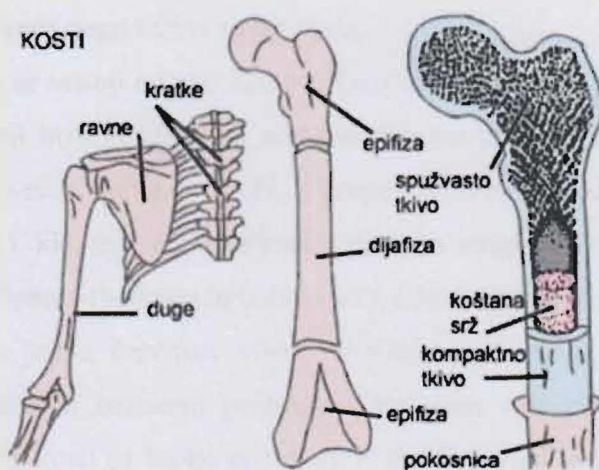


1. UVOD

Kost ili koštano tkivo je vezivno tkivo koje podupire tjelesnu strukturu. Sve kosti u ljudskom tijelu zajedno čine ljudski kostur te zajedno s mišićima čine sistem organa za kretanje. Kost su međusobno povezane pokretljivim zglobovima i mišićima tako da mogu pokrenuti tijelo brzinom do 45 km/h. Kost su čvrste i jake, šuplje unutrašnjosti, pa zato nisu teške i čine samo 14% naše ukupne tjelesne mase (lakše su od mišića). Građu kostiju čine:

1. **Čvrsto koštano tkivo** prožeto kanalićima oko kojih su kružno poredane koštane stanice, koje u međustanični prostor izlučuju kalcijum i fosfor što kostima daje čvrstoću. Kanalićima prolaze krvne žile i živci.
2. **Hrskavica** je glatka i čvrsta savitljiva nadopuna kostima, a smanjuje trenje u zglobu.
3. **Spužvasto koštano tkivo** je koštano tkivo ispunjeno šupljinama i išarano malim potpornjima koji čine kosti jakim, ali ne i preteškima.
4. **Pokosnica** obavija kost i čvrsto prirasta uz nju. Građena je od posebnog vezivnog tkiva.
5. **Koštana srž** ispunjava cijevaste šupljine dugih kostiju i šupljine u spužvastom tkivu, i ona proizvodi većinu krvnih stanica.



Slika br.1. Građa kostiju www.zdravobudi.hr