diferite forme; în mod variat; trecere de la o formă la alta; aspect variabil, schimbător;
- schimbare a unei însușiri morfologice, fiziologice, biochimice etc. a organismului animal și vegetal;
- modificare a unei teme muzicale sub raportul melodiei, al ritmului, al măsurii, al armoniei, al tonalității etc.;
- dans solistic clasic, variat și de virtuositate.

Varietate

- calitatea a ceea ce este divers, variat; felurime, diversitate. Spectacol distractiv, ușor, alcătuit din cântece, dansuri, numere de circ, recitări, cuplete etc.; formă (diferită), soi (deosebit); individ (sau grup de indivizi) care se diferențiază în cadrul unei specii prin unele particularități morfologice; categorie sistematică inferioară speciei;
- individ (sau grup de indivizi) care se diferențiază în cadrul unei specii prin unele particularități morfologice; categorie sistematică inferioară speciei.

Varză

- plantă legumicolă bienală din familia cruciferelor, cu frunze mari, groase și ondulate care se învelesc unele pe altele formând o căpățână compactă, folosită în alimentație.

- Vas**
- recipient de sticlă, de metal, de lemn, de pământ etc., de diferite forme și mărimi care servește la păstrarea (și transportul) lichidelor, al unor materii solide sau ca obiect de ornament;
 - vehicul pentru transportul pe apă al călătorilor și al mărfurilor; navă;
 - fiecare dintre formațiile tubulare închise prin care circulă sângele, limfa etc. în interiorul organismului;
 - celulă vegetală alungită sau tub capilar gol prin care circulă seva în plante.
- Vascular**
- care aparține vaselor sangvine sau limfatice din organismele vii, privitor la aceste vase.
- Vată**
- material format din fibre elastice de bumbac scurte și subțiri care se întrepătrund și formează o masă compactă albă, folosit pentru pansamente, în diferite procese tehnice etc.;
 - produs alimentar dulce, pufos, asemănător cu vata, care se obține, prin centrifugare, dintr-o soluție de zahăr; se vinde în comerț înfășurat pe bețișoare de lemn.
- Vatră**
- loc special amenajat în tinda casei țărănești, sub formă de platformă de piatră sau de cărămidă, înălțată, amplasată sub un horn, pe care se face focul pentru a pregăti mâncarea;
 - parte plană din interiorul cuptorului (de pâine) sau al sobei, care susține boltitura și unde se face focul;
 - suprafață plană care prelungește (și susține) cuptorul sau soba în afară și pe care se poate ședea sau dormi;
 - altar pe care se aduceau jertfe;
 - loc sumar amenajat pe sol și neacoperit unde se face foc;
 - așezare stabilă (sălaș, locuință, casă);
 - centrul, locul principal al unei așezări; loc pe care s-a construit sau se construiește o așezare umană; zonă locuită a unei așezări umane;

- loc unde este concentrată o activitate (administrativă, culturală etc); loc, centru de unde se răspândesc anumite idei, influențe etc.; focar;
- parte inferioară din interiorul unui cuptor metalurgic pe care se așază materialul (care urmează a fi) prelucrat. Parte a forjei pe care se așază și se arde combustibilul;
- porțiune de teren, pe un câmp, care se deosebește de restul locului prin vegetația diferită sau prin lipsa vegetației.

Văr, vară

- grad de rudenie între copiii sau descendenții persoanelor care sunt frați sau surori; persoană care se află cu alta într-o asemenea relație de rudenie, considerată în raport cu aceasta;
- termen familiar de adresare către un prieten, un cunoscut.

Vărativ

- de vară, specific verii. Care se dezvoltă, se coace vara; timpuriu;
- taxă pentru pășunatul vitelor pe locul cuiva în timpul verii; vărat. Locul unde sunt duse oile vara la pășunat.

Văru

- a acoperi o suprafață tencuită, lipită etc. a unui element de construcție cu un strat subțire de lapte de var (cu unele adaosuri); a spoii.

Vărzare

- plăcintă umplută cu varză, cu ceapă, mărar, știr etc.

Vărzărie

- grădină în care se cultivă (cu precădere) varză.

Vâna

- a pândi, a urmări și a prinde sau a ucide animale sălbatice. A pescui (mai ales pești mari). A urmări un om pentru a-l prinde; a hăitui;
- a urmări cu aviditate, cu stăruință.

