

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»

Трехгорный технологический институт–

филиал федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования

«Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»

(ТТИ НИЯУ МИФИ)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

Т.В. Труфанова

«29» января 2025 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА ПП.03.01**

**ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МОДУЛЮ
ПМ.03 ПРОВЕДЕНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
НЕИНФЕКЦИОННЫХ И ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ,
ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Специальность: 34.02.01 Сестринское дело

Квалификация: медицинская сестра/медицинский брат

Форма обучения: очная

г. Трехгорный
2025

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт фонда оценочных средств.....	3
2. Результаты освоения производственной практики.....	8
3. Оценка освоения производственной практики.....	11

1 Паспорт фонда оценочных средств

Фонд оценочных средств (ФОС) предназначен для контроля и оценки знаний, полученных обучающимися за время прохождения производственной практики ПП.03.01 профессионального модуля «ПМ.03 Проведение мероприятий по профилактике неинфекционных и инфекционных заболеваний, формированию здорового образа жизни».

ФОС включает контрольные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета.

ФОС разработан на основании следующих документов:

- Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 34.02.01 «Сестринское дело», утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 04 июля 2022 г. № 527;
- программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 34.02.01 «Сестринское дело».

1.1. Профессиональные и общие компетенции

В результате контроля и оценки по прохождению производственной практики осуществляется комплексная проверка следующих профессиональных компетенций:

Перечень профессиональных компетенций

Код	Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций
ВД 3	Проведение мероприятий по профилактике неинфекционных и инфекционных заболеваний, формированию здорового образа жизни
ПК 3.1.	Консультировать население по вопросам профилактики заболеваний
ПК 3.2.	Пропагандировать здоровый образ жизни
ПК 3.3.	Участвовать в проведении профилактических осмотров и диспансеризации населения
ПК 3.4.	Проводить санитарно-противоэпидемические мероприятия по профилактике инфекционных заболеваний
ПК 3.5.	Участвовать в иммунопрофилактике инфекционных заболеваний

Воспитательная работа

Профессиональный модуль специальность 34.02.01 Сестринское дело		
Направление/ цели	Создание условий, обеспечивающих	Использование воспитательного потенциала учебной дисциплины
Профессиональ- ное воспитание	- формирование ответственности за профессиональный выбор, профессиональное развитие и профессиональные решения (B18)	Использование воспитательного потенциала дисциплин для формирования у студентов ответственности за свое профессиональное развитие посредством выбора студентами индивидуальных образовательных траекторий, организации системы общения между всеми участниками образовательного процесса, в том числе с использованием новых информационных технологий.
	- Формирование навыков коммуникации, командной работы и лидерства (B20) ; - формирование способности и стремления следовать в профессии нормам поведения, обеспечивающим нравственный характер трудовой деятельности и неслужебного поведения (B21) ;	1. Использование воспитательного потенциала дисциплин для: - формирования понимания основных принципов и способов научного познания мира, развития исследовательских качеств студентов посредством их вовлечения в исследовательские проекты по областям научных исследований. 2. Использование воспитательного потенциала дисциплин для развития навыков коммуникации, командной работы и лидерства, стремления следовать в профессиональной деятельности нормам поведения, обеспечивающим нравственный характер трудовой деятельности и неслужебного поведения, ответственности за принятые решения через подготовку групповых курсовых работ и практических заданий, решение кейсов, прохождение практик и подготовку ВКР.
	- формирование культуры информационной безопасности (B23)	Использование воспитательного потенциала дисциплин для формирования базовых навыков информационной безопасности через изучение последствий халатного отношения к работе с информационными системами, базами данных (включая персональные данные), приемах и методах злоумышленников, потенциальном уроне пользователям.

С целью овладения соответствующими общими компетенциями обучающийся в ходе прохождения производственной практики должен **приобрести практический опыт (О), знания (З) и умения (У).**

Результаты обучения: практический опыт, умения, знания		Осваиваемые компетенции
Иметь практический опыт	О1. Проведения мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению населения; О2. проведения работы по формированию и реализации программ здорового образа жизни, в том числе программ снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ; О3. выполнения работ по проведению профилактических медицинских осмотров населения; О4. выполнения работ по диспансеризации населения с учетом возраста, состояния здоровья, профессии; О5. проведения санитарно-противоэпидемических мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний; О6. выполнения работы по проведению иммунопрофилактики инфекционных заболеваний в соответствии с национальным календарем профилактических прививок и по эпидемическим показаниям.	ПК 3.1 – ПК 3.5
Уметь	У1. Проводить индивидуальное (групповое) профилактическое консультирование населения о факторах, способствующих сохранению здоровья, факторах риска для здоровья и мерах профилактики предотвратимых болезней; У2. формировать общественное мнение в пользу здорового образа жизни и мотивировать пациентов на ведение здорового образа жизни; информировать население о программах снижения веса, потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ; У3. план проведения диспансеризации населения с учетом возрастной категории и проводимых обследований; У4. проводить разъяснительные беседы на уровне семьи, организованного коллектива о целях и задачах профилактического медицинского осмотра, порядке прохождения диспансеризации и ее объеме, в том числе беседы с несовершеннолетними в образовательных организациях; У5. проводить доврачебный профилактический осмотр с целью выявления факторов риска развития заболевания; У6. проводить работу по диспансеризации населения, проводить опрос (анкетирование), проводить доврачебный осмотр и обследование по скрининг-программе диспансеризации; У7. проводить работу по диспансерному наблюдению пациентов с хроническими заболеваниями с учетом возраста, состояния здоровья, профессии в соответствии с нормативными правовыми актами; обеспечивать инфекционную безопасность при оказании медицинской помощи, проведении профилактических медицинских осмотров и осуществлении сестринского ухода за пациентами с инфекционными заболеваниями; У8. проводить профилактические и противоэпидемические мероприятия при выявлении пациентов с инфекционными паразитарными болезнями и лиц с подозрением на инфекционные заболевания, а также носителей возбудителей инфекционных заболеваний;	

	У9. выполнять работу по проведению санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий при регистрации инфекционных заболеваний; У10. выявлять заболевших инфекционным заболеванием, контактных с ними лиц и подозрительных на заболевания инфекционными болезнями; проводить работу по организации и проведению санитарно-противоэпидемических (профилактических) и ограничительных (карантинных) мероприятий при выявлении инфекционных заболеваний; У11. проводить осмотр лиц и динамическое наблюдение за лицами, контактными с пациентами, заболевшими инфекционным заболеванием; У12. использовать вакцины в соответствии с установленными правилами	
Знать	31. Информационные технологии, организационные формы, методы и средства санитарного просвещения населения; 32. правила проведения индивидуального и группового профилактического консультирования, современные научно обоснованные рекомендации по вопросам личной гигиены, рационального питания, планирования семьи, здорового образа жизни, факторов риска для здоровья; 33. заболевания, обусловленные образом жизни человека; 34. принципы здорового образа жизни, основы сохранения и укрепления здоровья; 35. факторы, способствующие сохранению здоровья; 36. формы и методы работы по формированию здорового образа жизни; 37. программы здорового образа жизни, в том числе программы, направленные на снижение веса, снижение потребления алкоголя и табака, предупреждение и борьбу с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ; 38. положения об организации оказания первичной медико-санитарной помощи взрослому населению; 39. виды медицинских осмотров с учетом возраста, состояния здоровья, профессии в соответствии с нормативными правовыми актами; 310. правила и порядок проведения профилактического осмотра; 311. порядок проведения диспансеризации населения, порядок доврачебного осмотра и обследования населения по скрининг-программе диспансеризации; 312. методы профилактики неинфекционных заболеваний, факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний, порядок проведения диспансерного наблюдения пациентов при хронических заболеваниях, задачи медицинской сестры; 313. санитарно-эпидемиологическую обстановку прикрепленного участка, зависимость распространения инфекционных болезней от природных факторов, факторы окружающей среды, в том числе социальные; меры профилактики инфекционных заболеваний; 314. порядок проведения санитарно-противоэпидемических мероприятий в случае возникновения очага инфекции, в том числе карантинные мероприятия при выявлении особо опасных (карантинных) инфекционных заболеваний;	

	315. государственные санитарно-эпидемиологические правила и гигиенические нормативы, профилактические и противоэпидемические мероприятия при выявлении инфекционного заболевания; 316. правила и порядок проведения вакцинации в соответствии с национальным календарем профилактических прививок; 317. течение вакцинального процесса, возможные реакций и осложнения, меры профилактики.	
--	--	--

2 Результаты освоения производственной практики

Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет) обучающихся по оценке результатов освоения производственной практики складывается из двух форм контроля:

- текущий контроль (от 0 до 50 баллов);
- промежуточная аттестация (от 0 до 50 баллов).

Итогом промежуточной аттестации по производственной практике выступает оценка по пятибалльной шкале оценивания соответственно: «5 (отлично)», «4 (хорошо)», «3 (удовлетворительно)», «2 (неудовлетворительно)» «1» (неудовлетворительно).

Количество набранных баллов (текущий контроль)	Количество набранных баллов (промежуточная аттестация)	Итоговая сумма баллов (1+2)	Оценка (дифференцированный зачет)
1	2	3	4
0-50	0-50	90-100	«5» (отлично)
0-50	0-50	75-89	«4» (хорошо)
0-50	0-50	60-74	«3» (удовлетворительно)

0-50	0-50	менее 60	«2» (неудовлетворительно)
0-50	0-50	менее 30	«1» (неудовлетворительно)

Виды работ (выполнение практических заданий) во время практики определяются в соответствии с требованиями к результатам практики, отраженными в рабочей программе.

Текущий контроль прохождения практики осуществляет руководитель практики, назначаемый приказом директора образовательной или профильной организации.

Текущий контроль прохождения практики в соответствии с рабочей программой практики и графиком выполнения индивидуального задания происходит при использовании следующих обязательных форм контроля:

- ежедневный контроль посещаемости практики (с отметкой в журнале практики) и контроль за ведением дневника практики;
- наблюдение за деятельностью обучающегося во время выполнения регламентированных видов работ (практических заданий) во время практики (в соответствии с выданным индивидуальным заданием);
- проверка результатов выполнения обучающимися видов работ на практике;
- наблюдение за подготовкой и сбором материалов для отчета обучающегося по практике (с отметкой о выполнении работ в дневнике практики);
- наблюдение и фиксация уровня овладения обучающимися профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями с отметкой в характеристике (аттестационном листе).

Описание показателей, критериев и шкал оценивания компетенций на этапе текущего контроля:

Показатели оценивания компетенций	Шкала и критерии оценки уровня сформированности компетенции			
	Неудовлетворительный	Минимально допустимый (пороговый)	Средний	Высокий
Наличие умений	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продemonстрированы основные умения. Выполнены типовые задания с не грубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме (отсутствуют пояснения, неполные выводы)	Продemonстрированы все основные умения. Выполнены все основные задания с некоторыми погрешностями. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продemonстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Задания выполнены в полном объеме без недочетов
Наличие Практического опыта	При выполнении стандартных заданий практический опыт не продемонстрирован. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков (практического опыта) для выполнения стандартных заданий с некоторыми недочетами	Продemonстрированы при выполнении стандартных заданий некоторыми недочетами	Продemonстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Продemonстрирован творческий подход к решению нестандартных задач

Показатели оценивания компетенций	Шкала и критерии оценки уровня сформированности компетенции			
	Неудовлетворительный	Минимально допустимый (пороговый)	Средний	Высокий
Характеристика сформированности компетенции	Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний, умений, практического опыта недостаточно для решения практических (профессиональных) задач	Сформированность компетенции соответствует минимальным требованиям. Имеющихся знаний, умений, практического опыта в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач, но требуется дополнительная практика по большинству профессиональных задач	Сформированность компетенций в целом соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, практического опыта и мотивации в целом достаточно для решения стандартных профессиональных задач	Сформированность компетенции полностью соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, практический опыт и мотивации в полной мере достаточно для решения сложных профессиональных задач
Оценка по практике	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
Рейтинг результата	Менее 30	30-35	35-44	45-50

освоения практики (баллы)				
---------------------------------	--	--	--	--

Документом, подтверждающим прохождение практики обучающимся, является отчет по практике, включающий в себя заполненный дневник практики, заверенный подписью руководителя практики и печатью профильной организации/организации прохождения практики. В течение практики студент обязан вести дневник, в котором в соответствии с индивидуальным заданием необходимо фиксировать этапы работы, рабочие задания и основные результаты выполненной работы. Отчет по практике должен содержать характеристику студента, составленную руководителем практики и заверенную печатью профильной организации/организации прохождения практики, с указанием уровня освоенных компетенций за период практики.

Отчет должен быть оформлен в соответствии с методическими указаниями ТТИ НИЯУ МИФИ «Правила оформления и нормоконтроля аттестационных работ студентов» и включать материалы, собранные во время прохождения практики в соответствии с выданным индивидуальным заданием на практику.

Промежуточная аттестация по итогам практики проводится в виде тестирования либо устного собеседования с комиссией по защите отчета по практике, назначаемой приказом директора образовательной организации.

3. Оценка освоения производственной практики

Структура фонда оценочных средств производственной практики по профессиональному модулю «ПМ 03. Проведение мероприятий по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний, формированию здорового образа жизни»

№ п/п	Контролируемые разделы, темы дисциплины	Формируемые компетенции	Вид аттестации	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1	МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в разные возрастные периоды	ПК 3.1-ПК 3.5, О1-О3 У1-У4 31-34	решение ситуационных задач, тестовых вопросов, подготовка реферативных сообщений	Контрольная работа, зачет

№ п/п	Контролируемые разделы, темы дисциплины	Формируемые компетенции	Вид аттестации	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
2	МДК 03.02. Сестринское дело в системе первичной медико-санитарной помощи		решение ситуационных задач, тестовых вопросов, подготовка реферативных сообщений	Контрольная работа, зачет
3	Учебная практика УП.03.01		анализ дневника ПП	Тестирование/устное собеседование характеристика с места прохождения практики оформление дневника по ПП
4	Производственная практика ПП.03.01		анализ дневника ПП	Тестирование/устное собеседование характеристика с места прохождения практики оформление дневника по ПП
5	Квалификационный экзамен по ПМ 03		тестовые вопросы, билеты	

3.1 Контрольно-оценочные средства

Текущий контроль знаний

МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний

Тема Санитарно-гигиеническое просвещение населения

Тест

1. Основным направлением первичной профилактики заболеваний является комплекс мер, направленных:

- а) на предупреждение их возникновения;**
- б) на предупреждение осложнений возникшего заболевания;**
- в) на восстановление анатомической и функциональной целостности поврежденных органов;**
- г) лечения заболеваний.**

2. Какое действие является основой профилактической деятельности:

- а) изучение факторов риска;**
- б) проведение скрининга;**
- в) лечение социально-значимых заболеваний;**
- г) изменение образа жизни.**

3. Задачами профилактики являются:

- а) увеличение продолжительности активной жизни;**
- б) профилактика заболеваемости и травматизма;**
- в) профилактика прогрессирования болезней;**

г) укрепление здоровья здоровых.

4. Медицинская профилактика по отношению к населению бывает:

а) популяционная, групповая, индивидуальная;

б) общественное, групповое, общемировое;

в) групповое, индивидуальное, собственное;

г) только групповое.

5. Вторичная профилактика оценивается по:

а) динамики инвалидности и смертности;

б) снижению летальности и смертности;

в) динамике первичной заболеваемости;

г) увеличение частоты здоровых лиц в популяции.

6. Оптимальными методами выявления лиц группы риска по возникновению заболеваний являются:

а) скрининг;

б) профилактический осмотр;

в) учет обращаемости;

г) данные профосмотра.

7. Профилактика бывает:

а) первичная и вторичная;

б) первичная, вторичная, третичная;

в) первичная;

г) третичная.

8. Первичная профилактика направлена на:

а) предупреждение неблагоприятного влияния факторов внешней среды и условий жизни на отдельного человека, группу лиц и населения в целом;

б) сохранение и развитие условий, способствующих здоровью;

в) раннее выявление отклонений в жизнедеятельности организма;

г) на снижение частоты осложнений заболеваний и летальности.

. Виды медицинских профилактических мероприятий:

а) консультирование и медицинские осмотры;

б) иммунизация и диспансеризация;

в) все выше перечисленное;

г) нет правильного ответа.

10. «Журнал учета работы ЛПУ по медицинской профилактике»:

а) учетная форма 038/у – 02;

б) годовая отчетная форма №30;

в) приказ №455;

г) приказ №175.

11. Первичная профилактика заболеваний включает в себя:

а) мероприятия по предупреждению осложнений болезни;

б) предупреждение возникновения заболеваний;

в) улучшение социально-экономических условий;

г) предупреждение влияния факторов риска

12. Профилактические медицинские осмотры способствуют выявлению заболеваний:

а) острых;

б) хронических;

в) на ранних стадиях;

г) инфекционных.

13. Специфическая профилактика гриппа:

а) прием дибазола;

б) приём аскорбиновой кислоты в больших дозах;

в) прием «Антигриппина»;

г) вакцинация.

14. Неспецифическая профилактика столбняка заключается в:

а) наложение швов на рану;

б) первичной хирургической обработке раны с широким рассечением и дренированием ее;

в) массивной антибиотикотерапии;

г) баротерапии.

15. Вторичная профилактика – это:

а) выявление лиц, нуждающихся в профилактическом воздействии;

б) рекомендации по изменению поведения пациента, вакцинация, медикаментозное лечение;

в) устранение факторов риска;

г) раннее обнаружение и лечение.

