

# 5. Organisk kemi och kroppen

## Aminosyror

Byggstenar i proteiner.

## Animalisk

Något som härstammar från djurriket,  
till exempel kött, ägg och mjölk.

## Antikroppar

Proteiner som skyddar dig från att bli sjuk  
på nytt av samma virus som gjort att du  
bildat antikropparna.

## Disackarid

En kolhydrat som består  
av två monosackarider.

## Enzym

Ett protein som hjälper till  
när kemiska reaktioner ska ske i kroppen.

## **Kolhydrat**

Ett ämne som ger energi  
och ingår i många livsmedel,  
till exempel i potatis och socker.

## **Monosackarider**

Enkla sockerarter, alltså kemiska föreningar,  
som utgör grundstrukturen för kolhydrater.

## **Näringsämne**

Ett ämne som kroppen behöver  
för att leva och växa.

## **Polysackarid**

En kolhydrat som byggs upp  
av ett stort antal monosackarider.

## **Protein**

Ett ämne som bygger upp  
kroppens celler och behövs  
för att bilda enzymer och hormoner.  
Ämnet finns till exempel i kött och fisk.

## **Sackarid**

Ett annat namn för sockerart.

## **Transfett**

Omättat fett eller omättad olja  
som delvis har härdats, alltså mättats,  
genom en industriell metod.

## **Vegetabilisk**

Något som härstammar från växtriket,  
till exempel matolja, grönsaker och frukter.

## **Ämnesomsättning**

När kroppens celler bryter ner  
ämnen som finns i maten och använder  
energin och materialet från ämnena  
för att bygga upp nya celler och organ.