Vârstă

- timpul scurs de la nașterea unei ființe până la un anumit moment din viața ei; numărul de ani (și de luni, de zile) prin care se exprimă acest timp; etate;
- etapă din viața unei ființe caracterizată printr-o anumită fază de dezvoltare. *Vârsta a treia* – perioada de după pensionare;

- număr de ani împliniți care se cer pentru ca cineva să se bucure de anumite drepturi (civile, politice etc.); cea mai mică subdiviziune a timpului geologic în
 - decursul căreia s-a format un complex de strate grupate într-un etaj geologic.
- Vedea**
- a (se) percepe cu ajutorul văzului în fața tuturor, în mod deschis; cu condiția de a vedea cu propriii săi ochi;
 - a fi de față, a asista, a fi martor la o întâmplare, la un eveniment;
 - a cerceta (cu privirea sau cu mintea) pentru a se convinge de ceva, a pătrunde, a descifra (cu privirea);
 - a fi, a ajunge, a se pomeni, a se găsi într-o anumită situație;
 - a avea grijă, a îngriji, a se ocupa (de cineva sau de ceva);
 - a-și da seama, a remarca, a constata, a observa;
 - a înțelege, a pricepe;
 - a lua în considerare; a considera, a socoti;
 - a părea, a se arăta.
- Vegetarian**
- care se bazează (numai) pe produse vegetale (și pe lactate). Adept al vegetarianismului.
- Vegetarianism**
- regim alimentar sau sistem de alimentație bazat pe produse vegetale, care exclude carnea, permițând unele alimente de origine animală (ouă, lactate, miere).
- Vegetație**
- totalitatea plantelor dintr-o regiune, zonă, țară etc., distribuite și asociate după anumite condiții naturale; mulțime de plante, creștere, dezvoltare și întreținere a vieții unei plante;
 - excrescență care se formează, se dezvoltă pe corpul omului sau al animalelor; polip.
- Venă**
- conjunctură favorabilă; șansă, noroc (la un joc de noroc).
- Venera**
- a respecta în mod deosebit, a cinsti în cel mai înalt grad, a manifesta o prețuire profund respectuoasă pentru cineva sau ceva.

- Venerație** – respect profund, stimă deosebită, prețuire adânc respectuoasă pentru cineva sau ceva.
- Veninăriță** – plantă erbacee (*Gratiola officinalis*) cu flori albe sau trandafirii care se folosește în medicină pentru proprietățile ei iritante și purgative; avrămeasă.
- Ventilare** – acțiunea de a (*se*) *ventila* și rezultatul ei.
- Ventilație** – împrăștiere a aerului (viciat) dintr-un spațiu închis; ventilare, aerație;
– proces fiziologic de circulație a aerului prin căile respiratorii și plămâni, prin alternarea ritmică a inspirației și a expirației;
– sistem, aparat, instalație pentru realizarea ventilației.
- Ventricul** – cavitate naturală, de dimensiuni reduse, în interiorul unor organe.
- Ventricular** – care ține de ventricule, privitor la ventricule, din originea ventriculelor.
- Ventuză** – organ în formă de disc al unor animale (acvatic), care le permite să se fixeze pe diferite corpuri;
– pahar special de sticlă, cu marginea superioară puțin răsfrântă, care se aplică (prin crearea de vid în interior) pe pielea unui bolnav, pentru a provoca o mică congestie locală a sângelui (în scop curativ);
– aparat în formă de clopot, cu ajutorul căruia se scoate aerul care împiedică circulația unui lichid într-o conductă.
- Verandă** – galerie exterioară (balcon sau terasă acoperită), închisă adesea cu pereți având numeroase ferestre, care alcătuiește anexa unei locuințe.
- Verb** – parte de vorbire care exprimă o acțiune sau o stare și care se caracterizează prin flexiune proprie;
– mijloc, fel de exprimare; limbaj; cuvânt.
- Verbal** – care se face, se transmite, se comunică prin viu grai, din gură în gură; care caracterizează graiul viu, vorbirea; oral;
– care aparține verbului.