16. Каким путем проводится оценка информированности населения:

а) анализа заболеваемости;

б) анкетирования;

в) беседы;

г) мониторинг.

17. Наука, изучающая вопросы нравственного поведения медработников:

а) медицинская деонтология;

б) медицинская этика;

в) медицинская педагогика;

г) медицинская психология.

18. Компетентность в деятельности медсестры означает:

а) чёткое выполнение медсестрой своих обязанностей;

б) сохранение сведений о пациенте;

в) подчинение старшему по должности младшему;

г) организация образа жизни пациентов, способствующий его выздоровлению.

19. Валеология - это наука:

а) о физкультуре;

- б) о нравственном воспитании;
- в) об окружающей среде;
- г) о здоровье.

20. Какие из перечисленных мероприятий относятся к мерам первичной профилактики:

- 1) Маммография и анализ кала на скрытую кровь;
- 2) назначение фолиевой кислоты для предупреждения пороков развития нервной трубки;
- 3) хлорирование и фторирование воды;
- 4) вакцинация против инфекционных заболеваний;
- 5) обучение пациентов здоровому образу жизни;
- 6) использование бета-блокаторов для уменьшения риска смерти у пациентов, перенесших инфаркт миокарда.

Варианты ответов:

- а) 1,2,4,5
- б) 1,2,3,5,6
- в) 1,2,3,4,5
- г) 2,3,4,5

21. Основным направлением третичной профилактики заболеваний является комплекс мер, направленных:

- а) на предупреждение их возникновения;
- б) на предупреждение осложнений возникшего заболевания;
- в) на восстановление анатомической и функциональной целостности поврежденных органов;

22. Основным направлением вторичной профилактики заболеваний является комплекс мер, направленных:

- а) на предупреждение их возникновения;
- б) на предупреждение осложнений возникшего заболевания;
- в) на восстановление анатомической и функциональной целостности поврежденных органов;
- г) лечения заболеваний.

23. Показателями оценки первичной профилактики является:

- а) снижение частоты острых заболеваний;
- б) динамика первичной заболеваемости;
- в) снижению летальности;
- г) увеличение частоты здоровых лиц в популяции.

24. Перечислите уровни профилактики

- 1) первичная
- 2) вторичная
- 3) третичная

Варианты ответов:

- а) 1,2;
- б) 1,2,3;

- в) 1, 3;
- г) 2, 3.

25. Первичная профилактика – это:

- а) выявление лиц, нуждающихся в профилактическом воздействии;
- б) рекомендации по изменению поведения пациента, вакцинация;**
- в) медикаментозное лечение;
- г) раннее обнаружение и лечение.

26. Основа первичной профилактики:

- а) тщательное обследование внешне здоровых людей;
- б) полное устранение вредного фактора либо снижение его воздействия до безопасного уровня;**
- в) комплекс мер по предотвращению осложнений заболеваний, реабилитации и лечению;
- г) применение антидотов жителями экологически неблагополучных.

27. Для неспецифической профилактики инфекционных заболеваний применяют все кроме:

- а) витамины;
- б) массаж;
- в) закаливание;
- г) вакцины.**

28. Метод медико-санитарного обслуживания населения, включающий необходимый комплекс оздоровительных социально-гигиенических мероприятий - это:

- а) диспансеризация;
- б) профилактика;**
- в) санация полости рта;
- г) ЛФК.

29. Вторичная профилактика – это:

- а) устранение факторов риска;
- б) раннее обнаружение и лечение;**
- в) рекомендации по изменению поведения пациента, вакцинация, медикаментозное лечение;
- г) выявление лиц, нуждающихся в профилактическом воздействии.

30. Эффективность третичной профилактики оценивается по снижению показателей:

- а) первичной заболеваемости;
- б) летальности и смертности;
- в) инвалидизации;
- г) частоты осложнений.**

31. Основными источниками информации о здоровье населения являются:

- а) данные диспансеризации;**

- б) официальные материалы о смертности и рождаемости;
- в) данные страховых компаний;
- г) данные мониторинга окружающей среды и здоровья.

32. Объектом первичной профилактики являются:

- а) реконвалесценты острых заболеваний;
- б) больные хроническими заболеваниями;
- в) все население;
- г) трудоспособное население.

33. Неспецифическая профилактика газовой гангрены включает:

- а) первичную хирургическую обработку раны;
- б) массивную антибиотикотерапию;
- в) введение противогангренозной сыворотки;
- г) обкалывание раны антибиотиками.

34. Что входит в понятие специфическая профилактика:

- а) система социальных, гигиенических, медицинских мероприятий, направленных на предотвращение заболеваний путём устранения причин и условий их возникновения;
- б) совокупность мер, направленных на пересечение или ослабление возникшего в организме патологического процесса и предупреждение на этой основе тяжёлых форм неинфекционных болезней;
- в) предупреждение возникновения и распространения инфекционных болезней путем создания невосприимчивости к ним, основанное на активной и пассивной иммунизации;
- г) все варианты верны.

35. Тактика медперсонала при эпидемии гриппа в школе:

- а) вакцинация;
- б) выступление по школьному радио на тему: «Грипп, пути передачи, клиника и профилактика»;
- в) контроль пищеблока;
- г) кварцевание учебных классов.

36. Какие мероприятия относятся к первичной профилактике:

- а) оздоровление окружающей среды;
- б) медико-социальная реабилитация;
- в) трудовая реабилитация;
- г) диспансерное наблюдение за инвалидами.

37. Основная функция сестринского дела ЗОЖ:

- а) укрепление здоровья и профилактика заболеваний;
- б) лечение заболеваний;
- в) реабилитация пациентов;
- г) облегчение страданий пациент

38. Основной способ индивидуальной профилактики шигеллезов:

- а) вакцинация;

б) соблюдение правил личной гигиены;

в) приём дизентерийного бактериофага;

г) приём антибиотиков.

39. К единице наблюдения можно отнести:

а) совокупность исследуемых лиц или явлений;

б) определенный контингент;

в) отдельные объекты;

г) конкретные признаки (рост, вес, возраст, пол).

40. Какие навыки приобретают учащиеся при изучении валеологии:

а) техника использования одноразовых шприцев;

б) правила этики;

в) правила личной гигиены;

г) игры на компьютере.

41. Субординация в деятельности медсестры означает:

а) чёткое выполнение медсестрой своих обязанностей;

б) сохранение сведений о пациенте;

в) подчинение старшему по должности и уважительного отношения к младшему по должности;

г) организация образа жизни пациентов, способствующий его выздоровлению.

42. Что не следует использовать для изменения поведения по ЗОЖ:

а) распространение информации;

б) убеждение;

в) принуждение;

г) образование.

43. Каким фактором в большей степени определяется здоровье человека:

а) наследственностью;

б) условиями внешней среды;

в) образом жизни;

г) системой здравоохранения.

44. Здоровый образ жизни – это:

а) поведение и мышление человека, обеспечивающее ему укрепление здоровья;

б) систематические занятия спортом;

в) способность человека управлять своими эмоциями;

г) способность человека управлять своими двигательными действиями.

45. Образ жизни является по исследованиям Ю.П. Лисицина:

а) наименее значимым фактором для здоровья населения;

б) фактором не влияющим на здоровье населения;

в) фактором доля влияния которого на здоровье населения составляет около 20%;

г) наиболее значимым фактором для здоровья населения.

46. неизменяемые факторы риска:

- а) низкая физическая активность;
- б) чрезмерное потребление алкоголя;
- в) неправильное чередование труда и отдыха;
- г) **пол и возраст, наследственность.**

47. Основные способы введение пропаганды:

- а) устный, печатный;
- б) изобразительный и печатный;
- в) **изобразительный, печатный, устный;**
- г) только устный.

48. От чего здоровье зависит на 10%:

- а) от наследственности;
- б) **от органов здравоохранения;**
- в) от образа жизни;
- г) от окружающей среды.

49. К биологическим факторам (факторам внутренней среды), определяющим уровень здоровья, относятся:

- а) качество медицинского обслуживания;
- б) **особенности конституции;**
- в) образование;
- г) резкие смены атмосферных явлений.

50. Ко второй группе здоровья относятся дети:

- а) **часто болеющие;**
- б) **практически здоровые с функциональными нарушениями;**
- в) редко болеющие;
- г) длительно болеющие.

51. Перечислите основные поведенческие факторы риска:

- а) авитаминоз;
- б) отягощенная наследственность;
- в) **гиподинамия;**
- г) загрязненная окружающая среда.

52. Какое действие является основой профилактической деятельности:

- а) проведение скрининга;
- б) измерение артериального давления;
- в) лечение социально-значимых заболеваний;
- г) **изменение образа жизни.**

53. Санитарное просвещение – это:

- а) специальная область науки и здравоохранения, имеющая целью увеличение «индекса здоровья»;
- б) специальная область науки и здравоохранения, изучающая поведение людей в состоянии предболезни;
- в) **специальная область науки и здравоохранения, имеющая целью формирование поведения, направленного на обеспечение здоровья**

коллектива индивидуума и общества в целом;

г) специальная область науки и здравоохранения, имеющая целью формирование поведения, направленного на обеспечение готовности платить за медицинскую помощь коллектива индивидуума и общества в целом.

54. К факторам риска, входящим в понятие «образ жизни», относятся:

а) стаж работы на вредном производстве;

б) образование;

в) курение;

г) наследственность.

55. Государственной системой наблюдения за качеством окружающей среды и состоянием здоровья населения является:

а) система санитарно-эпидемиологического нормирования;

б) гигиеническая диагностика;

в) социально-гигиенический мониторинг;

г) федеральная система гидрометеорологического мониторинга.

56. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 6 декабря 2012 г «Порядок проведения профилактического медицинского осмотра» это:

а) № 572 н;

б) №1006 н;

в) № 224 н;

г) № 1011н.

57. Виды профилактических медицинских осмотров:

а) первичный, повторный, целевой;

б) при приеме на работу, поступлении в учебное заведение, для раннего выявления заболеваний, осмотры профессиональных групп работников;

в) для экспертизы допуска к профессии, связанной с воздействием вредных и опасных производственных факторов;

г) нет правильного ответа.

58. Группа риска – это:

а) группа лиц, объединенная страстью к приключениям;

б) группа лиц с наличием различных факторов риска;

в) водители автомобилей;

г) лица получившие инвалидность.

59. Кратковременный холодный или горячий душ:

а) обеспечивает оптимальные условия жизни;

б) усиливает синтез белка, восстанавливает структурные основы клетки;

в) тонизирует мышцы, повышает тонус сосудистой системы и улучшает обмен веществ;

г) сжигает лишние запасы жиров.

60. Факторами, оказывающими влияние на здоровье населения, являются

- 1) генетические;
- 2) природно-климатические;
- 3) уровень и образ жизни населения;
- 4) уровень, качество и доступность медицинской помощи.

Варианты ответов:

- а) 1,2;
- б) 2,3;
- в) 2,3,1;
- г) **1,2,3,4.**

61. Что такое Укрепление здоровья:

- 1) процесс, дающий людям возможность контролировать и улучшать здоровье
- 2) комбинация образовательной и экологической поддержки для действий и условий жизни, благоприятствующих здоровью
- 3) комбинация санитарного просвещения и организационных, политических, экономических вмешательств для усиления поведенческой, экологической адаптации, улучшающей здоровье

Варианты ответов:

- а) 1,2;
- б) **1,2,3;**
- в) 1,3;
- г) 3.

62. Популяционная профилактика – это:

- а) профилактические мероприятия охватывают популяцию и население в целом;
- б) местные программы профилактики, направленные на укрепление здоровья;
- в) **все выше перечисленное;**
- г) нет верного ответа.

63. Наибольшее влияние на общественное здоровье (пл Ю.П. Лисицину) оказывает:

- а) **образ жизни;**
- б) миграция населения;
- в) внешняя среда;
- г) наследственность.

64. Вредные для здоровья факторы выявляют для:

- а) отказа в приеме на работу; перевода на другую работу;
- б) **принятия мер по их устранению с целью снижения уровня действия факторов риска;**
- в) проведения иммунопрофилактики различных групп населения;
- г) все выше перечисленное.

65. Процесс формирования здорового образа жизни включает:

- а) информирование населения о экологических рисках;

- б) формирование убежденности в необходимости сохранения здоровья;**
- в) повышение материального благосостояния;
- г) снижение показателей летальности.

66. Основными направлениями формирования здорового образа жизни являются:

- а) создание и активизация позитивных для здоровья факторов;**
- б) повышение эффективности деятельности служб здравоохранения;
- в) снижение уровня заболеваемости;
- г) снижение уровня смертности.

67. Самый эффективный и бесплатный метод пропаганды:

- а) устный;**
- б) печатный;
- в) изобразительный;
- г) комбинированный.

68. Здоровье человека на 50% зависит от:

- а) наследственности;
- б) образа жизни;**
- в) медицины;
- г) внешней среды.

69. Выберите фактор, оказывающий наибольшее влияние на здоровье населения:

- а) социально-экономические условия и экологическая обстановка;
- б) социально-экономические условия и организация медицинской помощи;
- в) социально-экономические условия и образ жизни населения;**
- г) экологическая обстановка и наследственность.

70. Метод изобразительной пропаганды включает в себя:

- а) объёмные средства, плоскостные средства, устный метод;
- б) объёмные средства, плоскостные средства, комбинированные средства, печатный метод;
- в) объёмные средства, плоскостные средства, комбинированные средства, технические средства, натуральные объекты;**
- г) комбинированные средства, технические средства, натуральные объекты.

71. Демографическая политика государства независимо от демографической ситуации в стране направлена на:

- а) на повышение рождаемости;
- б) на снижение смертности;
- в) на снижение инвалидности;
- г) на поддержание оптимальной численности населения.**

72. К социальным факторам, определяющим уровень здоровья относятся:

- а) производственная среда;**
- б) наследственность;
- в) курение;

г) загрязнение воды и воздуха.

73. К основным формам деятельности человека относятся:

а) трудовая, общественно-политическая, познавательная, культурная, воспитательная;

б) социальная, биологическая;

в) материальная, бытовая, духовная;

г) материальная, бытовая, духовная, социальная, биологическая.

74. К нетрадиционным методам оздоровления относятся:

а) система Г. П. Малахова;

б) система А. В. Илизарова;

в) верны оба варианта.

75. Характеристиками общественного здоровья являются:

а) показатели инвалидности;

б) показатели психического здоровья;

в) демографические показатели;

г) показатели урбанизации.

76. Перечислите основные принципы укрепления здоровья

1) направленность на все население

2) нацеленность на причины и определяющие факторы здоровья

3) достаточный арсенал средств от государственного управления, экономических компонентов до воспитания

4) роль специалистов здравоохранения

5) эффективное участие, как индивидуумов, так и общества

Варианты ответов:

а) 1,2,4;

б) 1,2,3;

в) 1,2,3,4;

г) 1,2,3,4,5.

77. Факторы, определяющие состояние здоровья населения:

1) социально-экономические

2) социально-биологические

3) эколого-климатические

4) медико-организационные

Варианты ответов:

а) 1,2,4;

б) 1,2,3;

в) 1,2,3,4;

г) только 2.

78. Общественное здоровье – это:

а) здоровье группы людей;

б) личное здоровье;

в) здоровье населения страны;

г) здоровье людей определенной этнической группы.

79. В структуре факторов, влияющих на здоровье населения, доля наследственных факторов составляет (по Ю.П. Лисицину):

а) 10%;

б) 30%;

в) 20%;

г) 50%.

80. Состояние, при котором резервы организма человека близки к истощению, называется:

а) предболезнью;

б) болезнью;

в) резистентностью;

г) патологией.

81. Не относятся к признакам здоровья:

а) устойчивость к действиям повреждающих факторов;

б) функционирование в пределах нормы;

в) наличие резервных возможностей организма;

г) регулярная заболеваемость.

82. Индивидуальные особенности поведения человека – это:

а) условия жизни;

б) качество жизни;

в) стиль жизни;

г) уровень жизни.

83. Болезнь можно охарактеризовать как:

а) нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее при действии на него повреждающих факторов или обусловленное пороками развития, а также генетическими дефектами;

б) состояние полного физического, духовного и социального благополучия;

в) наблюдающиеся в организме некоторые отклонения от нормы, не сказывающиеся существенно на самочувствии и работоспособности человека;

г) функциональные изменения в работе гомеостатических систем организма, вызывающие ухудшение самочувствия.

84. Материальные и социальные факторы, окружающие человека – это:

а) условия жизни;

б) качество жизни;

в) стиль жизни;

г) уровень жизни.

85. Назовите категории образа жизни:

а) уровень жизни;

б) качество жизни;

в) стиль жизни;

г) уклад жизни.

д) все перечисленные

86. Выберите признак нездорового образа жизни:

- а) активная жизненная позиция;
- б) несбалансированное питание;**
- в) полноценный отдых;
- г) регулярная двигательная активность.

87. При малоподвижном образе жизни:

- а) улучшаются умственные способности;
- б) повышается работоспособность;
- в) замедляется процесс старения;
- г) развивается слабость сердечной мышцы.**

88. Состояние полного физического, душевного, социального и духовного благополучия называется:

- а) блаженство;
- б) нирвана;
- в) здоровье;**
- г) релаксация.

89. Фитотерапия основана на лечении:

- а) лекарственными препаратами;
- б) рациональным питанием;
- в) лекарственными травами;**
- г) минеральными водами.

90. Из перечисленных пунктов: 1) вес; 2) рост; 3) ЧСС; 4) артериальное давление – к антропометрическим измерениям относят:

- а) 2,3;
- б) 1,2;**
- в) 1,4;
- г) 3,4.

