Вопросы для олимпиады «Здоровый образ жизни»

 1.Какие известны факторы воздействия (риска) на здоровье человека?

 а. гомеопатические;

 б. физические;

 в. химические и биологические;

 г. социальные и психические.

2.Какие известны виды микроорганизмов, влияющих на организм человека?

 а. сапрофиты;

 б. спорофиты;

 в. условно патогенные;

 г. болезнетворные (патогенные);

 д. безусловно патогенные.

3.Каковы внешние признаки большинства инфекционных заболеваний?

 а. снижение температуры тела;

 б. подъём температуры тела;

 в. озноб, разбитость во всём теле;

 г. головная боль.

 4.Какими путями обычно передаются инфекции?

 а. фекально-оральным;

 б. фекально-капельным;

 в. воздушно-капельным и жидкостным;

 г. контактным или контактно-бытовым путём, а также переносчиками зоонозных инфекций.

5.Дополните предложение.

Иммунитет с биологической точки зрения-это…

 а. основа хорошего здоровья каждого человека;

 б. способ защиты внешнего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации;

 в. способ защиты внутреннего постоянства организма от живых тел или веществ, несущих в себе признаки генетически чужеродной информации;

 г. способы защиты организма от живых существ и вредных веществ.

6.Дополните предложение.

Здоровый образ жизни - это…

 а. способ существования разумных существ;

 б. государственная политика, направленная на формирование у людей правильного поведения;

 в. индивидуальная система поведения человека , направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.

 7.Перечислите основные составляющие тренированности организма человека?

 а. сердечно-дыхательная выносливость;

 б. сердечная сила и дыхательная выносливость;

 в. мышечная сила и выносливость;

 г. скоростные качества и гибкость.

8.Каковы основные признаки отравления человека никотином?

 а. покраснение лица, повышение температуры тела;

 б. кашель, тошнота;

 в. головокружение;

 г. горечь во рту.

9.На какие железы внутренней секреции алкоголь оказывает наиболее сильное отрицательное воздействие?

 а. на щитовидную;

 б. на слюнные и лимфатические;

 в. на поджелудочную;

 г. на половую.

10.На сколько короче продолжительность жизни алкоголика по сравнению с непьющим человеком?

 а. на 5 лет в. на 10 лет

 б. на 2 года г. на 15 лет

 11.Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при алкогольном отравлении?

 а. положить на живот горячую грелку;

 б. уложить набок и очистить дыхательные пути, а также промыть желудок;

 в. положить на голову холодный компресс и вызвать «скорую помощь;

 г. дать понюхать вотку, смоченную нашатырным спиртом;

 12.Вчём заключается помощь пострадавшему при наркотическом отравлении?

 а. уложить пострадавшего на спину;

 б. очистить дыхательные пути пострадавшего;

 в. уложить пострадавшего на бок или живот;

 г. дать понюхать пострадавшему ватку, смоченную в нашатырном спирте и вызвать «скорую помощь»;

13.Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при отравлении лекарственными препаратами?

 а. дать обезболивающие средство;

 б. вызвать «скорую помощь»;

 в. промыть пострадавшему желудок;

 г. дать пострадавшему крепкого чая (кофе) и чёрных сухарей.