- Verde**
- care are culoarea frunzelor, a ierbii sau, în general, a vegetației proaspete de vară;
 - plin de sevă, care nu s-a uscat; viu;
 - care nu a ajuns la deplină maturitate; crud, necopt;
 - care nu a fost prelucrat, tăbăcit; brut;
 - voinic, viguros; curajos, îndrăzneț;
 - una dintre culorile fundamentale ale spectrului solar, situată între galben și albastru, care este aceea a frunzelor, a ierbii fragede etc.
- Verdeață**
- culoarea verde a vegetației. Mulțime de frunze, de ramuri, de ierburi verzi;
 - frunze de pătrunjel, de mărar, de leuștean etc., folosite în alimentație; zarzavaturi, legume (proaspete).
- Veridic**
- care este (sau pare că este) conform cu adevărul; adevărat, real, care spune adevărul.
- Verișor, -oară**
- diminutiv al lui văr.
- Veritabil**
- conform cu adevărul; adevărat, real, autentic. Care este pur, care nu este amestecat cu nimic.
- Verosimil**
- care pare a fi adevărat și inspiră încredere; credibil; plauzibil.
- Vers**
- melodie, cântec, arie;
 - glas, voce; timbru al vocii.
- Versiune**
- traducere a unei opere literare sau științifice dintr-o limbă în alta;
 - fiecare dintre formele unui text care a suferit modificări (în raport cu o formă considerată de bază);
 - manieră (personală) de a prezenta, de a interpreta o întâmplare, un fapt, o afirmație;
 - manoperă care constă în schimbarea poziției fătului în uter pentru a facilita nașterea.
- Verstă**
- unitate de măsură pentru distanțe folosită în trecut (mai ales în Rusia), egală cu 1,067 km.
- Vertebră**
- fiecare dintre oasele scurte, în formă de inel, care formează împreună coloana vertebrală la om și la animalele vertebrate și în care se află măduva spinării și anexele ei.

- Vertical** – care este orientat perpendicular pe un plan orizontal; care are direcția căderii corpurilor; (sens curent) care este orientat drept (în sus). Linie dreaptă care cade perpendicular pe un plan orizontal; direcția urmată de această linie.
- Verticalitate** – poziție verticală a ceva; însușirea de a fi vertical.
- Vest** – unul dintre cele patru puncte cardinale, opus estului; loc pe orizont, regiune unde apune Soarele; apus. Nume generic dat unui loc, unei regiuni, unui stat așezat spre apus (în special nume dat statelor din Apusul Europei și din America de Nord).
- Vestă** – obiect de îmbrăcăminte scurt, fără mâneci și fără guler, purtat de bărbați sub haină și de femei peste bluză.
- Vesti** – a aduce la cunoștință, a face cunoscut; a înștiința, a anunța, a informa. A face să se prevadă; a prevesti; – a-și face cunoscută, simțită existența sau prezența; – a deveni vestit, faimos.
- Vestimentație** – îmbrăcăminte.
- Vestit** – care se bucură de renume; celebru, renumit, faimos.
- Veston** – haină (de uniformă).
- Veșcă** – coajă de copac din care se face marginea circulară a sitelor, cercul din jurul pietrelor de moară și al râșnițelor etc.; obiect făcut din această coajă (mai ales sită).
- Veșnic** – care există de totdeauna și va exista întotdeauna; etern; – care are durată lungă; continuu, permanent, întru-na, mereu, neconținut.
- Veșnicie** – durată care nu are nici început, nici sfârșit, care nu se supune niciunei determinări temporale; eternitate, vecie. Durată nelimitată în viitor. Perioadă foarte lungă.

- Veterinar** – care se referă la prevenirea, la combaterea și la vindecarea bolilor de care suferă animalele (domestice). Medic care practică medicina veterinară.
- Veveriță** – mamifer rozător de talie mică, cu blană roșcată sau neagră pe spate și albă pe piept, cu coada lungă și stufoasă, care trăiește pe arbori. Epitet dat unei fete vioaie, zglobii.
- Veziică** – organ cavităar care colectează temporar unele produse de excreție sau de secreție, pe care apoi le evacuează prin contracția fibrelor musculare din structura sa; organ al peștilor în formă de pungă, dezvoltat de intestin și umplut cu gaze, care servește la echilibru, la ridicarea și la coborârea în apă etc.
- Veziiculă** – formațiune anatomică în formă de pungă membranoasă care îndeplinește diferite funcții organice; rezervor temporar al bilei situat în fosa colecistului de pe fața inferioară a ficatului; colecist.
- Viață** – sinteză a proceselor biologice, fizice, chimice, mecanice care caracterizează organismele; faptul de a fi viu; stare a ceea ce este viu;
- epitet dat unei ființe iubite, care reprezintă totul în existența cuiva;
- ansamblul fenomenelor biologice (creștere, metabolism, reproducere etc.) pe care le prezintă organismele animale sau vegetale de la naștere până la moarte;
- mod, fel, ansamblu de condiții materiale și morale ori mediu în care se desfășoară existența unei ființe sau a unei colectivități; totalitatea actelor săvârșite de cineva în timpul existenței sale;
- timp cuprins între nașterea și moartea cuiva; șirul evenimentelor întâmplare în acest timp;
- biografie (relatăată oral sau în scris).
- Vibrație** – mișcare oscilatorie periodică a unui corp sau a particulelor unui mediu, efectuată în jurul unei poziții de echilibru, cu frecvență relativ înaltă; oscilație;
- emoție puternică, înfiorare, freamăt.