91. Здоровый образ жизни предполагает:

- а) активно развитую рефлексию; отказ от вредных привычек;
- б) рациональный двигательный режим, гигиену труда, отдыха и питания;
- в) культуру общения и сексуального поведения;
- г) все ответы верны.**

92. Здоровье можно определить как:

- а) отсутствие болезней и физических дефектов;
- б) качество приспособления организма к условиям внешней среды;
- в) состояние полного физического, душевного и социального благополучия;**
- г) состояние психического и социального благополучия.

93. Что не является условием здорового образа жизни:

- а) активная жизненная позиция;
- б) полноценный отдых;**

в) пассивность;

г) рациональное питание.

94. Укажите физиологическую потребность в воде для человека, выполняющего легкую работу при оптимальных параметрах микроклимата:

а) 1-2 л;

б) 2,5-3 л;

в) 5-6 л;

г) 4-5 л.

95. Продукты-источники хорошо усвояемого кальция:

а) молоко и молочные продукты;

б) овощи и фрукты;

в) зернобобовые продукты;

г) мясо и мясные продукты.

96. Ежедневное, систематическое потребление свежих овощей и фруктов - это принципы:

а) умеренного питания;

б) сбалансированного питания;

в) биологической полноценности;

г) смешанного питания.

97. Каким должен быть режим тепловой обработки овощей, способствующий максимальному сохранению витамина С:

а) перед варкой овощи разной нарезки закладываются в холодную воду;

б) варка осуществляется при интенсивном кипении в посуде с открытой крышкой;

в) заложить овощи одинаковой нарезки в кипящую воду, варить при медленном кипении в посуде с закрытой крышкой;

г) не имеет значения.

98. Питание рациональное:

а) питание людей с учетом характера заболевания;

б) физиологически полноценное питание, с учетом пола, возраста, характера труда;

в) питание людей, состоящее из отдельных рационов;

г) питание богатое белками.

99. Какое отношение белков, жиров и углеводов в составе суточного рациона соответствует формуле сбалансированного питания:

а) 1:1:4;

б) 2:1:1;

в) 3:2:1;

г) 2:3:1.

100. Основную питательную часть каких групп продуктов составляют железо и протеин:

- а) овощи и фрукты;
- б) мясо, рыба;**
- в) молоко и молочные продукты;
- г) Жиры, жирные и сладкие продукты.

101. Большинство наркоманов впервые употребили наркотик:

- а) под “давлением”;
- б) за компанию;**
- в) случайно;
- г) в качестве обезболивающего средства.

102. Пассивный курильщик – это человек:

- а) желающий бросить курить;
- б) выкуривающий одну сигарету натошак;
- в) выкуривающий две сигареты в день;
- г) находящийся в одном помещении с курящим.**

103. Что такое табачная зависимость:

- а) индивидуальная особенность организма;
- б) хроническое заболевание;**
- в) причина к приобщению к курению;
- г) специальный термин.

104. К вредным привычкам относятся:

- а) курение, алкоголизм, наркомания;**
- б) только наркомания;
- в) только курение;
- г) нет правильного ответа.

105. Отрицательные последствия курения:

- а) ухудшение зрения;
- б) риск заражения СПИДом;
- в) расстройства памяти;
- г) невроз.**

106. К факторам, способствующим курению среди детей, не относится:

- а) желание подражать взрослым;
- б) тяга к экспериментированию;
- в) возрастная экономическая самостоятельность;**
- г) реклама сигарет.

107. Где должны храниться сильнодействующие и наркотические лекарственные средства:

- а) в шкафу на посту;
- б) в шкафу в процедурном кабинете;
- в) в сейфе в процедурном кабинете;**
- г) в холодильнике на посту.

108. Назовите наиболее эффективный по охвату метод пропаганды ЗОЖ:

- а) лекции;
- б) санитарные бюллетени;**

в) памятки;

г) СМИ.

109. Укажите метод межведомственного сотрудничества на уровне ПМСП:

а) тренинг;

б) школа здоровья;

в) круглый стол;

г) раздача наглядного материала.

110. Предболезнь – это:

а) сочетание повреждения и приспособительных механизмов;

б) простейшая форма патологического процесса;

в) типовая патологическая реакция организма;

г) состояние, промежуточное между здоровьем и болезнью.

111. Формированию здорового образа жизни мешает:

а) оптимальная двигательная активность;

б) рациональное питание;

в) стрессы в повседневной жизни;

г) соблюдение общественной гигиены.

112. Внешним условием, способствующим возникновению болезни, является:

а) ранний детский возраст;

б) измененная наследственность;

в) аномалии конституции;

г) неполноценное питание.

113. Поведенческие особенности жизни человека это:

а) условия жизни;

б) качество жизни;

в) стиль жизни;

г) уровень жизни.

114. Степень комфорта в удовлетворении потребностей человека – это:

а) условия жизни;

б) качество жизни;

в) стиль жизни;

г) уровень жизни.

115. Экономическая категория, предоставляющая степень удовлетворения материальных, духовных и культурных потребностей человека:

а) условия жизни;

б) качество жизни;

в) стиль жизни;

г) уровень жизни.

116. Какие категории составляют понятие "здоровья":

а) уровень жизни;

- б) уровень реабилитации;
- в) распространенность инфекционных болезней;
- г) **уровень здоровья.**

117. Под здоровьем понимают такое комфортное состояние человека, при котором:

- а) человек бодр и жизнерадостен;
- б) легко переносятся неблагоприятные климатические и отрицательные экологические условия;
- в) человек обладает высокой работоспособностью, быстро восстанавливается после физических и психических нагрузок;
- г) **наблюдается всё вышеперечисленное.**

118. Личная гигиена включает в себя:

- а) уход за телом и полостью рта, закаливание организма, занятия физической культурой, утреннюю гимнастику;
- б) **организацию рационального суточного режима, закаливание организма, занятия физической культурой, утреннюю гимнастику, уход за телом и полостью рта;**
- в) водные процедуры, домашние дела, прогулки на свежем воздухе;
- г) нет верного ответа.

119. Средство физической культуры, применяемое с лечебно-профилактической целью для более быстрого и полноценного восстановления здоровья и предупреждения осложнений заболевания:

- а) спортивные соревнования;
- б) **лечебная физкультура;**
- в) туризм;
- г) подвижные игры.

120. Факторы, вызывающие утомление на производстве:

- а) **монотонность работы;**
- б) частые приемы пищи;
- в) редкие приемы пищи;
- г) курение.

Тема Программы здорового образа жизни

Тест

1. Что изучает гериатрия:

- а) явления старения организма;
- б) пути увеличения продолжительности жизни человека;
- в) влияние условий жизни на процесс старения человека;
- г) **особенности течения заболеваний у пожилых и старых людей.**

2. Ежегодно число старых людей на планете

- а) **увеличивается;**
- б) уменьшается;
- в) не меняется;

г) сравнительно быстро уменьшается.

3. Демография – это наука:

а) о природе;

б) о здоровье;

в) о народонаселении;

г) о старении организмов.

4. Долгожители относятся к следующей группе:

а) 70 и старше;

б) 80 и старше;

в) 90 и старше;

г) 100 и старше.

5. Возрастные изменения кожи обычно начинаются с:

а) 30 лет;

б) 40 лет;

в) 50 лет;

г) 60 лет.

6. Какая из систем быстрее стареет:

а) пищеварительная;

б) дыхательная;

в) сердечно-сосудистая;

г) кроветворная.

7. Календарный возраст:

а) возраст выхода на пенсию;

б) количество прожитых лет;

в) степень истинного постарения организма;

г) уровень здоровья организма.

8. Для лиц старческого возраста характерна частота пульса:

а) 50-60;

б) 80-90;

в) 60-80;

г) 90-100.

9. Возникновение танатологии связано с исследованиями:

а) Аристотеля;

б) И.Кона;

в) Гипократа;

г) Жора.

10. Закономерно наступающий заключительный период возрастного развития:

а) старение;

б) увядание;

в) старость;

г) смерть.

11. При бессоннице лицам пожилого и старческого возраста

рекомендуют:

- а) настойкой пустырника;**
- б) бромиды;
- в) барбамил;
- г) фенобарбитал.

12. Заболевание, характеризующееся повышенной ломкостью костей из-за снижения содержания в них кальция:

- а) артроз;
- б) ревматоидный артрит;
- в) остеохондроз;
- г) остеопороз.**

13. Наличие двух и более заболеваний у пациента — это:

- а) полипрагмазия;
- б) полиморбидность;**
- в) полиэтиологичность;
- г) атипичность.

14. В возникновении язвенной болезни в пожилом возрасте наибольшее значение имеет:

- а) генетическая предрасположенность;
- б) нарушение микроциркуляции в стенке желудка;**
- в) повышение кислотности желудочного сока;
- г) психоэмоциональные перегрузки.

15. Заболевание, встречающееся преимущественно у лиц пожилого и старческого возраста:

- а) гемофилия;
- б) болезнь Шенлейна-Геноха;
- в) железодефицитная анемия;
- г) хронический лимфолейкоз.**

16. Основной задачей современной геронтологии является:

- а) лечение старческих болезней;
- б) профилактика стрессов;
- в) определение биологического возраста;
- г) борьба с преждевременным старением, сохранение здоровья и долголетия.**

17. Демографическое старение – это процесс, приводящий к:

- а) увеличению доли лиц пожилого и старческого возраста;**
- б) снижению доли лиц пожилого и старческого возраста;
- в) повышению уровня заболеваемости среди пожилого и старческого возраста;
- г) преждевременному старению.

18. Старые люди относятся к следующей группе:

- а) 60-74;
- б) 65-75;**

в) 75-89;

г) 65-85.

19. Сократительная способность миокарда при старении:

а) увеличивается;

б) уменьшается;

в) не изменяется.

20. К гериатрическим средствам относятся:

а) анальгетики;

б) антибиотики;

в) ферменты;

г) витамины.

21. Выведение лекарств из организма с возрастом:

а) снижается;

б) увеличивается;

в) не изменяется;

г) резко увеличивается.

22. Признаки старения:

а) седые волосы;

б) прекращение роста волос;

в) выпадение волос;

г) повышается ломкость волос.

23. Анатомо-физиологические особенности костно-мышечной системы у лиц

Пожилого и старческого возраста:

а) гипертрофия мышц;

б) снижение мышечной силы;

в) атрофия соединительной ткани;

г) разрастание хрящевой ткани.

24. Танатология – это наука:

а) о жизни;

б) о смерти;

в) о психике человека;

г) о болезнях человека.

25. Среди старых людей больше:

а) женщин;

б) мужчин;

в) одинаковое количество.

26. Одновременное назначение нескольких лекарственных препаратов — это:

а) полипрагмазия;

б) полиморбидность;

в) полиэтиологичность;

г) полиморфность.

27. Рентгенографию следует обязательно провести при появлении на фоне хронического бронхита:

- а) общей слабости;
- б) недомогания;
- в) влажного кашля;
- г) **кровохарканья.**

28. Наиболее частое осложнение острого бронхита у лиц пожилого и старческого возраста:

- а) хронический бронхит;
- б) **очаговая пневмония;**
- в) туберкулез;
- г) рак легкого.

29. Ведущая причина артериальной гипертензии у лиц пожилого и старческого возраста:

- а) **атеросклероз;**
- б) болезнь Иценко-Кушинга;
- в) хронический пиелонефрит;
- г) феохромоцитома.

30. Задержка мочеиспускания у лиц пожилого и старческого возраста часто связана с:

- а) острым гломерулонефритом;
- б) острым пиелонефритом;
- в) острым циститом;
- г) **аденомой предстательной железы.**

31. Одновременное назначение множества лекарственных средств или процедур это:

- а) **полипрагмазия;**
- б) полиморбидность;
- в) полиэтиологичность;
- г) атипичность.

32. Термин используемый в медицинской практике для обозначения симптомов, которые не характерны для того или иного заболевания это:

- а) полипрагмазия;
- б) полиморбидность;
- в) полиэтиологичность;
- г) **атипичность.**

33. Пожилые люди относятся к следующей группе:

- а) **60-74;**
- б) 65-75;
- в) 75-89;
- г) 65-85.

34. Разнообразие причин вызывающих болезнь это:

- а) **полипрагмазия;**

б) полиморбидность;

в) полиэтиологичность;

г) атипичность.

35. Что изучает геронтология:

а) индивидуальное развитие человека;

б) здоровый образ жизни;

в) явление старения организма;

г) заболевание старческого возраста.

36. Кто является основоположником научной геронтологии:

а) Фишер;

б) Павлов;

в) Мечников;

г) Аристотель.

37. Какой возраст по классификации, принятой ООН, считается началом Демографической старости:

а) 55 лет;

б) 60 лет;

в) 65 лет;

г) 70 лет.

г) 75-89.

38. При старении происходит:

а) уменьшение подкожного жирового слоя;

б) уменьшение массы мышц;

в) увеличение массы мышц;

г) нарастание массы паренхиматозных органов.

39. Рекомендация для осуществления здорового образа жизни:

а) ограничение двигательной активности;

б) ограничение питания;

в) увеличение потребления углеводов;

г) рациональное питание.

40. Чувствительность организма пожилых людей к лекарствам:

а) повышается;

б) снижается;

в) не изменяется;

г) резко повышается.

41. Биологический возраст:

а) возраст выхода на пенсию;

б) количество прожитых лет;

в) степень истинного постарения организма;

г) возраст по паспорту.

42. Смерть – это:

а) необратимое прекращение деятельности организма;

б) остановка сердца;

- в) остановка дыхания;
- г) отсутствие сознания.

43. Анатомо-физиологические особенности дыхательной системы у лиц пожилого и старческого возраста:

- а) расширение просвета бронхов;
- б) увеличение дыхательного объема;
- в) увеличение жизненной емкости легких;
- г) уменьшение жизненной емкости легких.

44. Причина снижения эффективности пероральных препаратов железа:

- а) увеличение всасывания;
- б) уменьшение всасывания;
- в) ускоренная эвакуация;
- г) повышение кислотности желудочного сока.

45. Причина снижения интенсивности боли при инфаркте миокарда у лиц пожилого и старческого возраста:

- а) усиление воспалительной реакции;
- б) ослабление воспалительной реакции;
- в) повышение порога болевой чувствительности;
- г) снижение порога болевой чувствительности.

46. Форма инфаркта миокарда, реже встречающаяся в пожилом и старческом возрасте:

- а) ангинозная;
- б) астматическая;
- в) аритмическая;
- г) безболевая.

47. У лиц пожилого и старческого возраста чаще встречается:

- а) ревматический полиартрит;
- б) ревматоидный артрит;
- в) инфекционный артрит;
- г) остеохондроз позвоночника.

48. Геронтофобия – это:

- а) страх перед старостью;
- б) враждебное отношение пожилых людей к окружающим;
- в) страх смерти;
- г) враждебные чувства по отношению к пожилым людям.

49. Процесс старения сопровождается:

- а) усилением метаболизма;
- б) улучшением мыслительных способностей;
- в) ослаблением метаболизма;
- г) повышением работоспособности.

50. Старческие изменения органов дыхания:

- а) увеличение общей емкости легких;
- б) увеличение веса легких;

- в) уменьшение веса легких;
- г) уменьшение жизненной емкости легких.

51. Возрастные изменения верхних дыхательных путей:

- а) атрофия слизистой оболочки;**
- б) гипертрофия миндалин;
- в) сужение голосовой щели;
- г) утолщение голосовых связок.

52. При возникновении пневмонии у лиц пожилого и старческого возраста редко наблюдается:

- а) слабость;
- б) недомогание;
- в) кашель;
- г) выраженная лихорадка.**

53. Какой ритм сердца характерен при физиологическом типе старения:

- а) тахикардия;
- б) брадикардия;**
- в) нормальный, синусовый;
- г) аритмия.

54. Для купирования приступа стенокардии целесообразно использовать:

- а) валидол;
- б) но-шпу;
- в) нитроглицерин;**
- г) валокордин.

55. Начальными признаками сердечной недостаточности у пожилых являются:

- а) покашливание при разговоре;**
- б) пароксизмальные нарушения сердечного ритма;
- в) проявления гипоксии мозга;
- г) отеки.

56. Запоры у стариков часто обусловлены:

- а) малым количеством потребляемой жидкости.
- б) гиподинамией.
- в) ослаблением перистальтики кишечника.**
- г) все вышеперечисленное.

57. Главным критерием эффективности диетотерапии при сахарном диабете в пожилом возрасте является:

- а) улучшение самочувствия больного.
- б) уменьшение веса тела больного с ожирением.
- в) отсутствие гипергликемии и глюкозурии.**
- г) уменьшение полиурии.

58. При деформирующем остеоартрозе поражаются в первую очередь:

- а) тазобедренные и коленные суставы;**

- б) пястно-фаланговые суставы;
- в) суставы запястья;
- г) проксимальные межфаланговые суставы.

59. Причиной старения является:

- а) влияние болезней, вредные привычки;
- б) влияние внешней среды;
- в) генетически заложенная программа;
- г) все выше перечисленное.

60. Практически все изменения в старости имеют клиническую картину:

- а) бессимптомную;
- б) ярко выраженную;
- в) обычную;
- г) стертую.

«Здоровый человек и его окружение. Здоровый ребенок»

1. Ребенок должен уже самостоятельно ходить в возрасте:

- а) 10 мес.
- б) **12 мес.**
- в) 5 лет
- г) 2 лет

2. Комплекс оживления появляется у ребенка в возрасте:

- а) 1 мес.
- б) 2 мес.
- в) **3-4 мес.**
- г) 5 мес.

