

Der Dickdarm

VERHÄRTUNG DES STUHL

Die aus dem Dünndarm freigesetzte Flüssigkeit enthält viel Wasser. Das meiste Wasser wird vom Dickdarm absorbiert, der auch **Kolon** genannt wird.



Das Kolon komprimiert die Überreste aus dem Verdauungsprozess und bildet so Fäkalien, auch **Stuhl** genannt.



Einige komplexen Kohlenhydrate können vom Körper nicht verdaut oder absorbiert werden, weswegen sie das Kolon unverändert erreichen. Sie haben vielleicht schon von diesen komplexen Kohlenhydraten gehört. Sie heissen **Ballaststoffe**.

Der Dickdarm enthält eine Unmenge an **Bakterien**. Diese Bakterien fermentieren einen Grossteil der Ballaststoffe. Dieses Fermentieren erleichtert dem Stuhl das Weiterkommen und beugt Verstopfung vor.

AUSSCHEIDUNG DES STUHLS

Stuhl enthält Speisereste, die vom Körper nicht verwendet oder absorbiert werden können. Diese werden in Richtung After befördert, um vom Körper ausgeschieden zu werden.

Es vergehen durchschnittlich 15 bis 30 Stunden zwischen dem Zeitpunkt, zu dem etwas gegessen wird und dem Zeitpunkt, zu dem die Überreste mit dem Stuhl ausgeschieden werden. Selbst dann werden nur 20% der Überreste zu diesem Zeitpunkt ausgeschieden. Aufgrund aller Stopps und Mischvorgänge während jedes Verdauungsschritts dauert es tatsächlich 3 bis 7 Tage, bis 95% aller Überreste ausgeschieden wurden.

In DIGESTIX werden nicht absorbierte Nährstoffe ausgeschieden, sobald das Ende der Reise erreicht ist. Alles passiert sehr schnell in diesem Spiel, wobei die Verdauung in Wirklichkeit wesentlich länger dauert.