- Vibrometru** – instrument de măsurare a vitezei sau accelerației vibratorii a unui corp.
- Victorian** – care se referă la epoca istoriei engleze corespunzătoare domniei reginei Victoria.
- Victorie** – succes repurtat asupra inamicului într-un război, într-o bătălie, într-o revoluție (armată); biruință, izbândă;
– succes obținut într-o competiție sportivă, într-un concurs, la un examen etc.;
– triumf al unei idei, al unei teorii, al unei politici asupra altora opuse;
– rezultat deosebit de bun obținut într-un domeniu de activitate.
- Vid** – care nu conține nimic; care nu conține aer sau alt gaz; care nu este ocupat, locuit; pustiu;
– lipsit de orice gânduri, de orice idei;
– spațiu lipsit de orice corp material sau în care particulele materiale existente sunt extrem de rarefiate;
– pierdere ireparabilă;
– cu privirea fixă, fără țintă.
- Video** – care se referă la sistemele de transmitere și de înregistrare a imaginii.
- Videocasetă** – casetă care conține bandă magnetică pe care se pot înregistra imagini și sunete însoțitoare.
- Videodisc** – disc care permite vizionarea unui program (de imagine și sunet) preînregistrat, pe ecranul unui televizor obișnuit.
- Videotelefon** – sistem de comunicații telefonice care permite interlocutorilor să se vadă reciproc în timpul convorbirii; videofon.
- Viespe** – nume dat mai multor insecte himenoptere, asemănătoare cu albina, prevăzute în partea posterioară a abdomenului cu un ac și cu o pungă cu venin;
– femeie rea.
- Vietate** – ființă, viețuitoare.

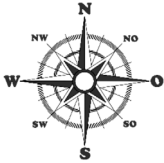
- Viețui** – a se afla în viață, a fi viu; a trăi, a exista. A-și procura mijloacele necesare traiului. A trăi la un loc cu cineva; a conviețui. A locui într-un anumit loc.
- Vigilent** – care manifestă, demonstrează vigilență.
- Vigilență** – atitudine de observare atentă și susținută, de supraveghere continuă a ceea ce se întâmplă în jurul său (pentru a preveni, a descoperi sau a combate acțiuni reprobabile, ostile, dușmănoase).
- Vigoare** – forță fizică, putere (de lucru, de acțiune); energie; vitalitate.
- Viguros, -oasă** – plin de vigoare; puternic, robust.
- Viitor, -oare** – care va veni, care va fi, va exista, va apărea după momentul de față; proiectat într-o perioadă care va veni (în concepțiile religioase) viața care ar continua și după moarte, într-o lume de apoi. Timpul care urmează prezentului; viitorime.
- Vileag** – a face sau a deveni cunoscut în fața lumii, a tuturor, în public.
- Vin** – băutură alcoolică (de 7-16%) obținută prin fermentarea mustului de struguri sau prin fermentarea mustului altor fructe.
- Vindec** – vindecare, tămăduire, lecuire; leac.
- Vindeca** – a scăpa sau a face pe cineva să scape de o boală, a (se) face sănătos; a (se) însănătoși, a (se) tămădui, a (se) lecu; – a face să dispară, să înceteze o suferință morală, o supărare, un dor etc.
- Vineri** – ziua a cincea a săptămânii, care urmează după joi.
- Vioiciune** – calitatea de a fi vioi; sprinteneală, zburdălnicie, agerime în mișcări; însuflețire, animație. Neastâmpăr, strălucire, expresie vie; elan, avânt; – capacitatea de a înțelege cu ușurință ceva, de a reacționa spontan la ceva; istețime; spontaneitate.