3. Ребенок улыбается на речь взрослого уже в возрасте:

- а) 1 мес.
- б) **2 мес.**
- в) 4 мес
- г) 5 мес.

4. У ребенка исчезает гипертонус сгибателей нижних конечностей в возрасте:

- а) 2-2,5 мес
- б) **3-4 мес.**
- в) 4-6 мес.
- г) 7 мес.

5. У ребенка исчезает гипертонус сгибателей верхних конечностей в возрасте:

- а) **2-2,5 мес**
- б) 3-4 мес.
- в) 4-5 мес.
- г) 6 мес.

6. Ребенок начинает пить из чашки, которую держит взрослый в возрасте:

- а) 2 мес.
- б) 3 мес.
- в) 5 мес.
- г) **6 мес.**

7. Первые зубы появляются у ребенка в возрасте:

- а) 3-4 мес.
- б) 4-5 мес.
- в) **6-7 мес.**
- г) 8-8,5 мес.

8. Большой родничок закрывается у ребенка в возрасте:

- а) 6-8 мес.
- б) 10-12 мес.
- в) **12-15 мес.**
- г) 2-х лет

9. Поясничный лордоз формируется у ребенка в возрасте:

- а) 5 мес.
- б) 8 мес.
- в) **12 мес.**
- г) 2-х лет

10. Грудной кифоз формируется у ребенка в возрасте:

- а) 3-4 мес.
- б) **6-7 мес.**
- в) 10-12 мес.
- г) 1,5 лет

11. Шейный лордоз у ребенка появляется в возрасте:

- а) 1 мес.
- б) **2 мес.**
- в) 6 мес.
- г) 8 мес.

12. Костная ткань ребенка содержит:

- а) много воды, органических веществ, минеральных солей
- б) мало воды, органических веществ
- в) **много воды, органических веществ, мало минеральных солей**
- г) мало воды, много органических веществ

13. В каком возрасте ребенок уже хорошо держит голову 1-2 минуты:

- а) 1 мес.
- б) **2 мес.**
- в) 3 мес.
- г) 4 мес.

14. Ребенок хорошо держит голову в вертикальном положении в:

- а) 1 мес.
- б) 2 мес.
- в) 3 мес.**
- г) 4 мес.

15. Ребенок начинает гулить в:

- а) 1 мес.
- б) 2 мес.
- в) 3 мес.**
- г) 4 мес.

16. Ребенок может сидеть, но самостоятельно еще не садиться в:

- а) 2 мес.
- б) 4 мес.
- в) 6 мес.**
- г) 7 мес.

17. Ребенок стоит без опоры в:

- а) 7 мес.
- б) 9 мес.
- в) 10 мес.
- г) 11 мес.**

18. Ребенок уже самостоятельно садится в:

- а) 5 мес.
- б) 6 мес.
- в) 8 мес.**
- г) 10 мес.

19. Ребенок произносит 8-10 слов в возрасте:

- а) 10 мес.
- б) 12 мес.**
- в) 1,5 лет
- г) 2 лет.

20. Мочевой пузырь у детей раннего возраста:

- а) расположен высоко, прилегает к брюшной стенке**
- б) расположен низко;
- в) прилегает к почкам;
- г) лежит за брюшиной.

21. Число зубов у ребенка в год:

- а) 4 зуба;
- б) 6 зубов;
- в) 8 зубов;**
- г) 10 зубов.

22. Тип дыхания у ребенка в грудном возрасте:

- а) диафрагмальное;**
- б) реберное;
- в) смешанное;

г) грудное.

23. В 10 мес. здоровый ребенок получает пищи не более:

а) 500 мл;

б) 1000 мл;

в) 1500 мл;

г) 2000 мл.

24. В 3 месяца ребенок получает питание по объему равное:

а) $1/5$ массы тела;

б) $1/6$ массы тела;

в) $1/7$ массы тела;

г) $1/8$ массы тела.

25. Доношенный ребенок в 1 мес. жизни получает количество молока, равное:

а) $1/5$ массы тела;

б) $1/6$ массы тела;

в) $1/7$ массы тела;

г) $1/8$ массы тела.

26. В молозиве больше, чем в зрелом молоке матери

а) белка;

б) солей;

в) витаминов;

г) все выше перечисленное верно.

27. Молозиво выделяется у матери до:

а) 3-4 дней;

б) 5-7 дней;

в) двух недель;

г) месяца.

28. Рост доношенного ребенка за 1-й год жизни увеличивается в среднем на:

а) 10-12 см;

б) 20 см;

в) 25 см;

г) 30 см.

29. Прибавка веса ребенка за третий месяц жизни:

а) 700 г.

б) 800 г.

в) 900 г.

г) 950 г.

30. Желудок у детей на 1-м году жизни расположен:

а) горизонтально;

б) вертикально;

в) в косом положении.

31. Емкость мочевого пузыря у новорожденного составляет:

- а) 10-20 мл;
- б) 30-35 мл;
- в) 50 мл;**
- г) 60-70 мл.

32. Мочекислый инфаркт у детей возникает:

- а) на 1-2 день жизни; **б)**
- на 3-4 день жизни;** в)
- на 7-10 день жизни; г)
- на 10-14 день жизни.

33. Стул у грудных детей в норме:

- а) 1-2 раза в сутки;
- б) 3-5 раз в сутки;**
- в) 6-8 раз в сутки;
- г) до 10 раз в сутки.

34. У детей на грудном вскармливании основная флора в кишечнике:

- а) бактерия бифидум;**
- б) кишечная палочка;
- в) стафилококк;
- г) все выше перечисленное.

35. От груди ребенка необходимо отучать в:

- а) 10 мес.
- б) 12 мес.**
- в) 1,5 года;
- г) 15 мес.

36. Смесь "Нутрилон" - это:

- а) кисломолочная;
- б) адаптированная;**
- в) неадаптированная;
- г) соевая.

37. При смешанном вскармливании частота кормлений:

- а) как при грудном вскармливании;**
- б) чаще, чем на грудном вскармливании;
- в) реже, чем на грудном вскармливании;
- г) как на искусственном вскармливании.

38. Из питания кормящей матери необходимо исключить:

- а) лук;
- б) чеснок;
- в) черный кофе;
- г) все выше перечисленное.**

39. Противопоказания к кормлению грудью со стороны матери являются:

- а) психические расстройства;

- б) гнойный мастит;
- в) сердечно-сосудистая недостаточность;
- г) **все выше перечисленное верно.**

40. Противопоказания к кормлению грудью у ребенка являются:

- а) насморк;
- б) **нарушения мозгового кровообращения ребенка, галактоземия;**
- в) гиперактивность;
- г) мочекислый инфаркт.

41. При лечении гипогалактии применяют:

- а) **пролактин, УФО на грудные железы;**
- б) ацетилсалициловую кислоту;
- в) кофеин;
- г) настойка чеснока.

42. Третий прикорм ребенок получает в возрасте:

- а) 1 мес.
- б) 5 мес.
- в) 6 мес.
- г) **8 мес.**

43. Первый прикорм здоровому ребенку при естественном вскармливании вводят в возрасте:

- а) 3-х мес.
- б) **5-ти мес.**
- в) 6-ти мес.
- г) 7-ми мес.

44. В первом полугодии ребенок получает сок в количестве:

- а) 10-20 мл;
- б) 20-30 мл;
- в) **30-50 мл;**
- г) 50-100 мл.

45. При пятиразовом кормлении ребенка кормят через:

- а) **4 часа;**
- б) 3,5 часа;
- в) 3 часа;
- г) 2,5 часа.

46. Пубертатном периоде у мальчиков преобладает:

- а) **брюшной тип дыхания;**
- б) грудной тип дыхания;
- в) смешанный тип дыхания;
- г) другой тип дыхания.

47. В пубертатном периоде у девочек преобладает:

- а) брюшной тип дыхания;
- б) **грудной тип дыхания;**
- в) смешанный тип дыхания;

г) другой тип дыхания.

48. Объем желудка достигает 1 литра у детей в возрасте:

а) 7 лет;

б) 8 лет;

в) 9 лет;

г) 10 лет.

49. Структура печени становится такой же как у взрослых в возрасте:

а) 7 лет;

б) 8 лет;

в) 9 лет;

г) 10 лет.

50. В пубертатном периоде сон детей должен быть не менее:

а) 7 часов;

б) 8 часов;

в) 10 часов;

г) 11 часов.

51. Чаще ожирение у детей в препубертатном и пубертатном периодах связано:

а) с переизбытком углеводов, гиподинамией;

б) с переизбытком белков;

в) с авитаминозом;

г) со всем выше перечисленным.

52. В школьном возрасте ребенок должен питаться:

а) 3 раза в день;

б) 4 раза в день;

в) 5 раз в день;

г) 6 раз в день.

53. Физиологическая желтуха недоношенных детей держится:

а) 1-2 дня;

б) одну неделю;

в) 2-3 недели;

г) 4 недели.

54. Купать новорожденного ребенка рекомендуется с течением:

а) 2-х минут;

б) 5 минут;

в) 10 минут;

г) 15 минут.

55. Язык у новорожденных детей:

а) широкий, короткий;

б) узкий, длинный;

в) широкий, длинный;

г) узкий, короткий.

56. Нервная система будущего ребенка закладывается уже на:

- а) 1-2 неделе беременности;**
- б) 3-4 неделе беременности;
- в) 5-6 неделе беременности;
- г) 7-8 неделе беременности.

57. Масса головного мозга у новорожденного составляет от массы тела:

- а) 1/3 часть;
- б) 1/4-1/5 часть;
- в) 1/8-1/9 часть;**
- г) 1/20 часть.

58. Слух у ребенка можно проверить:

- а) в периоде новорожденности**
- б) в 3-4 мес.
- в) в 6 мес.
- г) в 12 мес.

59. Физиологическая убыль веса у доношенного ребенка максимальная на:

- а) 1-2 день жизни;
- б) 2-4 день жизни;**
- в) 4-7 день жизни;
- г) 8-12 день жизни.

60. Окружность головы новорожденного в среднем составляет:

- а) 30-33 см;
- б) 34-36 см;**
- в) 35-37 см;
- г) 35-38 см.

61. Длина головы доношенного новорожденного ребенка составляет:

- а) 1/3 роста;
- б) 1/4 роста;**
- в) 1/5 роста;
- г) 1/6 роста.

62. Температура воздуха в палате недоношенных поддерживается в пределах:

- а) 21-22 град.
- б) 22-23 град.
- в) 24-25 град.**
- г) 20-22 град.

63. Пубертатный период у девочек наступает:

- а) позже, чем у мальчиков;
- б) раньше, чем у мальчиков;**
- в) в одно время у мальчиков и девочек.

64. Вторичные половые признаки у девочек проявляются:

- а) одновременно с мальчиками;

б) на 1-1,5 года позже, чем у мальчиков;

в) на 1-1,5 года раньше, чем у мальчиков.

65. Функциональные расстройства нервной системы, сердечно-сосудистой, эндокринной и др. чаще встречаются в:

а) период молочных зубов;

б) препубертатный период;

в) пубертатный период.

66. Костная ткань ребенка по строению такая же, как у взрослых, в

а) 7 лет;

б) 10 лет;

в) 12 лет;

г) 14 лет.

67. Формирование грудной клетки полностью заканчивается в возрасте:

а) 7-8 лет;

б) 9-10 лет;

в) 10-11 лет;

г) 12-13 лет.

68. Структура кровеносных сосудов становится такой же, как у взрослых, в возрасте:

а) 7-8 лет;

б) 9-10 лет;

в) 11 лет;

г) 12 лет.

69. У новорожденного ребенка сердце лежит:

а) горизонтально;

б) вертикально.

70. У детей раннего возраста

а) просвет вен равен просвету артерий;

б) просвет вен больше просвета артерий;

в) просвет вен меньше просвета артерий.

71. Частота пульса доношенного новорожденного:

а) 180 уд/мин;

б) 140 уд/мин;

в) 110 уд/мин;

г) 100 уд/мин.

72. Размеры большого родничка у новорожденного:

а) 1х1 см кв.

б) 2 х 1-1,5 см кв.

в) 2х2,5 см кв.

г) 3 х 3-2,5 см кв.

73. У новорожденного ребенка:

а) низкая секреторная функция желез ЖКТ

б) высокая секреторная функция желез ЖКТ

74. Объем желудка у новорожденного:

а) 10-15 мл;

б) 30-35 мл;

в) 50-60 мл;

г) 60-65 мл.

75. Половой криз новорожденных включает:

а) нагрубание молочных желез;

- б) мочекислый инфаркт;
- в) отек мошонки у мальчиков;
- г) транзиторную протеинурию.

76. При взвешивании новорожденного весы обрабатывают:

- а) 10% р-ром хлорной извести;
- б) 5% р-ром хлорамина;
- в) 1% р-ром хлорамина;**
- г) 3% р-ром перекиси водорода.

77. Переношенный ребенок имеет срок гестации:

- а) 38 недель;
- б) 40 недель;
- в) 41 неделю;
- г) больше 42 недель.**

78. Меконий выделяется у новорожденного:

- а) в первые 1-2 дня**
- б) в течение первой недели
- в) до 2-х недель жизни
- г) в течение первого месяца жизни

79. Физиологическая желтуха у новорожденного появляется:

- а) на 2-3 сутки**
- б) к концу 1 недели
- в) к 10 дню жизни
- г) иногда к концу 2-ой недели

80. Для ежедневного туалета пупочной ранки используется:

- а) 3% р-р хлорной извести
- б) 5% р-р йода
- в) 5% р-р перманганта калия**
- г) все выше перечисленное

81. Глаза новорожденному ребенку промывают:

- а) борным спиртом - 3% р-р
- б) фурацилином 1:5000**
- в) перекисью водорода - 2% р-р
- г) альбунидом - 30% р-р

92. Из родильного блока в отделение новорожденных ребенок поступает обычно после родов через:

- а) 1 час
- б) 2 часа**
- в) 3 часа
- г) 4 часа

83. Длина головы недоношенного ребенка составляет:

- а) 1/4 от роста

б) $\frac{1}{3}$ от роста

г) $\frac{1}{2}$ от роста

84. Количество долей в легких у детей:

а) справа 2 доли, слева 3 доли

б) справа 3 доли, слева 2 доли

в) слева 2 доли, справа 1 доля

г) слева 1 доля, справа 2 доли

85. Число дыханий у новорожденного ребенка:

а) 20-25 в 1 минуту

б) 30-40 в 1 минуту

в) 40-60 в 1 минуту

г) 60-80 в 1 минуту

86. Ежемесячная прибавка окружности грудной клетки для ребенка 1 года жизни:

а). 1 см

б). 1,2м

в). 2 см

87. Выслушивание сердечных тонов плода у беременной возможно:

а) с первых двух недель беременности;

б) с 2-х месяцев беременности;

в) с 3-х месяцев беременности;

г) с 4-5 месяцев беременности.

88. Гемоглобин при рождении у ребенка составляет:

а) 100 г/л;

б) 120-140 г/л;

в) 170-240 г/л;

г) больше 240 г/л.

89. Скорость оседания эритроцитов у новорожденных в норме:

а) 2-3 мл/ч;

б) 3-4 мл/ч;

в) 4-5 мл/ч;

г) 6-8 мл/ч.

90. Психофизические различия мальчиков и девочек проявляются в:

а) периоде грудного возраста;

б) дошкольном периоде;

в) пубертатном периоде.

91. Пубертатный период у девочек:

а) 10-12 лет;

б) 12-16 лет;

в) 16-17 лет;

г) 17-18 лет.

92. Вторичные половые признаки появляются раньше:

- а) у девочек;**
- б) у мальчиков;
- в) одновременно появляются у мальчиков и девочек.

93. Мать ощущает шевеление плода:

- а) на 2 месяце беременности;
- б) на 3 месяце беременности;
- в) на 4-5 месяце беременности;**
- г) только перед родами.

94. Критический период формирования нервной системы (особенно головного мозга):

- а) 5-6 недель беременности;
- б) 10-18 недель беременности;**
- в) 18-22 недели беременности;
- г) 22-30 недель беременности.

95. Длина плода в 7 мес. беременности (в среднем):

- а) 25 см;
- б) 35 см;**
- в) 45 см;
- г) 40 см.

96. Вес новорожденных в среднем составляет:

- а) 2500-3500 г;
- б) 2800-3800 г;
- в) 3200-3500 г;**
- г) 3000-4000 г.

97. Срок гестации доношенного ребенка составляет:

- а) 30-42 недели;
- б) 35-37 недель;
- в) 28-38 недель;
- г) 38-42 недели.**

98. Пуповинный остаток у новорожденного отпадает на:

- а) 2-3 день;
- б) 4-5 день;**
- в) 5-9 день;
- г) 10 день.

99. Физиологическая эритема у новорожденного держится:

- а) до 2-3 суток;**
- б) до 7-8 суток;
- в) до 10-12 суток;
- г) до 2-х недель

100. Физиологическая убыль веса составляет у новорожденного:

- а) 20-25% веса;
- б) 10-15% веса;
- в) 6-8% веса;**
- г) меньше 1% веса.

101. Мочекислый инфаркт возникает у новорожденных на:

- а) 3-4 день жизни;**
- б) 7-10 день жизни;
- в) 3-ей неделе жизни;
- г) через месяц после рождения.

102. Причины мочекислого инфаркта:

- а) увеличение количества мочи;
- б) выделение небольшого количества мочи;**
- в) малое содержание солей и мочевой кислоты в моче;
- г) большое содержание солей и мочевой кислоты в моче.

