

Le volume d'urine rejetée au cours d'une journée (environ 1,5 litre) dépend de la quantité d'eau absorbée (eau de boisson et eau contenue dans les aliments). L'urine se forme dans les reins à partir du sang. Elle s'écoule de façon continue dans la vessie. Le besoin d'uriner ne survient que lorsque ce réservoir est plein.

L'urine contient de nombreuses substances toxiques, notamment de l'urée, dont l'accumulation dans le sang serait rapidement mortelle.

Des nombres étonnants

Environ 1 650 litres de sang traversent les reins chaque jour. Ainsi, la totalité des 5 litres de sang de notre corps passe dans l'un ou l'autre de nos reins 330 fois par jour !

Entrées et sorties d'eau au cours d'une journée (exprimées en litres)

entrées		sorties	
• boissons	1,5	• urine	1,5
• eau contenue dans les aliments	1	• excréments	0,1
		• sueur	0,05
		• poumons	0,9
total	<u>2,5</u>	total	<u>2,5</u>