- Violă** – instrument muzical cu coarde, mai mare decât vioara, acordat cu o cvintă mai jos decât vioara și având sunete mai grave decât aceasta; alto.
- Violet** – de culoarea viorelei. Culoare violetă, ultima din spectrul solar (după indigo).
- Violoncel** – instrument muzical cu coarde asemănător cu vioara, însă mult mai mare decât aceasta și având un timbru mai grav; cello.
- Viorea, -ică** – toporaș (*Scilla bifolia*). Plantă erbacee din familia liliaceelor, din al cărei bulb cresc două-trei frunze lunguiețe și o tulpină cu flori albastre, roz sau albe.
- Virgin** – care nu a avut niciodată relații sexuale; cast, neprihănit, feciorelnic,
– fecioară, fată;
– candid, inocent, nevinovat;
– neatins, intact, neutilizat; curat.
- Virgulă** – semn de punctuație care delimitează grafic unele propoziții în cadrul frazei și unele părți de propoziție în cadrul propoziției;
– semn întrebuințat pentru a arăta când trebuie făcută respirația în timpul unei interpretări muzicale vocale;
– semn întrebuințat pentru a separa, într-un număr zecimal, partea întreagă de partea fracționară.
- Viril** – de bărbat, specific bărbatului sau masculului, bărbătesc. Care exprimă bărbăție, plin de forță, de energie; energic, viguros, impetuos.
- Virilitate** – ceea ce aparține sexului masculin, ceea ce este specific sexului masculin; p. ext. vigoare bărbătească.
- Virtual** – care există numai ca posibilitate, fără a se produce (încă) în fapt; al cărui efect este potențial și nu actual.
- Virtuos, -oasă** – care respectă și realizează în mod consecvent dezeritate etice; înzestrat cu multe virtuți; (despre manifestările oamenilor) care denotă virtute.

- Virtute** – însușire morală pozitivă a omului; însușire de caracter care urmărește în mod constant idealul etic, binele; integritate morală. Înclinație statornică specială către un anumit fel de îndeletniciri sau acțiuni frumoase.
- Vis** – faptul de a visa; înlănțuire de imagini, de fenomene psihice și de idei care apar în conștiința omului în timpul somnului;
– reverie, meditație, visare;
– iluzie deșartă; gând, idee, aspirație irealizabilă, dorință arzătoare.
- Viscere** – totalitatea organelor care se află în marile cavități ale corpurilor (mai ales în cavitatea abdominală), la oameni și la animale; măruntaie.
- Vișin** – pom fructifer din familia rozaceelor, cu frunze lucioase, dințate pe margine, cu flori albe, cultivat pentru fructele sale.
- Vital** – care este caracteristic sau esențial pentru viață, în care rezidă viața; de viață, al vieții;
– foarte important, fundamental, esențial, de bază; indispensabil.
- Vitamină** – nume dat unor compuși organici indispensabili vieții, care se găsesc în alimente sau se prepară sintetic, cu rol esențial în menținerea proceselor celulare vitale.
- Vită** – nume generic dat animalelor domestice mari, mai ales cornutelor; denumire generică pentru boi și vaci. Vite mici (sau mărunte) denumire generică pentru oi și capre.
- Viteză** – rapiditate în deplasare; iuțeală, repeziciune. Loc. adv. *În (plină) viteză* – cu viteză (foarte) mare;
– raportul dintre spațiul parcurs de un mobil și timpul folosit pentru parcurgerea acestui spațiu; raportul dintre variația unei mărimi și timpul în care se produce această variație.
- Viticultură** – cultura viței-de-vie.

- Viu, vie** – care se află în viață, care trăiește; înzestrat cu viață. Care este dotat cu simțire;
- plin de viață, de neastâmpăr; cu mișcări iuți, vioaie; animat, însuflețit;
- viguros, plin de sevă, sănătos, verde.
- Vivace** – vioi, ager, plin de vitalitate, de viață; cu vioiciune, într-un ritm viu, energic.
- Vivariu** – loc amenajat pentru creșterea în mediul lor natural a unor animale mici.
- Vizibilitate** – distanța până la care poate fi văzut cu ochiul liber un obiect în condiții atmosferice date; stare de claritate a atmosferei, care determină această distanță.
- Viziona** – a privi, a urmări, a vedea un film, un spectacol (înainte de premieră).
- Vizita** – a merge la cineva pentru a-l vedea (din prietenie, din datorie profesională etc.); a face cuiva o vizită;
- a se duce să vadă, să cunoască la fața locului o localitate, un muzeu, un obiectiv etc.;
- a inspecta, a controla; a cerceta, a examina cu atenție și la fața locului.
- Vizită** – faptul de a merge la cineva în scopul unei întrevederi cu caracter prietenesc, oficial sau de curtoazie;
- oficiu prestat de medicul care se deplasează la domiciliul unui bolnav sau care primește un pacient pentru consultație. Deplasare zilnică făcută în saloanele unui spital, la patul bolnavilor, de către medici, însoțiți de personalul auxiliar;
- deplasare la fața locului într-o localitate, într-o regiune, la un obiectiv, cu scopul de a le cunoaște, de a le controla etc.
- Viziune** – percepție vizuală; imagine, reprezentare;
- mod de a vedea, de a concepe lucrurile; concepție, opinie;
- percepție imaginară a unor lucruri nereal.