103. Профилактика транзиторной лихорадки:

- а) предупреждение перегревания, правильное кормление;**
- б) соблюдение гигиены;
- в) ограничение жидкости;
- г) все вышеперечисленное.

104. Физиологическая убыль веса связана с:

- а) выделением мекония, мочеиспусканием;**
- б) отсутствием аппетита;
- в) желтухой новорожденного;
- г) со всем вышеперечисленным.

105. Период внутриутробного развития составляет:

- а) 260 дней;
- б) 270 дней;
- в) 280 дней;**
- г) 300 дней.

106. Переходные (физиологические) состояния новорожденных наблюдаются:

- а) в период внутриутробного развития;
- б) в период новорожденности;**
- в) в период грудного возраста;
- г) в период молочных зубов.

107. Период новорожденности это:

- а) первые 28 дней жизни;**
- б) первые 29 дней жизни;
- в) первые 30 дней жизни;
- г) первые 7 дней жизни.

108. В период грудного возраста рост увеличивается в норме в среднем на:

- а) 15 см;
- б) 20 см;
- в) 25 см;**
- г) 30 см.

109. Оценка по шкале Апгар проводится:

- а) через 1 и 5 минут после рождения;**
- б) через 5 минут после рождения;
- в) через 1 минуту после рождения;
- г) через 2 минуты после рождения.

110. Рост у девушек прекращается:

- а) в 16 лет;
- б) в 17 лет;
- в) в 18 лет;**
- г) в 23 года.

111. Дети с хроническим заболеванием в стадии декомпенсации относятся к группе здоровья:

- а) IV;
- б) III;
- в) II;
- г) V.**

112. Прибавка в росте за первый месяц жизни:

- а) 2 см;
- б) 2,5 см;
- в) 1,5 см;
- г) 3 см.**

113. Рефлексы в норме у ребенка с массой:

- а) 2500 г;
- б) 2000 г;
- в) 1000 г;
- г) 3200 г.**

114. Оценка по шкале Апгар 6 баллов, при этом ЧСС:

- а) 100-120 уд/мин;**
- б) 100-90 уд/мин;
- в) отсутствует;
- г) 100-80 уд/мин.

115. Окраска кожных покровов у доношенных новорожденных при оценке по шкале Апгар 5 баллов:

- а) розовая;
- б) цианотичная;
- в) бледная;
- г) розовая, конечности синие.**

116. Окружность головы на 2 см меньше окружности груди:

- а) у новорожденного;
- б) у ребенка 6 мес.
- в) в 12 мес. жизни ребенка;**
- г) в 3 мес. жизни.

117. Ежемесячная прибавка массы за пятый месяц жизни:

- а) 750 гр;
- б) 700 гр;**
- в) 600 гр;
- г) 800 гр.

118. Прибавка ежемесячно окружности груди:

- а) 1 см
- б) 1,2 см**
- в) 2 см
- г) 2,5 см.

119. У доношенного новорожденного голова занимает от роста:

- а) 1/4 часть;**
- б) 1/3 часть;
- в) 1/8 часть;
- г) 1/7 часть.

120. Рост в 2 мес. жизни ребенка в среднем составляет:

- а) 56 см;**
- б) 50 см;
- в) 52 см;
- г) 48 см.

Тема Профилактика нарушений здоровья в детском возрасте

Тест

1. Ребенок должен уже самостоятельно ходить в возрасте:

- а) 10 мес.
- б) 12 мес.**
- в) 5 лет
- г) 2 лет

2. Комплекс оживления появляется у ребенка в возрасте:

- а) 1 мес.
- б) 2 мес.
- в) 3-4 мес.**
- г) 5 мес.

3. Ребенок улыбается на речь взрослого уже в возрасте:

- а) 1 мес.
- б) 2 мес.**
- в) 4 мес
- г) 5 мес.

4. У ребенка исчезает гипертонус сгибателей нижних конечностей в возрасте:

а) 2-2,5 мес

б) 3-4 мес.

в) 4-6 мес.

г) 7 мес.

5. У ребенка исчезает гипертонус сгибателей верхних конечностей в возрасте:

а) 2-2,5 мес

б) 3-4 мес.

в) 4-5 мес.

г) 6 мес.

6. Ребенок начинает пить из чашки, которую держит взрослый в возрасте:

а) 2 мес.

б) 3 мес.

в) 5 мес.

г) 6 мес.

7. Первые зубы появляются у ребенка в возрасте:

а) 3-4 мес.

б) 4-5 мес.

в) 6-7 мес.

г) 8-8,5 мес.

8. Большой родничок закрывается у ребенка в возрасте:

а) 6-8 мес.

б) 10-12 мес.

в) 12-15 мес.

г) 2-х лет

9. Поясничный лордоз формируется у ребенка в возрасте:

а) 5 мес.

б) 8 мес.

в) 12 мес.

г) 2-х лет

10. Грудной кифоз формируется у ребенка в возрасте:

а) 3-4 мес.

б) 6-7 мес.

в) 10-12 мес.

г) 1,5 лет

11. Шейный лордоз у ребенка появляется в возрасте:

а) 1 мес.

б) 2 мес.

в) 6 мес.

г) 8 мес.

12. Костная ткань ребенка содержит:

а) много воды, органических веществ, минеральных солей

б) мало воды, органических веществ

в) много воды, органических веществ, мало минеральных солей

г) мало воды, много органических веществ

13. В каком возрасте ребенок уже хорошо держит голову 1-2 минуты:

а) 1 мес.

б) 2 мес.

в) 3 мес.

г) 4 мес.

14. Ребенок хорошо держит голову в вертикальном положении в:

а) 1 мес.

б) 2 мес.

в) 3 мес.

г) 4 мес.

15. Ребенок начинает гулить в:

а) 1 мес.

б) 2 мес.

в) 3 мес.

г) 4 мес.

16. Ребенок может сидеть, но самостоятельно еще не садиться в:

а) 2 мес.

б) 4 мес.

в) 6 мес.

г) 7 мес.

17. Ребенок стоит без опоры в:

а) 7 мес.

б) 9 мес.

в) 10 мес.

г) 11 мес.

18. Ребенок уже самостоятельно садится в:

а) 5 мес.

б) 6 мес.

в) 8 мес.

г) 10 мес.

19. Ребенок произносит 8-10 слов в возрасте:

а) 10 мес.

б) 12 мес.

в) 1,5 лет

г) 2 лет.

20. Мочевой пузырь у детей раннего возраста:

- а) расположен высоко, прилегает к брюшной стенке
- б) расположен низко;
- в) прилегает к почкам;
- г) лежит за брюшиной.

21. Число зубов у ребенка в год:

- а) 4 зуба;
- б) 6 зубов;
- в) 8 зубов;**
- г) 10 зубов.

22. Тип дыхания у ребенка в грудном возрасте:

- а) диафрагмальное;**
- б) реберное;
- в) смешанное;
- г) грудное.

23. В 10 мес. здоровый ребенок получает пищи не более:

- а) 500 мл;
- б) 1000 мл;**
- в) 1500 мл;
- г) 2000 мл.

24. В 3 месяца ребенок получает питание по объему равное:

- а) 1/ 5 массы тела;
- б) 1/6 массы тела;**
- в) 1/7 массы тела;
- г) 1/8 массы тела.

25. Доношенный ребенок в 1 мес. жизни получает количество молока, равное:

- а) 1/5 массы тела;**
- б) 1/6 массы тела;
- в) 1/7 массы тела;
- г) 1/8 массы тела.

26. В молозиве больше, чем в зрелом молоке матери

- а) белка;
- б) солей;
- в) витаминов;
- г) все выше перечисленное верно.**

27. Молозиво выделяется у матери до:

- а) 3-4 дней;**
- б) 5-7 дней;
- в) двух недель;
- г) месяца.

28. Рост доношенного ребенка за 1-й год жизни увеличивается в среднем на:

- а) 10-12 см;
- б) 20 см;
- в) 25 см;**
- г) 30 см.

29. Прибавка веса ребенка за третий месяц жизни:

- а) 700 г.
- б) 800 г.**
- в) 900 г.
- г) 950 г.

30. Желудок у детей на 1-м году жизни расположен:

- а) горизонтально;**
- б) вертикально;
- в) в косом положении.

31. Емкость мочевого пузыря у новорожденного составляет:

- а) 10-20 мл;
- б) 30-35 мл;
- в) 50 мл;**
- г) 60-70 мл.

32. Мочекислый инфаркт у детей возникает:

- а) на 1-2 день жизни; **б)**
- на 3-4 день жизни;** в)
- на 7-10 день жизни; г)
- на 10-14 день жизни.

33. Стул у грудных детей в норме:

- а) 1-2 раза в сутки;
- б) 3-5 раз в сутки;**
- в) 6-8 раз в сутки;
- г) до 10 раз в сутки.

34. У детей на грудном вскармливании основная флора в кишечнике:

- а) бактерия бифидум;**
- б) кишечная палочка;
- в) стафилококк;
- г) все выше перечисленное.

35. От груди ребенка необходимо отучать в:

- а) 10 мес.
- б) 12 мес.**
- в) 1,5 года;
- г) 15 мес.

36. Смесь "Нутрилон" - это:

- а) кисломолочная;
- б) адаптированная;**
- в) неадаптированная;

г) соевая.

37. При смешанном вскармливании частота кормлений:

- а) как при грудном вскармливании;
- б) чаще, чем на грудном вскармливании;
- в) реже, чем на грудном вскармливании;
- г) как на искусственном вскармливании.

38. Из питания кормящей матери необходимо исключить:

- а) лук;
- б) чеснок;
- в) черный кофе;
- г) все выше перечисленное.

39. Противопоказания к кормлению грудью со стороны матери являются:

- а) психические расстройства;
- б) гнойный мастит;
- в) сердечно-сосудистая недостаточность;
- г) все выше перечисленное верно.

40. Противопоказания к кормлению грудью у ребенка являются:

- а) насморк;
- б) нарушения мозгового кровообращения ребенка, галактоземия;
- в) гиперактивность;
- г) мочекишный инфаркт.

41. При лечении гипогалактии применяют:

- а) пролактин, УФО на грудные железы;
- б) ацетилсалициловую кислоту;
- в) кофеин;
- г) настойка чеснока.

42. Третий прикорм ребенок получает в возрасте:

- а) 1 мес.
- б) 5 мес.
- в) 6 мес.
- г) 8 мес.

43. Первый прикорм здоровому ребенку при естественном вскармливании вводят в возрасте:

- а) 3-х мес.
- б) 5-ти мес.
- в) 6-ти мес.
- г) 7-ми мес.

44. В первом полугодии ребенок получает сок в количестве:

- а) 10-20 мл;
- б) 20-30 мл;
- в) 30-50 мл;

г) 50-100 мл.

45. При пятиразовом кормлении ребенка кормят через:

а) 4 часа;

б) 3,5 часа;

в) 3 часа;

г) 2,5 часа.

46. В пубертатном периоде у мальчиков преобладает:

а) брюшной тип дыхания;

б) грудной тип дыхания;

в) смешанный тип дыхания;

г) другой тип дыхания.

47. В пубертатном периоде у девочек преобладает:

а) брюшной тип дыхания;

б) грудной тип дыхания;

в) смешанный тип дыхания;

г) другой тип дыхания.

48. Объем желудка достигает 1 литра у детей в возрасте:

а) 7 лет;

б) 8 лет;

в) 9 лет;

г) 10 лет.

49. Структура печени становится такой же как у взрослых в возрасте:

а) 7 лет;

б) 8 лет;

в) 9 лет;

г) 10 лет.

50. В пубертатном периоде сон детей должен быть не менее:

а) 7 часов;

б) 8 часов;

в) 10 часов;

г) 11 часов.

51. Чаще ожирение у детей в препубертатном и пубертатном периодах связано:

а) с перееданием углеводов, гиподинамией;

б) с перееданием белков;

в) с авитаминозом;

г) со всем выше перечисленным.

52. В школьном возрасте ребенок должен питаться:

а) 3 раза в день;

б) 4 раза в день;

в) 5 раз в день;

г) 6 раз в день.

53. Физиологическая желтуха недоношенных детей держится:

- а) 1-2 дня;
- б) одну неделю;
- в) 2-3 недели;**
- г) 4 недели.

54. Купать новорожденного ребенка рекомендуется с течение:

- а) 2-х минут;
- б) 5 минут;**
- в) 10 минут;
- г) 15 минут.

55. Язык у новорожденных детей:

- а) широкий, короткий;**
- б) узкий, длинный;
- в) широкий, длинный;
- г) узкий, короткий.

56. Нервная система будущего ребенка закладывается уже на:

- а) 1-2 неделе беременности;**
- б) 3-4 неделе беременности;
- в) 5-6 неделе беременности;
- г) 7-8 неделе беременности.

57. Масса головного мозга у новорожденного составляет от массы тела:

- а) 1/3 часть;
- б) 1/4-1/5 часть;
- в) 1/8-1/9 часть;**
- г) 1/20 часть.

58. Слух у ребенка можно проверить:

- а) в периоде новорожденности**
- б) в 3-4 мес.
- в) в 6 мес.
- г) в 12 мес.

59. Физиологическая убыль веса у доношенного ребенка максимальная на:

- а) 1-2 день жизни;
- б) 2-4 день жизни;**
- в) 4-7 день жизни;
- г) 8-12 день жизни.

60. Окружность головы новорожденного в среднем составляет:

- а) 30-33 см;
- б) 34-36 см;**
- в) 35-37 см;
- г) 35-38 см.

61. Длина головы доношенного новорожденного ребенка составляет:

- а) $\frac{1}{3}$ роста;
- б) $\frac{1}{4}$ роста;**
- в) $\frac{1}{5}$ роста;
- г) $\frac{1}{6}$ роста.

62. Температура воздуха в палате недоношенных поддерживается в пределах:

- а) 21-22 град.
- б) 22-23 град.
- в) 24-25 град.**
- г) 20-22 град.

63. Пубертатный период у девочек наступает:

- а) позже, чем у мальчиков;
- б) раньше, чем у мальчиков;**
- в) в одно время у мальчиков и девочек.

64. Вторичные половые признаки у девочек проявляются:

- а) одновременно с мальчиками;
- б) на 1-1,5 года позже, чем у мальчиков;
- в) на 1-1,5 года раньше, чем у мальчиков.**

65. Функциональные расстройства нервной системы, сердечно-сосудистой, эндокринной и др. чаще встречаются в:

- а) период молочных зубов;
- б) препубертатный период;
- в) пубертатный период.**

66. Костная ткань ребенка по строению такая же, как у взрослых, в

- а) 7 лет;
- б) 10 лет;
- в) 12 лет;**
- г) 14 лет.

67. Формирование грудной клетки полностью заканчивается в возрасте:

- а) 7-8 лет;
- б) 9-10 лет;
- в) 10-11 лет;
- г) 12-13 лет.**

68. Структура кровеносных сосудов становится такой же, как у взрослых, в возрасте:

- а) 7-8 лет;
- б) 9-10 лет;
- в) 11 лет;
- г) 12 лет.**

69. У новорожденного ребенка сердце лежит:

- а) горизонтально;**

б) вертикально.

70. У детей раннего возраста

а) просвет вен равен просвету артерий;

б) просвет вен больше просвета артерий;

в) просвет вен меньше просвета артерий.

71. Частота пульса доношенного новорожденного:

а) 180 уд/мин;

б) 140 уд/мин;

в) 110 уд/мин;

г) 100 уд/мин.

72. Размеры большого родничка у новорожденного:

а) 1х1 см кв.

б) 2 х 1-1,5 см кв.

в) 2х2,5 см кв.

г) 3 х 3-2,5 см кв.

73. У новорожденного ребенка:

а) низкая секреторная функция желез ЖКТ

б) высокая секреторная функция желез ЖКТ

74. Объем желудка у новорожденного:

а) 10-15 мл;

б) 30-35 мл;

в) 50-60 мл;

г) 60-65 мл.

75. Половой криз новорожденных включает:

а) нагрубание молочных желез;

б) мочекишный инфаркт;

в) отек мошонки у мальчиков;

г) транзиторную протеинурию.

76. При взвешивании новорожденного весы обрабатывают:

а) 10% р-ром хлорной извести;

б) 5% р-ром хлорамина;

в) 1% р-ром хлорамина;

г) 3% р-ром перекиси водорода.

77. Переношенный ребенок имеет срок гестации:

а) 38 недель;

б) 40 недель;

в) 41 неделю;

г) больше 42 недель.

