

يمر الطعام في أثناء عبوره القناة الهضمية في الجسم بأربع مراحل رئيسة، تبدأ عملية هضم الطعام بمجرد دخوله إلى الفم. ويقصد بالهضم عملية تحليل الطعام بحيث يمكن امتصاص المواد الغذائية الموجودة فيه ونقلها تزودك المواد الغذائية Nutrients الموجودة في الطعام بالطاقة والمواد الضرورية لل<sup>٤</sup>زمة لنمو الخل<sup>٤</sup>يا وتعويض التالف منها؛ حيث تنتقل عبر الدم إلى الخل<sup>٤</sup>يا أما المواد التي ل<sup>٤</sup>يستفاد منها فتطرح خارج الجسم بوصفها فضل<sup>٤</sup>ت. بينما الهضم الكيميائي هو تحليل الغذاء بفعل التفاعل<sup>٤</sup>ت الكيميائية في القناة تحدث عملية الهضم الكيميائي بسبب وجود ال<sup>٤</sup>نزيما. نوع من البروتينات تُسرّع معدل التفاعل<sup>٤</sup>ت الكيميائية في الجسم. خل<sup>٤</sup>ل تقليل كمية الطاقة المستخدمة لبدء التفاعل<sup>٤</sup>ت الكيميائية. كانت التفاعل<sup>٤</sup>ت الكيميائية في الجسم بطيئة جد<sup>٤</sup>أ،