Vizual	– care se referă la simțul văzului, care aparține vederii; de vedere.
Vocație	– aptitudine deosebită pentru o anumită artă sau știință; chemare, predispoziție pentru un anumit domeniu de activitate sau pentru o anumită profesiune.
Voce	– facultate specifică omului de a emite sunete articulate; ansamblul sunetelor produse de vibrarea coardelor vocale umane; glas; – însușire a cuiva de a cânta frumos din gură.
Voinic	– tânăr bine făcut, chipeș, curajos, viteaz, îndrăzneț.
Voință	– funcție psihică caracterizată prin orientarea conștientă a omului spre realizarea unor scopuri și prin efortul depus pentru atingerea lor.
Volatil	– care se evaporă cu ușurință la temperatura obișnuită; volatilizabil.
Volum	– spațiu pe care îl ocupă un corp; număr care exprimă măsura unei mărimi tridimensionale; – masă de apă debitată de o fântână, de un izvor, de un râu, de un fluviu; – cantitate de bunuri economice; proporțiile unei activități; – carte (legată sau broșată) având în genere mai mult de zece coli de tipar; fiecare dintre cărțile care alcătuiesc împreună o lucrare unitară; tom.
Vorbire	– folosire a limbii în procesul de comunicare între membrii unei anumite colectivități.
Vreme	– durată limitată de două întâmplări, evenimente etc. sau măsurată în ore, în zile etc.; interval, perioadă, răstimp.

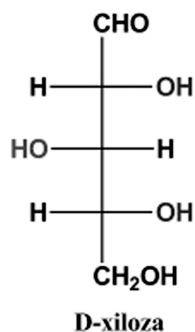


Waterpolo

– polo pe apă.

Weekend

– timpul liber de la sfârșitul săptămânii.

**Xantofilă**

- pigment care se găsește în plante, alături de clorofilă și de caroten, colorând toamna frunzele în galben-roșcat.

Xiloză

- monozaharidă care se găsește în lemn, în paie etc.

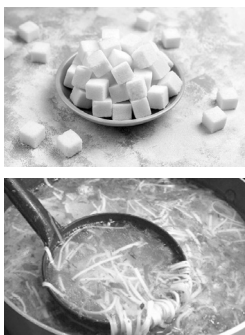


Yoga

- școală filosofică indiană fondată la începutul mileniului I, care urmărește adâncirea autocunoașterii eului în scopul eliberării lui de viața materială și al contopirii cu spiritul universal;
- ansamblu de exerciții care duc la stăpânirea deplină a organismului uman prin încetinirea la maximum a respirației, a bătăilor inimii și prin realizarea stării de insensibilizare totală.

Yoghin

- adept al filosofiei yoga;
- persoană care practică exerciții yoga.



- Zaharimetrie** – metodă de determinare a concentrației soluțiilor de zaharoză cu ajutorul zaharimetrului.
- Zaharimetru** – instrument folosit pentru determinarea concentrației unei soluții de zaharoză, utilizat în special, în industria zahărului.
- Zaharină** – substanță organică solidă, cristalizată, greu solubilă în apă, cu o putere de îndulcire de 500 de ori mai mare decât a zahărului, netoxică și neasimilabilă, întrebuințată ca înlocuitor al zahărului în alimentația bolnavilor de diabet.
- Zaharoză** – substanță din clasa zaharurilor, formată din combinarea unei molecule de glucoză cu o moleculă de fructoză, cu gust dulce, solubilă în apă și cu mare valoare nutritivă.
- Zahăr** – specie de zaharoză de culoare albă cristalizată, ușor solubilă în apă, cu gust dulce plăcut, obținută mai ales din sfecla-de-zahăr sau din trestia-de-zahăr; unul dintre produsele alimentare de bază.
- Zambilă** – plantă erbacee din familia liliaceelor, cu frunzele crescute dintr-un plantă perenă (*Hyacinthus orientalis*) cu bulb, cu flori albe, roz, violete sau albastre, așezate în ciorchine la vârful tulpinii și plăcut mirositoare.