78. Меконий выделяется у новорожденного:

а) в первые 1-2 дня

б) в течение первой недели

в) до 2-х недель жизни

г) в течение первого месяца жизни

79. Физиологическая желтуха у новорожденного появляется:

а) на 2-3 сутки

б) к концу 1 недели

в) к 10 дню жизни

г) иногда к концу 2-ой недели

80. Для ежедневного туалета пупочной ранки используется:

а) 3% р-р хлорной извести

б) 5% р-р йода

в) 5% р-р перманганата калия

г) все выше перечисленное

81. Глаза новорожденному ребенку промывают:

а) борным спиртом - 3% р-р

б) фурацилином 1:5000

в) перекисью водорода - 2% р-р

г) альбуцидом - 30% р-р

92. Из родильного блока в отделение новорожденных ребенок поступает обычно после родов через:

а) 1 час

б) 2 часа

в) 3 часа

г) 4 часа

83. Длина головы недоношенного ребенка составляет:

а) 1/4 от роста

б) 1/3 от роста

г) 1/2 от роста

84. Количество долей в легких у детей:

а) справа 2 доли, слева 3 доли

б) справа 3 доли, слева 2 доли

в) слева 2 доли, справа 1 доля

г) слева 1 доля, справа 2 доли

85. Число дыханий у новорожденного ребенка:

а) 20-25 в 1 минуту

б) 30-40 в 1 минуту

в) 40-60 в 1 минуту

г) 60-80 в 1 минуту

86. Ежемесячная прибавка окружности грудной клетки для ребенка 1 года жизни:

а). 1 см

б). 1,2м

в). 2 см

87. Выслушивание сердечных тонов плода у беременной возможно:

- а) с первых двух недель беременности;
- б) с 2-х месяцев беременности;
- в) с 3-х месяцев беременности;
- г) с 4-5 месяцев беременности.**

88. Гемоглобин при рождении у ребенка составляет:

- а) 100 г/л;
- б) 120-140 г/л;
- в) 170-240 г/л;**
- г) больше 240 г/л.

89. Скорость оседания эритроцитов у новорожденных в норме:

- а) 2-3 мл/ч;**
- б) 3-4 мл/ч;
- в) 4-5 мл/ч;
- г) 6-8 мл/ч.

90. Психофизические различия мальчиков и девочек проявляются в:

- а) периоде грудного возраста;
- б) дошкольном периоде;**
- в) пубертатном периоде.

91. Пубертатный период у девочек:

- а) 10-12 лет;
- б) 12-16 лет;**
- в) 16-17 лет;
- г) 17-18 лет.

92. Вторичные половые признаки появляются раньше:

- а) у девочек;**
- б) у мальчиков;
- в) одновременно появляются у мальчиков и девочек.

93. Мать ощущает шевеление плода:

- а) на 2 месяце беременности;
- б) на 3 месяце беременности;
- в) на 4-5 месяце беременности;**
- г) только перед родами.

94. Критический период формирования нервной системы (особенно головного мозга):

- а) 5-6 недель беременности;
- б) 10-18 недель беременности;**
- в) 18-22 недели беременности;
- г) 22-30 недель беременности.

95. Длина плода в 7 мес. беременности (в среднем):

- а) 25 см;
- б) 35 см;**
- в) 45 см;

г) 40 см.

96. Вес новорожденных в среднем составляет:

а) 2500-3500 г;

б) 2800-3800 г;

в) 3200-3500 г;

г) 3000-4000 г.

97. Срок гестации доношенного ребенка составляет:

а) 30-42 недели;

б) 35-37 недель;

в) 28-38 недель;

г) 38-42 недели.

98. Пуповинный остаток у новорожденного отпадает на:

а) 2-3 день;

б) 4-5 день;

в) 5-9 день;

г) 10 день.

99. Физиологическая эритема у новорожденного держится:

а) до 2-3 суток;

б) до 7-8 суток;

в) до 10-12 суток;

г) до 2-х недель

100. Физиологическая убыль веса составляет у новорожденного:

а) 20-25% веса;

б) 10-15% веса;

в) 6-8% веса;

г) меньше 1% веса.

101. Мочекислый инфаркт возникает у новорожденных на:

а) 3-4 день жизни;

б) 7-10 день жизни;

в) 3-ей неделе жизни;

г) через месяц после рождения.

102. Причины мочекислого инфаркта:

а) увеличение количества мочи;

б) выделение небольшого количества мочи;

в) малое содержание солей и мочевой кислоты в моче;

г) большое содержание солей и мочевой кислоты в моче.

103. Профилактика транзиторной лихорадки:

а) предупреждение перегревания, правильное кормление;

б) соблюдение гигиены;

в) ограничение жидкости;

г) все вышеперечисленное.

104. Физиологическая убыль веса связана с:

- а) выделением мекония, мочеиспусканием;**
- б) отсутствием аппетита;
- в) желтухой новорожденного;
- г) со всем вышеперечисленным.

105. Период внутриутробного развития составляет:

- а) 260 дней;
- б) 270 дней;
- в) 280 дней;**
- г) 300 дней.

106. Переходные (физиологические) состояния новорожденных наблюдаются:

- а) в период внутриутробного развития;
- б) в период новорожденности;**
- в) в период грудного возраста;
- г) в период молочных зубов.

107. Период новорожденности это:

- а) первые 28 дней жизни;**
- б) первые 29 дней жизни;
- в) первые 30 дней жизни;
- г) первые 7 дней жизни.

108. В период грудного возраста рост увеличивается в норме в среднем на:

- а) 15 см;
- б) 20 см;
- в) 25 см;**
- г) 30 см.

109. Оценка по шкале Апгар проводится:

- а) через 1 и 5 минут после рождения;**
- б) через 5 минут после рождения;
- в) через 1 минуту после рождения;
- г) через 2 минуты после рождения.

110. Рост у девушек прекращается:

- а) в 16 лет;
- б) в 17 лет;
- в) в 18 лет;**
- г) в 23 года.

111. Дети с хроническим заболеванием в стадии декомпенсации относятся к группе здоровья:

- а) IV;
- б) III;
- в) II;
- г) V.**

112. Прибавка в росте за первый месяц жизни:

- а) 2 см;
- б) 2,5 см;
- в) 1,5 см;
- г) **3 см.**

113. Рефлексы в норме у ребенка с массой:

- а) 2500 г;
- б) 2000 г;
- в) 1000 г;
- г) **3200 г.**

114. Оценка по шкале Апгар 6 баллов, при этом ЧСС:

- а) **100-120 уд/мин;**
- б) 100-90 уд/мин;
- в) отсутствует;
- г) 100-80 уд/мин.

115. Окраска кожных покровов у доношенных новорожденных при оценке по шкале Апгар 5 баллов:

- а) розовая;
- б) цианотичная;
- в) бледная;
- г) **розовая, конечности синие.**

116. Окружность головы на 2 см меньше окружности груди:

- а) у новорожденного;
- б) у ребенка 6 мес.
- в) **в 12 мес. жизни ребенка;**
- г) в 3 мес. Жизни.

117. Ежемесячная прибавка массы за пятый месяц жизни:

- а) 750 гр;
- б) **700 гр;**
- в) 600 гр;
- г) 800 гр.

118. Прибавка ежемесячно окружности груди:

- а) 1 см
- б) **1,2 см**
- в) 2 см
- г) 2,5 см.

119. У доношенного новорожденного голова занимает от роста:

- а) **1/4 часть;**
- б) 1/3 часть;
- в) 1/8 часть;
- г) 1/7 часть.

120. Рост в 2 мес. жизни ребенка в среднем составляет:

- а) 56 см;**
- б) 50 см;
- в) 52 см;
- г) 48 см.

Тема: Здоровый человек и его окружение

1. Что изучает гериатрия:

- а) явления старения организма;
- б) пути увеличения продолжительности жизни человека;
- в) влияние условий жизни на процесс старения человека;
- г) особенности течения заболеваний у пожилых и старых людей.**

2. Ежегодно число старых людей на планете

- а) увеличивается;**
- б) уменьшается;
- в) не меняется;
- г) сравнительно быстро уменьшается.

3. Демография – это наука:

- а) о природе;
- б) о здоровье;
- в) о народонаселении;**
- г) о старении организмов.

4. Долгожители относятся к следующей группе:

- а) 70 и старше;
- б) 80 и старше;
- в) 90 и старше;**
- г) 100 и старше.

5. Возрастные изменения кожи обычно начинаются с:

- а) 30 лет;**
- б) 40 лет;
- в) 50 лет;
- г) 60 лет.

6. Какая из систем быстрее стареет:

- а) пищеварительная;
- б) дыхательная;
- в) сердечно-сосудистая;**
- г) кровеносная.

7. Календарный возраст:

- а) возраст выхода на пенсию;
- б) количество прожитых лет;**
- в) степень истинного постарения организма;
- г) уровень здоровья организма.

8. Для лиц старческого возраста характерна частота пульса:

- а) 50-60;**
- б) 80-90;
- в) 60-80;
- г) 90-100.

9. Возникновение танатологии связано с исследованиями:

- а) Аристотеля;
- б) И.Кона;
- в) Гипократа;
- г) Жора.**

10. Закономерно наступающий заключительный период возрастного развития:

- а) старение;
- б) увядание;
- в) старость;**
- г) смерть.

11. При бессоннице лицам пожилого и старческого возраста рекомендуют:

- а) настойкой пустырника;**
- б) бромиды;
- в) барбамил;
- г) фенobarбитал.

12. Заболевание, характеризующееся повышенной ломкостью костей из-за снижения содержания в них кальция:

- а) артроз;
- б) ревматоидный артрит;
- в) остеохондроз;
- г) остеопороз.**

13. Наличие двух и более заболеваний у пациента — это:

- а) полипрагмазия;
- б) полиморбидность;**
- в) полиэтиологичность;
- г) атипичность.

14. В возникновении язвенной болезни в пожилом возрасте наибольшее значение имеет:

- а) генетическая предрасположенность;
- б) нарушение микроциркуляции в стенке желудка;**
- в) повышение кислотности желудочного сока;
- г) психоэмоциональные перегрузки.

15. Заболевание, встречающееся преимущественно у лиц пожилого и старческого возраста:

- а) гемофилия;**

- б) болезнь Шенлейна-Геноха;
- в) железодефицитная анемия;
- г) **хронический лимфолейкоз.**

16. Основной задачей современной геронтологии является:

- а) лечение старческих болезней;
- б) профилактика стрессов;
- в) определение биологического возраста;
- г) **борьба с преждевременным старением, сохранение здоровья и долголетия.**

17. Демографическое старение – это процесс, приводящий к:

- а) **увеличению доли лиц пожилого и старческого возраста;**
- б) снижению доли лиц пожилого и старческого возраста;
- в) повышению уровня заболеваемости среди пожилого и старческого возраста;
- г) преждевременному старению.

18. Старые люди относятся к следующей группе:

- а) 60-74;
- б) 65-75;
- в) **75-89;**
- г) 65-85.

19. Сократительная способность миокарда при старении:

- а) увеличивается;
- б) **уменьшается;**
- в) не изменяется.

20. К гериатрическим средствам относятся:

- а) анальгетики;
- б) антибиотики;
- в) ферменты;
- г) **витамины.**

21. Выведение лекарств из организма с возрастом:

- а) **снижается;**
- б) увеличивается;
- в) не изменяется;
- г) резко увеличивается.

22. Признаки старения:

- а) **седые волосы;**
- б) прекращение роста волос;
- в) выпадение волос;
- г) повышается ломкость волос.

23. Анатомо-физиологические особенности костно-мышечной системы у лиц

Пожилого и старческого возраста:

- а) гипертрофия мышц;
- б) снижение мышечной силы;**
- в) атрофия соединительной ткани;
- г) разрастание хрящевой ткани.

24. Танатология – это наука:

- а) о жизни;
- б) о смерти;**
- в) о психике человека;
- г) о болезнях человека.

25. Среди старых людей больше:

- а) женщин;**
- б) мужчин;
- в) одинаковое количество.

26. Одновременное назначение нескольких лекарственных препаратов — это:

- а) полипрагмазия;**
- б) полиморбидность;
- в) полиэтиологичность;
- г) полиморфность.

27. Рентгенографию следует обязательно провести при появлении на фоне хронического бронхита:

- а) общей слабости;
- б) недомогания;
- в) влажного кашля;
- г) кровохарканья.**

28. Наиболее частое осложнение острого бронхита у лиц пожилого и старческого возраста:

- а) хронический бронхит;
- б) очаговая пневмония;**
- в) туберкулез;
- г) рак легкого.

29. Ведущая причина артериальной гипертензии у лиц пожилого и старческого возраста:

- а) атеросклероз;**
- б) болезнь Иценко-Кушинга;
- в) хронический пиелонефрит;
- г) феохромоцитома.

30. Задержка мочеиспускания у лиц пожилого и старческого возраста часто связана с:

- а) острым гломерулонефритом;
- б) острым пиелонефритом;
- в) острым циститом;

г) аденомой предстательной железы.

31. Одновременное назначение множества лекарственных средств или процедур это:

- а) полипрагмазия;**
- б) полиморбидность;
- в) полиэтиологичность;
- г) атипичность.

32. Термин используемый в медицинской практике для обозначения симптомов, которые не характерны для того или иного заболевания это:

- а) полипрагмазия;
- б) полиморбидность;
- в) полиэтиологичность;
- г) атипичность.**

33. Пожилые люди относятся к следующей группе:

- а) 60-74;**
- б) 65-75;
- в) 75-89;
- г) 65-85.

34. Разнообразие причин вызывающих болезнь это:

- а) полипрагмазия;
- б) полиморбидность;
- в) полиэтиологичность;**
- г) атипичность.

35. Что изучает геронтология:

- а) индивидуальное развитие человека;
- б) здоровый образ жизни;
- в) явление старения организма;**
- г) заболевание старческого возраста.

36. Кто является основоположником научной геронтологии:

- а) Фишер;
- б) Павлов;
- в) Мечников;**
- г) Аристотель.

37. Какой возраст по классификации, принятой ООН, считается началом Демографической старости:

- а) 55 лет;
- б) 60 лет;**
- в) 65 лет;
- г) 70 лет.
- г) 75-89.

38. При старении происходит:

- а) уменьшение подкожного жирового слоя;**

- б) уменьшение массы мышц;**
- в) увеличение массы мышц;
- г) нарастание массы паренхиматозных органов.

39. Рекомендация для осуществления здорового образа жизни:

- а) ограничение двигательной активности;
- б) ограничение питания;**
- в) увеличение потребления углеводов;
- г) рациональное питание.**

40. Чувствительность организма пожилых людей к лекарствам:

- а) повышается;**
- б) снижается;
- в) не изменяется;
- г) резко повышается.

41. Биологический возраст:

- а) возраст выхода на пенсию;
- б) количество прожитых лет;
- в) степень истинного старения организма;**
- г) возраст по паспорту.

42. Смерть – это:

- а) необратимое прекращение деятельности организма;**
- б) остановка сердца;
- в) остановка дыхания;
- г) отсутствие сознания.

43. Анатомо-физиологические особенности дыхательной системы у лиц пожилого и старческого возраста:

- а) расширение просвета бронхов;
- б) увеличение дыхательного объема;
- в) увеличение жизненной емкости легких;
- г) уменьшение жизненной емкости легких.**

44. Причина снижения эффективности пероральных препаратов железа:

- а) увеличение всасывания;
- б) уменьшение всасывания;**
- в) ускоренная эвакуация;
- г) повышение кислотности желудочного сока.

45. Причина снижения интенсивности боли при инфаркте миокарда у лиц пожилого и старческого возраста:

- а) усиление воспалительной реакции;
- б) ослабление воспалительной реакции;
- в) повышение порога болевой чувствительности;

г) снижение порога болевой чувствительности.

46. Форма инфаркта миокарда, реже встречающаяся в пожилом и старческом возрасте:

- а) ангинозная;
- б) астматическая;
- в) аритмическая;

г) безболевая.

47. У лиц пожилого и старческого возраста чаще встречается:

- а) ревматический полиартрит;
- б) ревматоидный артрит;
- в) инфекционный артрит;

г) остеохондроз позвоночника.

48. Геронтофобия – это:

- а) страх перед старостью;
- б) враждебное отношение пожилых людей к окружающим;
- в) страх смерти;
- г) враждебные чувства по отношению к пожилым людям.

49. Процесс старения сопровождается:

- а) усилением метаболизма;
- б) улучшением мыслительных способностей;
- в) ослаблением метаболизма;
- г) повышением работоспособности.

50. Старческие изменения органов дыхания:

- а) увеличение общей емкости легких;
- б) увеличение веса легких;
- в) уменьшение веса легких;
- г) уменьшение жизненной емкости легких.

51. Возрастные изменения верхних дыхательных путей:

- а) атрофия слизистой оболочки;
- б) гипертрофия миндалин;
- в) сужение голосовой щели;
- г) утолщение голосовых связок.

52. При возникновении пневмонии у лиц пожилого и старческого возраста редко наблюдается:

- а) слабость;
- б) недомогание;
- в) кашель;
- г) выраженная лихорадка.

53. Какой ритм сердца характерен при физиологическом типе старения:

- а) тахикардия;
- б) брадикардия;

- в) нормальный, синусовый;
- г) аритмия.

54. Для купирования приступа стенокардии целесообразно использовать:

- а) валидол;
- б) но-шпу;
- в) нитроглицерин;**
- г) валокордин.

55. Начальными признаками сердечной недостаточности у пожилых являются:

- а) покашливание при разговоре;**
- б) пароксизмальные нарушения сердечного ритма;
- в) проявления гипоксии мозга;
- г) отеки.

56. Запоры у стариков часто обусловлены:

- а) малым количеством потребляемой жидкости.
- б) гиподинамией.
- в) ослаблением перистальтики кишечника.**
- г) все вышеперечисленное.

57. Главным критерием эффективности диетотерапии при сахарном диабете в пожилом возрасте является:

- а) улучшение самочувствия больного.
- б) уменьшение веса тела больного с ожирением.
- в) отсутствие гипергликемии и глюкозурии.**
- г) уменьшение полиурии.

58. При деформирующем остеоартрозе поражаются в первую очередь:

- а) тазобедренные и коленные суставы;**
- б) пястно-фаланговые суставы;
- в) суставы запястья;
- г) проксимальные межфаланговые суставы.

59. Причиной старения является:

- а) влияние болезней, вредные привычки;
- б) влияние внешней среды;
- в) генетически заложенная программа;
- г) все выше перечисленное.**

60. Практически все изменения в старости имеют клиническую картину:

- а) бессимптомную;
- б) ярко выраженную;
- в) обычную;
- г) стертую.**

Тема Здоровье лиц зрелого возраста

1. К наружным половым органам женщины относятся:

- а) клитор;**
- б) маточные трубы;
- в) влагалище;
- г) молочные железы.

2. При третьей степени чистоты влагалищного содержимого:

- а) среда слабощелочная;
- б) лейкоциты до 100 в поле зрения;
- в) кокки и другие бактерии;
- г) все перечисленное верно.**

3. Лактобактерии, среда кислая, клетки эпителия- при какой степени влагалищного содержимого:

- а) первая;**
- б) вторая;
- в) третья;
- г) четвертая.

4. К внутренним половым органам женщины относится:

- а) преддверие влагалища;
- б) клитор;
- в) матка;**
- г) молочные железы.

5. При четвертой степени чистоты влагалищного содержимого определяются:

- а) эпителиальные клетки, единичные лейкоциты;
- б) лактобактерии, среда кислая;
- в) все перечисленное верно;
- г) нет правильного ответа.**

6. При второй степени чистоты влагалищного содержимого:

- а) лактобактерии;
- б) единичные лейкоциты, клетки эпителия;
- в) небольшое количество не патогенной флоры;
- г) все перечисленное верно.**

7. Масса небеременной матки:

- а) 50 - 60 граммов;**
- б) 150 - 160 граммов;
- в) 1000- 1200граммов;
- г) 80- 100 граммов.

8. Форма шейки матки и наружного зева у нерожавших женщин:

- а) коническая и округлая форма;
- б) цилиндрическая и щелевидная форма;**

- в) прямая;
- г) шаровидная.

9. В матке различают:

- а) перешеек;
- б) шейку;
- в) тело;

г) все ответы верны.

10. Наиболее суженная часть в толще трубы:

- а) интерстициальная;
- б) истмическая;**
- в) ампулярная;
- г) воронка.

11. Какая часть матки имеет внутренний и наружный зев:

- а) дно;
- б) тело;
- в) шейка;**
- г) перешеек.

12. Длина маточных труб:

- а) 7 - 8 см;
- б) 10 - 12см;**
- в) 12 - 14см;
- г) 18-20см.

13. Какой слой матки является отторгающимся:

- а) функциональный;**
- б) базальный;
- в) слизистый;
- г) внутренний.

14. Чему способствует перистальтическое сокращение труб, мерцание ресничек эпителия и продольная складчатость слизистой труб:

- а) оплодотворению яйцеклетки;
- б) выделению и продвижению секрета в полость матки;
- в) передвижению яйцеклетки;**
- г) передвижению сперматозоида;

15. В каком отделе маточной трубы происходит оплодотворение яйцеклетки:

- а) интерстициальном;
- б) истмическом;
- в) ампулярном;**
- г) воронке.

16. Шейка матки отклонена:

- а) к переднему своду;**
- б) идет параллельно стенкам таза;

- в) к заднему своду;
- г) не отклонена.

17. Масса яичника:

- а) 3-4 г;
- б) 5-6 г;**
- в) 6-8 г;
- г) 2-3 г.

18. Длина цервикального канала:

- а) 1 - 1,5 см;**
- б) 2 см;
- в) 4 см;
- г) 5 см.

19. Какое время после овуляции является наиболее благоприятным для оплодотворения:

- а) 12-24 часа;
- б) 24-36 часов;**
- в) 36-72 часа;
- г) не имеет значения.

20. Количество кровопотери во время месячных:

- а) 50 мл;
- б) 50-100 мл;**
- в) 50-200 мл;
- г) 100-200 мл.

21. Как называется середина цикла в яичниковом цикле:

- а) фолликулостимулирующая;
- б) овуляция;**
- в) прогестероновая;
- г) лютеинизирующая.

22. Название замкнутого мешка, в котором находится плод, окруженный околоплодными водами:

- а) ворсинчатая оболочка;
- б) водная оболочка;**
- в) базальная оболочка;
- г) слизистая оболочка.

23. Менструальным циклом называется:

- а) процесс разрыва целого фолликула и выход его из полости созревшей яйцеклетки, покрытой снаружи блестящей оболочкой;
- б) ритмически повторяющиеся сложные изменения в половой системе и во всем организме женщины;
- в) периодические кровотечения из половых путей;
- г) процесс выработки гормонов из яичника.

24. Какая фаза маточного цикла соответствует лютеинизирующей фазе

яичникового цикла:

- а) десквамации;
- б) регенерации;
- в) секрции;**
- г) пролиферации.

25. Что такое второй период родов:

- а) с первых регулярных схваток и заканчивается рождением ребенка;
- б) опущение головки плода с регулярной родовой деятельностью;
- в) с полного раскрытия наружного маточного зева и заканчивается рождением ребенка;**
- г) излитие околоплодных вод и рождение ребенка.

26. Чему равна предполагаемая масса плода при ВДМ - 38см, ОКЖ - 100см:

- а) 3400 г;
- б) 3600 г;
- в) 3800 г;**
- г) 4100 г.

27. Что такое первый период родов:

- а) период раскрытия;**
- б) период изгнания;
- в) последовый период;
- г) послеродовый период.

28. Период раскрытия длится:

- а) с момента регулярных схваток до полного раскрытия наружного маточного зева;**
- б) с первых регулярных схваток и заканчивается рождением ребенка;
- в) с момента опущения головки и возникновения регулярной родовой деятельности;
- г) до излития околоплодных вод.

29. Продолжительность периода изгнания у повторнородящих:

- а) 5 - 10 мин;
- б) 15-20 мин;
- в) 30 мин – 40 мин;**
- г) 1 - 2 часа.

30. Что такое третий период родов:

- а) период раскрытия;
- б) период изгнания;
- в) последовый период;**
- г) послеродовый период.

31. Период изгнания длится:

- а) с момента регулярных схваток до полного раскрытия наружного маточного зева;

- б) с момента опущения головки плода и возникновения регулярной родовой деятельности;
- в) с полного раскрытия наружного маточного зева до рождения ребенка;**
- г) с момента рождения ребенка до рождения последа.

32. Роль плаценты:

- а) гормональная;
- б) дыхательная;
- в) выделительная;
- г) все перечисленное верно.**

33. Второй период родов - это:

- а) период раскрытия;
- б) период изгнания;**
- в) последовый период;
- г) послеродовый период.

34. Укажите, какой % от массы тела роженицы составляет допустимая кровопотеря:

- а) 0,5 %;**
- б) 1 %;
- в) 1,5 %;
- г) 2 %.

35. Как называется женщина после рождения ребенка:

- а) роженица;
- б) родильница;**
- в) родящая;
- г) родившая.

36. Чему равна предполагаемая масса плода при ОКЖ-100 см, ВДМ-35 см:

- а) 3400 г;
- б) 3500 г;**
- в) 3600 г;
- г) 3700 г.

37. Тошнота является признаком беременности:

- а) достоверным;
- б) обязательным;
- в) сомнительным;**
- г) вероятный.

38. Нерожавшим здоровым женщинам с целью контрацепции не рекомендуется использовать:

- а) стерилизацию;**
- б) презервативу;
- в) диафрагмы;
- г) спермициды.

39. Наиболее опасным методом планирования семьи является:

- а) аборт;**
- б) барьерная контрацепция;
- в) гормональная контрацепция;
- г) ВМС.

40.С целью контрацепции один раз в три месяца вводят:

- а) депо- Проверка – 150;**
- б) раствор прогестерона 2 %;
- в) раствор прогестерона 2,5 %;
- г) норплант.

41. Вероятным признаком беременности является:

- а) тошнота;
- б) задержка месячных;**
- в) рвота;
- г) вкусовые причуды.

42.С целью контрацепции на 5 лет подкожно вшивается препарат:

- а) депо - Провера – 150;
- б) норколут;
- в) норплант;**
- г) прогестерон.

43.Оптимальным средством защиты от заболеваний, передающихся половым путем является:

- а) ВМС;
- б) презерватив;**
- в) гормональная контрацепция;
- г) прерванный половой акт.

44.Комбинированные оральные контрацептивы:

- а) не влияют на характер менструальной крови;**
- б) уменьшают количество менструальной крови;
- в) увеличивают количество менструальной крови;
- г) не имеют противопоказаний.

45.К гормональным контрацептивным средствам относится:

- а) лютенурин;
- б) фарматекс;
- в) марвелон;**
- г) контрацептин.

46. Вазэктомия является:

- а) методом стерилизации мужчин;**
- б) методом кастрации;
- в) методом стерилизации женщин;
- г) методом, дающим эффект сразу же после операции.

47. К 3-х фазным гормональным контрацептивным средствам

относится:

- а) фемоден;
- б) триквилар;**
- в) овидон;
- г) марвелон.

48. Внутриматочные контрацептивы:

- а) снижают риск воспалительных заболеваний;
- б) повышают риск воспалительных заболеваний;**
- в) не влияют на возникновение воспалений;
- г) не имеют противопоказаний.

49. Наиболее эффективным методом контрацепции является:

- а) прерванный половой акт;
- б) предохранение только в критические дни;
- в) барьерный метод;**
- г) окклюзия труб.

50. Базальная температура измеряется:

- а) в прямой кишке утром в постели;**
- б) после очистительной клизмы;
- в) после опорожнения мочевого пузыря;
- г) после спринцевания влагалища.

51. Пространство между малыми половыми губами называется:

- а) мочеполовая диафрагма;
- б) промежность;
- в) девственная плева;
- г) половая щель.**

52. Во влагалище в норме среда:

- а) нейтральная;
- б) кислая;**
- в) слабощелочная;
- г) щелочная.

53. Функция матки:

- а) менструальная;**
- б) секреторная;
- в) выделительная;
- г) защитная.

54. Нормальная флора влагалища:

- а) эпителиальные клетки;
- б) палочки Дедерлейна;**
- в) кишечные палочки;
- г) гормоны.

55. Слизистая маточных труб выстлана эпителием:

- а) многослойным плоским;

б) мерцательным;

в) кубическим;

г) однорядным.

56. Круглые связки матки отклоняют матку:

а) кзади, книзу;

б) кверху, кпереди;

в) кзади;

г) в сторону.

57. Первая менструация у девочек в норме начинается в возрасте:

а) 12-14 лет;

б) 16-17 лет;

в) 8-9 лет;

г) 20-22 года.

58. В первую фазу менструального цикла в яичнике вырабатывается гормон:

а) прогестерон;

б) фолликулин;

в) тестостерон;

г) панкреатин.

59. В желтом теле образуется гормон:

а) окситоцин;

б) синестрол;

в) фолликулин;

г) прогестерон.

60. Мужские половые гормоны:

а) тестостерон;

б) тиреоидин;

в) прогестерон;

г) инсулин.

61. Прогестерон вырабатывается в:

а) гипоталамусе;

б) гипофизе;

в) яичнике;

г) яичке.

62. Сперматозоид движется на:

а) свет;

б) химическое вещество;

в) по току жидкости;

г) против тока жидкости.

63. Имплантация – это:

- а) выход яйцеклетки из фолликула;
- б) слияние сперматозоида с яйцеклеткой;
- в) прикрепление яйцеклетки к стенке матки;**
- г) отторжение функционального слоя.

64. Пузырек, в котором растет и созревает яйцеклетка:

- а) лимфоцит;
- б) фолликул;**
- в) эритроцит;
- г) альвеола.

65. Образование, содержащее кровеносные сосуды, соединяющее плод с плацентой:

- а) семенной канатик;
- б) лакуна;
- в) пуповина;**
- г) маточные трубы.

66. Созревание и развитие желтого тела идет под действием гормона гипофиза:

- а) фолликулостимулирующего;
- б) тиреотропного;
- в) лютеинизирующего;**
- г) пролактина.

67. Влагалищные спермициды:

- а) патентекс овал;**
- б) регулон;
- в) диафрагма;
- г) минизистон.

68. К двухфазным КОКаМ относится:

- а) джесс;
- б) нео-эуномин;**
- в) регевидон;
- г) марвелон.

69. Сомнительные признаки беременности:

- а) повышение артериального давления;
- б) извращение вкуса и обоняния;**
- в) частые мочеиспускания;
- г) потливость.

70. Достоверные признаки беременности:

- а) положительный тест на беременность;
- б) пальпация частей плода;**
- в) синюшность слизистой влагалища;
- г) понижение артериального давления.

71. Первое шевеление плода первобеременная ощущает в:

- а) восемнадцать недель;
- б) двадцать недель;**
- в) двадцать две недели;
- г) шестнадцать недель.

72. Причиной начала родовой деятельности является:

- а) зрелая шейка матки;
- б) родовая доминанта;**
- в) зрелая плацента;
- г) перерастянутая матка.

73. Родовые схватки характеризуются:

- а) периодичностью, длительностью, произвольностью, болезненностью и силой сокращения;**
- б) нерегулярностью и произвольностью;
- в) роженица может управлять схватками;
- г) сокращением матки в нижнем сегменте.

74. Период изгнания плода начинается с момента:

- а) отхождения околоплодных вод;
- б) полного открытия шейки матки;**
- в) потуг;
- г) при опущении головки на тазовое дно.

75. Плодный пузырь образуется в результате:

- а) полного открытия шейки матки;
- б) образования пояса прилегания;**
- в) повышения внутриматочного давления;
- г) потуг.

76. Обратное развитие матки – это:

- а) имплантация;
- б) эпителизация;
- в) инволюция;**
- г) субинволюция.

77. Наружные половые органы:

- а) влагалище;
- б) маточные трубы;
- в) клитор;**
- г) молочные железы.

78. Внутренние половые органы:

- а) лобок;
- б) мочевого пузырь;
- в) влагалище;**
- г) тазовая клетчатка.

79. Слизистая оболочка матки:

- а) эндотелий;

- б) миометрий;
- в) эндометрий;**
- г) параметрий.

80. Наружная оболочка матки:

- а) параметрий;
- б) периметрий;**
- в) миометрий;
- г) эндометрий.

81. В яичниках образуются:

- а) ферменты;
- б) сперматозоиды;
- в) яйцеклетка и женские половые гормоны;**
- г) форменные элементы крови.

82. Функция яичников:

- а) выделительная;
- б) эндокринно-гормональная;**
- в) защитная;
- г) менструальная.

83. Важную роль в регуляции менструального цикла играют:

- а) гипоталамо-гипофизарная система;**
- б) поджелудочная железа;
- в) щитовидная железа;
- г) паращитовидные железы.

84. Срок наступления овуляции при 28-дневном менструальном цикле:

- а) 20-22 день;
- б) 8-10 день;
- в) 12-14 день;**
- г) 3-5 день.

85. Во вторую фазу менструального цикла в яичнике образуется железа внутренней секреции:

- а) желтое тело;**
- б) поджелудочная;
- в) предстательная;
- г) щитовидная.

86. В матке фаза секреции идет под действием гормона яичника:

- а) фолликулина;
- б) синестрола;
- в) прогестерона;**
- г) тестотерона.

87. Функцией яицек у мужчин является:

- а) образование сперматозойдов;**
- б) выделение спермы;

в) выделение жидкости защищающий слизистую мочеиспускательного канала;

г) образование лейкоцитов.

88. В состав спермы не входит секрет:

а) бартолиновых желез;

б) яичек;

в) предстательной железы;

г) куперовых желез.

89. Имплантация плодного яйца происходит за счет:

а) эмбриобласта;

б) эндометрия;

в) миометрия;

г) трофобласта.

90. Внутренняя оболочка плодного яйца:

а) эндометрий;

б) амнион;

в) хорион;

г) децидуальная.

91. Наружные половые органы мужчины:

а) семенной пузырек;

б) семенной канатик;

в) предстательная железа;

г) мошонка.

92. Сперматозоиды образуются в:

а) яичке;

б) предстательной железе;

в) семенных пузырьках;

г) бульбоуретральных железах.

93. Первое шевеление плода повторнобеременная женщина ощущает в:

а) 18 недель;

б) 20 недель;

в) 30 недель;

г) 40 недель.

94. Оболочки плодного яйца:

а) висцеральная и париетальная;

б) внутренняя и наружная;

в) амнион и хорион;

г) эндометрий, миометрий.

95. Прикрепление оплодотворенной яйцеклетки к эндометрию:

а) оплодотворение;

б) секреция;

в) овуляция;

г) имплантация.

96. Послед – это:

а) амнион, хорион, пуповина;

б) плацента, пуповина;

в) плацента, оболочки;

г) плацента, оболочки, пуповина.

97. В пуповине расположены сосуды:

а) три артерии;

б) две артерии, одна вена;

в) две вены и одна артерия;

г) три вены.

98. Родовая деятельность в первом периоде родов:

а) схватки раскрывающие;

б) схватки изгоняющие;

в) схватки последовые;

г) схватки послеродовые.

99. Женщина после рождения последа называется:

а) беременной;

б) роженицей;

в) родильницей;

г) ничего из перечисленного.

100. В первые сутки после родов лохии:

а) серозные;

б) сукровичные;

в) кровянистые;

г) гнойные.

101. Наружный зев шейки матки закрывается после родов через:

а) 3 дня;

б) 10 дней;

в) 8 недель;

г) 3 недели.

102. Продолжительность послеродового периода:

а) 3-4 недели;

б) 5-6 недель;

в) 6-8 недель;

г) 9-10 недель.

103. Матка ежедневно уменьшается при физиологическом течении послеродового периода на:

а) 2-4 см;

б) 6-7 см;

в) 1,5-2 см;

г) 4-5 см.