- Zarzavat** – plante comestibile, cultivate în grădini, de la care se consumă mai ales frunzele și rădăcinile; verdețuri.
- Zarzăr** – pom fructifer asemănător cu caisul, cu flori albe și cu fructe sferice mici, cu gust acrișor și cu sâmburii amari.
- Zăcământ** – acumulare naturală de substanțe minerale utile, cu forme și dimensiuni variate.
- Zăgaz** – întăritură de protecție făcută în țărmul unui râu pentru ca apa să nu facă stricăciuni.
- Zămislire** – acțiunea de a (se) zămisli; concepere; naștere, reproducere, înmulțire.
- Zăpadă** – precipitație atmosferică solidă, sub formă de fulgi albi, alcătuiți din cristale de apă înghețată; strat provenit din aglomerare a acestor fulgi, când temperatura solului este sub 0 °C; omăt, nea, ninsoare.
- Zăvod** – așezare temporară de pescari, organizată în vederea pescuitului; totalitatea instalațiilor și a uneltelei acestei așezări.
- Zâmbi** – a schița o ușoară mișcare a buzelor, însoțită de înșeninarea feței, pentru a exprima, de obicei, bucurie sau satisfacție (de mică intensitate); a surâde;
– a fi (cuiva) favorabil; a conveni cuiva, a găsi aprobare la cineva.
- Zâmbitor** – care zâmbește, surâzător; vesel, zâmbăreț, radios.
- Zbura** – a plana și a se mișca în aer cu ajutorul aripilor;
– a se ridica și a se menține în văzduh, a se deplasa pe calea aerului; (despre oameni) a călători cu un astfel de aparat.
- Zdravăn** – voinic, puternic, vânjos, viguros;
– sănătos, teafăr, întreg, neatins, nevătămat;
– mare, tare, solid.
- Zeamă** – fiertură de carne sau de legume, constituind un fel de mâncare; partea lichidă a bucatelor, apa în care fierb.

- Zeită** – divinitate păgână feminină.
- Zemnic** – pivniță, beci; bordei săpat în pământ, servind la conservarea bucatelor.
- Zenit** – punct de intersecție al verticalei locului cu sfera cerească situat deasupra capului observatorului și opus nadirului; amiază.
- Zer** – lichid galben-verzui care se separă din lapte, după coagulare, la prepararea brânzeturilor și care este folosit pentru fabricarea lactozei, urdei etc.
- Zglobiu** – vioi, sprinten, zburdalnic.
- Zgomot** – sunet supărător sau amestec de sunete discordante, puternice, nocive.
- Zi** – interval de timp cuprins între răsăritul și apusul soarelui; timpul cât soarele rămâne deasupra orizontului.
– lumină solară; interval de timp de 24 de ore, corespunzător unei rotații a pământului în jurul axei sale; interval de timp între două culminații succesive ale unui astru.
- Ziar** – publicație periodică, de obicei cotidiană, în care se tipăresc știri, informații politice, sociale, culturale etc. de actualitate; gazetă, jurnal.
- Zicătoare** – frază scurtă, uneori rimată, asemănătoare maximei, prin care creatorul popular exprimă o constatare de ordin general, filozofic, un principiu etic, o normă de conduită etc.; zicătură, zicală, proverb.
– bucată muzicală; instrument muzical.
- Zice** – a exprima ceva în cuvinte, a spune, a rosti cu voce tare.
- Zid** – element de construcție vertical, cu grosime (relativ) mică în raport cu celelalte dimensiuni, executat din cărămizi, din blocuri de piatră etc., așezate ordonat unele peste altele (și unite printr-un liant), sau din beton, destinat să limiteze, să separe sau să izoleze

un spațiu ori să susțină alte elemente de construcție, alcătuind un perete, o îngrădire, o fortificație etc.

Zidărie – lucrare de construcție făcută din zid; parte a unei construcții făcute din zid.

Zigot – celulă rezultată din unirea a doi gameți; ovul fecundat.

Zilnic – de fiecare zi, cotidian; obișnuit, banal.

Zinc, Zn – element chimic, metal de culoare albă-albăstruie, întrebuințat în industrie atât singur, cât și sub formă de aliaje.

Zmeur – arbust din familia rozaceelor, cu ramuri ghimpoase, flexibile, cu frunze albe pe partea inferioară, cu flori albe, cu fructe roșii, aromate, comestibile.

Zodie – fiecare dintre cele douăsprezece constelații ale zodiacului; interval de timp determinat când soarele se află într-un astfel de sector;
– constelație corespunzând unei anumite luni a anului în care se naște cineva și care, potrivit unor credințe mistice, are o mare influență asupra destinului acestuia; interval de timp corespunzător.

Zonă – fiecare dintre cele cinci mari diviziuni ale globului terestru, delimitate în funcție de poli, de cercurile polare și de tropice și caracterizate printr-o climă specifică;
– porțiuni dintr-o întindere, dintr-un ansamblu, dintr-un tot, delimitată pe baza unor caracteristici distinctive, a unor împrejurări speciale, a unei destinații determinate etc.

Zoologie – știință care se ocupă cu studiul animalelor, cercetând structura, dezvoltarea, modul de viață și relațiile lor cu mediul, precum și cu răspândirea, filogenia și clasificarea lor teoretică și practică.

Zootehnie

- știință care are drept obiect cunoașterea, reproducerea, creșterea, alimentația, ameliorarea și exploatarea animalelor domestice.

Zori

- lumină care se arată pe cer înainte de a răsări soarele; timp al zilei când răsare soarele; faptul zilei, auroră;
- numele unui dans popular care se joacă la nuntă; melodie după care se execută acest dans; melodie care se cântă miresei la uncrop.

CHEIȚELE SĂNĂTĂȚII

Indicatori/ Tipuri de sănătate	Cheițe de sănătate	Grup populațional	Calitatea apei	Calitatea aerului	Calitatea alimentelor	Nivelul de ac- tivitate fizică
Sănătatea ideală (de obicei calculată)	Cheița de aur	Grupuri restrân- se din populație (cosmonauți, alpiniști, acva- langiști etc.)	Ape de calitate superioară. Ape îmbogățite cu minerale. Ape minerale naturale	Lipsa contaminan- ților în aer	Consum de ali- mente naturale. Alimentație echilibrată	Înaltă
Sănătatea reală	Cheița de argint	Majoritatea populației	Ape potabile conform STAS. Ape îmbuteliate plate	Moderată, prezența în aer a poluanților și contaminanților, uneori care depă- șesc CMA	Consum de ali- mente prio- ritar procesate. Alimentație adekvată	Moderat
Sănătatea în urgențe de sănătate publică (inun- dații, cutremure, incen- dii, epidemii, intoxicații în masă cu substanțe chimice, război) etc.	Cheița de bronz	Grupuri de po- pulație din zo- nele de calami- tăți și/sau ur- gențe de sănăta- te publică	Ape care pot fi potabilizate. Ape îmbuteliate de orice tip	Prezența în aer a concentrațiilor periculoase pentru viața și sănătatea populației	Consum de ali- mente accesi- bile. Alimentație dezechilibrată	Scăzută

Nivelul stresului social	Impactul deter- minantelor sănătății	Respectarea igienei personale	Starea emoțională	Condiții socio- economice și habituale	Calitatea vieții
Redus	Practic lipsă	Nivel înalt	Echilibrată	Optimale	Înaltă
Moderat	De la moderat la esențial	Nivel mediu	De la echilibrată până la dezechilibrată	Moderate	Moderată
Înalt	Esențial	Nivel redus până la lipsa posibilităților de igienă personală	Total dezechilibrată	Reduse, uneori la limita existenței	Scăzută, uneori extrem de redusă

REPERE BIBLIOGRAFICE

1. Cobeț Doina, Manea Laura. Dicționar general de sinonime al limbii române (DgS). Chișinău. Editura GUNIVAS, 2013.
2. Dicționar explicativ al limbii române (DEX). Academia Română. București: Univers Enciclopedic. 2016.
3. Ețco C., Moroșanu M. Sănătatea-obiect de studiu în activitatea medicală. Sănătate publică, economie și management în medicină. 2003, Nr. 3, p. 4-6.
4. Larousse. Dictionar de medicina. București: Univers Enciclopedic. 1998.
5. Muacevic Alexander, Adler John R. Redefining Health: The Evolution of Health Ideas from Antiquity to the Era of Value-Based Care, US National Library of Medicine, National Institutes of Health, 2017.
6. Naudin Claude, Grumbach Nicole. Larousse médical. Encyclopédies. Editerir: Paris, 2001.
7. Patraș Mihai, Patraș Corina. Dicționar economic și financiar-bancar (seria dicționarelor ARC). Chișinău. Editura GUNIVAS, 2008, 792 p.
8. Енциклопедие медикалэ популярэ. Редактор шеф А. Тимуш; Колежиу де редакție: В. Анестиади ш. а. Кишинэу: Редакция принципалэ а Енциклопедией Советиче Молдовенешть. 1984.

CUPRINS

<i>Cuvânt înainte</i>	3	O	105
A	5	P	115
B	16	Q	122
C	19	R	124
D	35	S	127
E	40	Ș	136
F	45	T	137
G	52	U	140
H	61	V	141
I	66	W	158
Î	77	X	159
J	80	Y	160
K	81	Z	161
L	82	<i>Anexă. Cheițele sănătății</i>	166
M	86	<i>Repere bibliografice</i>	167
N	96		

*Echipa de autori este conștientă de posibile erori sau inexactități
și va fi recunoscătoare pentru propuneri, redactări, suplimentări
ale prezentului dicționar explicativ al sănătății.*

PRINT
CARO