104. За неделю прибавка массы тела в норме составляет:

- а) 200-300 гр.;
- б) 300-400 гр.;**
- в) 400-450 гр.;
- г) 600-700 гр.

105. Погружение зародыша в слизистую матки называется:

- а) овуляция;
- б) оплодотворение;
- в) имплантация;**
- г) плацентация.

106. Мероприятия по предупреждению беременности:

- а) контрацепция;**
- б) овуляция;
- в) индукция;
- г) имплантация.

107. После применения какого метода контрацепции партнер не способен к зачатию:

- а) гормонального;
- б) химического;
- в) барьерного;
- г) стерилизации.**

108. Ворсинчатая оболочка яйца - это:

- а) хорион;**
- б) амнион;
- в) децидуальная оболочка;
- г) эмбриобласт.

109. Слизистая оболочка маточной трубы покрыта:

- а) многослойным плоским эпителием;
- б) кубическим эпителием;
- в) зародышевым эпителием;
- г) цилиндрическим мерцательным эпителием.**

110. Самый отдаленный от матки отдел маточной трубы называется:

- а) ампулярный;**
- б) истмический;
- в) интрамуральный;
- г) интерстициальный.

111. За фазой десквамации в слизистой матки наступает фаза:

- а) эпителизации;
- б) пролиферации;**
- в) секреции;
- г) регенерации.

112. Функцией яичек у мужчин является:

- а) образование сперматозоидов;**
- б) выделение спермы;

в) выделение жидкости, защищающий слизистую мочеиспускательного канала;

г) образование лейкоцитов.

113. Гормон, вырабатываемый в гипофизе:

а) тестостерон;

б) прогестерон;

в) андрогены;

г) фолликулостимулирующий.

114. После первого деления зиготы образуются:

а) гаметы;

б) бластомеры;

в) морула;

г) фолликулы.

115. Прогестерон во время беременности помимо яичников вырабатывается:

а) гипофизом;

б) плацентой;

в) маткой;

г) щитовидной железой.

116. Противопоказание для применения ВМК:

а) менструация;

б) сахарный диабет;

в) воспалительный процесс половых органов;

г) гипертоническая болезнь.

117. Свободная кожная складка над головкой полового члена:

а) мошонка;

б) корень;

в) крайняя плоть;

г) уздечка.

118. Родовые схватки характеризуются:

а) периодичностью, длительностью, произвольностью, болезненностью и силой сокращения;

б) нерегулярностью и произвольностью;

в) роженица может управлять схватками;

г) спазмом шейки во время схватки.

119. Фетогенез – это период:

а) от зачатия до рождения;

б) от зачатия до 16 суток;

в) от 16 суток до 9-10 недель;

г) от 9-10 недель до рождения.

120. Одноклеточный зародыш – это:

а) плод;

б) бластоциста;

- в) зигота;
- г) яйцеклетка.

Тест Основы профилактики

1. Основным направлением первичной профилактики заболеваний является комплекс мер, направленных:

- а) на предупреждение их возникновения;**
- б) на предупреждение осложнений возникшего заболевания;
- в) на восстановление анатомической и функциональной целостности поврежденных органов;
- г) лечения заболеваний.

2. Какое действие является основой профилактической деятельности:

- а) изучение факторов риска;
- б) проведение скрининга;
- в) лечение социально-значимых заболеваний;
- г) изменение образа жизни.**

3. Задачами профилактики являются:

- а) увеличение продолжительности активной жизни;**
- б) профилактика заболеваемости и травматизма;
- в) профилактика прогрессирования болезней;
- г) укрепление здоровья здоровых.

4. Медицинская профилактика по отношению к населению бывает:

- а) популяционная, групповая, индивидуальная;**
- б) общественное, групповое, общемировое;
- в) групповое, индивидуальное, собственное;
- г) только групповое.

5. Вторичная профилактика оценивается по:

- а) динамики инвалидности и смертности;
- б) снижению летальности и смертности;
- в) динамике первичной заболеваемости;**
- г) увеличение частоты здоровых лиц в популяции.

6. Оптимальными методами выявления лиц группы риска по возникновению заболеваний являются:

- а) скрининг;
- б) профилактический осмотр;**
- в) учет обращаемости;
- г) данные профосмотра.

7. Профилактика бывает:

- а) первичная и вторичная;
- б) первичная, вторичная, третичная;**
- в) первичная;

г) третичная.

8. Первичная профилактика направлена на:

- а) предупреждение неблагоприятного влияния факторов внешней среды и условий жизни на отдельного человека, группу лиц и населения в целом;**
- б) сохранение и развитие условий, способствующих здоровью;
- в) раннее выявление отклонений в жизнедеятельности организма;
- г) на снижение частоты осложнений заболеваний и летальности.

9. Виды медицинских профилактических мероприятий:

- а) консультирование и медицинские осмотры;
- б) иммунизация и диспансеризация;
- в) все выше перечисленное;**
- г) нет правильного ответа.

10. «Журнал учета работы ЛПУ по медицинской профилактике»:

- а) учетная форма 038/у – 02;**
- б) годовая отчетная форма №30;
- в) приказ №455;
- г) приказ №175.

11. Первичная профилактика заболеваний включает в себя:

- а) мероприятия по предупреждению осложнений болезни;**
- б) предупреждение возникновения заболеваний;
- в) улучшение социально-экономических условий;
- г) предупреждение влияния факторов риска

12. Профилактические медицинские осмотры способствуют выявлению заболеваний:

- а) острых;
- б) хронических;
- в) на ранних стадиях;**
- г) инфекционных.

13. Специфическая профилактика гриппа:

- а) прием дибазола;
- б) приём аскорбиновой кислоты в больших дозах;
- в) прием «Антигриппина»;
- г) вакцинация.**

14. Неспецифическая профилактика столбняка заключается в:

- а) наложение швов на рану;
- б) первичной хирургической обработке раны с широким рассечением и дренированием ее;**
- в) массивной антибиотикотерапии;
- г) баротерапии.

15. Вторичная профилактика – это:

- а) выявление лиц, нуждающихся в профилактическом воздействии;**

- б) рекомендации по изменению поведения пациента, вакцинация, медикаментозное лечение;
- в) устранение факторов риска;
- г) **раннее обнаружение и лечение.**

16. Каким путем проводится оценка информированности населения:

- а) анализа заболеваемости;
- б) **анкетирования;**
- в) беседы;
- г) мониторинг.

17. Наука, изучающая вопросы нравственного поведения медработников:

- а) медицинская деонтология;
- б) **медицинская этика;**
- в) медицинская педагогика;
- г) медицинская психология.

18. Компетентность в деятельности медсестры означает:

- а) **чёткое выполнение медсестрой своих обязанностей;**
- б) сохранение сведений о пациенте;
- в) подчинение старшему по должности младшему;
- г) организация образа жизни пациентов, способствующий его выздоровлению.

19. Валеология - это наука:

- а) о физкультуре;
- б) о нравственном воспитании;
- в) об окружающей среде;
- г) **о здоровье.**

20. Какие из перечисленных мероприятий относятся к мерам первичной профилактики:

- 1) Маммография и анализ кала на скрытую кровь;
- 2) назначение фолиевой кислоты для предупреждения пороков развития нервной трубки;
- 3) хлорирование и фторирование воды;
- 4) вакцинация против инфекционных заболеваний;
- 5) обучение пациентов здоровому образу жизни;
- 6) использование бета-блокаторов для уменьшения риска смерти у пациентов, перенесших инфаркт миокарда.

Варианты ответов:

- а) 1,2,4,5
- б) 1,2,3,5,6
- в) 1,2,3,4,5
- г) **2,3,4,5**

21. Основным направлением третичной профилактики заболеваний

является комплекс мер, направленных:

- а) на предупреждение их возникновения;
- б) на предупреждение осложнений возникшего заболевания;
- в) на восстановление анатомической и функциональной целостности поврежденных органов;**

22. Основным направлением вторичной профилактики заболеваний является комплекс мер, направленных:

- а) на предупреждение их возникновения;
- б) на предупреждение осложнений возникшего заболевания;**
- в) на восстановление анатомической и функциональной целостности поврежденных органов;
- г) лечения заболеваний.

23. Показателями оценки первичной профилактики является:

- а) снижение частоты острых заболеваний;
- б) динамика первичной заболеваемости;
- в) снижению летальности;
- г) увеличение частоты здоровых лиц в популяции.**

24. Перечислите уровни профилактики

- 1) первичная
- 2) вторичная
- 3) третичная

Варианты ответов:

- а) 1,2;
- б) 1,2,3;**
- в) 1, 3;
- г) 2, 3.

25. Первичная профилактика – это:

- а) выявление лиц, нуждающихся в профилактическом воздействии;
- б) рекомендации по изменению поведения пациента, вакцинация;**
- в) медикаментозное лечение;
- г) раннее обнаружение и лечение.

26. Основа первичной профилактики:

- а) тщательное обследование внешне здоровых людей;
- б) полное устранение вредного фактора либо снижение его воздействия до безопасного уровня;**
- в) комплекс мер по предотвращению осложнений заболеваний, реабилитации и лечению;
- г) применение антидотов жителями экологически неблагополучных.

27. Для неспецифической профилактики инфекционных заболеваний применяют все кроме:

- а) витамины;
- б) массаж;**

в) закаливание;

г) вакцины.

28. Метод медико-санитарного обслуживания населения, включающий необходимый комплекс оздоровительных социально-гигиенических мероприятий - это:

а) диспансеризация;

б) профилактика;

в) санация полости рта;

г) ЛФК.

29. Вторичная профилактика – это:

а) устранение факторов риска;

б) раннее обнаружение и лечение;

в) рекомендации по изменению поведения пациента, вакцинация, медикаментозное лечение;

г) выявление лиц, нуждающихся в профилактическом воздействии.

30. Эффективность третичной профилактики оценивается по снижению показателей:

а) первичной заболеваемости;

б) летальности и смертности;

в) инвалидизации;

г) частоты осложнений.

31. Основными источниками информации о здоровье населения являются:

а) данные диспансеризации;

б) официальные материалы о смертности и рождаемости;

в) данные страховых компаний;

г) данные мониторинга окружающей среды и здоровья.

32. Объектом первичной профилактики являются:

а) реконвалесценты острых заболеваний;

б) больные хроническими заболеваниями;

в) все население;

г) трудоспособное население.

33. Неспецифическая профилактика газовой гангрены включает:

а) первичную хирургическую обработку раны;

б) массивную антибиотикотерапию;

в) введение противогангренозной сыворотки;

г) обкалывание раны антибиотиками.

34. Что входит в понятие специфическая профилактика:

а) система социальных, гигиенических, медицинских мероприятий, направленных на предотвращение заболеваний путём устранения причин и условий их возникновения;

б) совокупность мер, направленных на пересечение или ослабление

возникшего в организме патологического процесса и предупреждение на этой основе тяжёлых форм неинфекционных болезней;

в) предупреждение возникновения и распространения инфекционных болезней путем создания невосприимчивости к ним, основанное на активной и пассивной иммунизации;

г) все варианты верны.

35. Тактика медперсонала при эпидемии гриппа в школе:

а) вакцинация;

б) выступление по школьному радио на тему: «Грипп, пути передачи, клиника и профилактика»;

в) контроль пищеблока;

г) кварцевание учебных классов.

36. Какие мероприятия относятся к первичной профилактике:

а) оздоровление окружающей среды;

б) медико-социальная реабилитация;

в) трудовая реабилитация;

г) диспансерное наблюдение за инвалидами.

37. Основная функция сестринского дела ЗОЖ:

а) укрепление здоровья и профилактика заболеваний;

б) лечение заболеваний;

в) реабилитация пациентов;

г) облегчение страданий пациент

38. Основной способ индивидуальной профилактики шигеллезов:

а) вакцинация;

б) соблюдение правил личной гигиены;

в) приём дизентерийного бактериофага;

г) приём антибиотиков.

39. К единице наблюдения можно отнести:

а) совокупность исследуемых лиц или явлений;

б) определенный контингент;

в) отдельные объекты;

г) конкретные признаки (рост, вес, возраст, пол).

40. Какие навыки приобретают учащиеся при изучении валеологии:

а) техника использования одноразовых шприцев;

б) правила этики;

в) правила личной гигиены;

г) игры на компьютере.

41. Субординация в деятельности медсестры означает:

а) чёткое выполнение медсестрой своих обязанностей;

б) сохранение сведений о пациенте;

в) подчинение старшему по должности и уважительного отношения к младшему по должности;

г) организация образа жизни пациентов, способствующий его

выздоровлению.

42. Что не следует использовать для изменения поведения по ЗОЖ:

- а) распространение информации;
- б) убеждение;
- в) принуждение;**
- г) образование.

43. Каким фактором в большей степени определяется здоровье человека:

- а) наследственностью;
- б) условиями внешней среды;
- в) образом жизни;**
- г) системой здравоохранения.

44. Здоровый образ жизни – это:

- а) поведение и мышление человека, обеспечивающее ему укрепление здоровья;**
- б) систематические занятия спортом;
- в) способность человека управлять своими эмоциями;
- г) способность человека управлять своими двигательными действиями.

45. Образ жизни является по исследованиям Ю.П. Лисицина:

- а) наименее значимым фактором для здоровья населения;
- б) фактором не влияющим на здоровье населения;
- в) фактором доля влияния которого на здоровье населения составляет около 20%;
- г) наиболее значимым фактором для здоровья населения.**

46. Неизменяемые факторы риска:

- а) низкая физическая активность;
- б) чрезмерное потребление алкоголя;
- в) неправильное чередование труда и отдыха;
- г) пол и возраст, наследственность.**

47. Основные способы введение пропаганды:

- а) устный, печатный;
- б) изобразительный и печатный;
- в) изобразительный, печатный, устный;**
- г) только устный.

48. От чего здоровье зависит на 10%:

- а) от наследственности;
- б) от органов здравоохранения;**
- в) от образа жизни;
- г) от окружающей среды.

49. К биологическим факторам (факторам внутренней среды), определяющим уровень здоровья, относятся:

- а) качество медицинского обслуживания;
- б) особенности конституции;**
- в) образование;

г) резкие смены атмосферных явлений.

50. Ко второй группе здоровья относятся дети:

а) часто болеющие;

б) практически здоровые с функциональными нарушениями;

в) редко болеющие;

г) длительно болеющие.

51. Перечислите основные поведенческие факторы риска:

а) авитаминоз;

б) отягощенная наследственность;

в) гиподинамия;

г) загрязненная окружающая среда.

52. Какое действие является основой профилактической деятельности:

а) проведение скрининга;

б) измерение артериального давления;

в) лечение социально-значимых заболеваний;

г) изменение образа жизни.

53. Санитарное просвещение – это:

а) специальная область науки и здравоохранения, имеющая целью увеличение «индекса здоровья»;

б) специальная область науки и здравоохранения, изучающая поведение людей в состоянии предболезни;

в) специальная область науки и здравоохранения, имеющая целью формирование поведения, направленного на обеспечение здоровья коллектива индивидуума и общества в целом;

г) специальная область науки и здравоохранения, имеющая целью формирование поведения, направленного на обеспечение готовности платить за медицинскую помощь коллектива индивидуума и общества в целом.

54. К факторам риска, входящим в понятие «образ жизни», относятся:

а) стаж работы на вредном производстве;

б) образование;

в) курение;

г) наследственность.

55. Государственной системой наблюдения за качеством окружающей среды и состоянием здоровья населения является:

а) система санитарно-эпидемиологического нормирования;

б) гигиеническая диагностика;

в) социально-гигиенический мониторинг;

г) федеральная система гидрометеорологического мониторинга.

56. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 6 декабря 2012 г «Порядок проведения профилактического медицинского осмотра» это:

а) № 572 н;

б) №1006 н;

в) № 224 н;

г) № 1011н.

57. Виды профилактических медицинских осмотров:

а) первичный, повторный, целевой;

б) при приеме на работу, поступлении в учебное заведение, для раннего выявления заболеваний, осмотры профессиональных групп работников;

в) для экспертизы допуска к профессии, связанной с воздействием вредных и опасных производственных факторов;

г) нет правильного ответа.

58. Группа риска – это:

а) группа лиц, объединенная страстью к приключениям;

б) группа лиц с наличием различных факторов риска;

в) водители автомобилей;

г) лица получившие инвалидность.

59. Кратковременный холодный или горячий душ:

а) обеспечивает оптимальные условия жизни;

б) усиливает синтез белка, восстанавливает структурные основы клетки;

в) тонизирует мышцы, повышает тонус сосудистой системы и улучшает обмен веществ;

г) сжигает лишние запасы жиров.

60. Факторами, оказывающими влияние на здоровье населения, являются

1) генетические;

2) природно-климатические;

3) уровень и образ жизни населения;

4) уровень, качество и доступность медицинской помощи.

Варианты ответов:

а) 1,2;

б) 2,3;

в) 2,3,1;

г) 1,2,3,4.

61. Что такое Укрепление здоровья:

1) процесс, дающий людям возможность контролировать и улучшать здоровье

2) комбинация образовательной и экологической поддержки для действий и условий жизни, благоприятствующих здоровью

3) комбинация санитарного просвещения и организационных, политических, экономических вмешательств для усиления поведенческой, экологической адаптации, улучшающей здоровье

Варианты ответов:

а) 1,2;

б) 1,2,3;

в) 1,3;

г) 3.

62. Популяционная профилактика – это:

а) профилактические мероприятия охватывают популяцию и население в целом;

б) местные программы профилактики, направленные на укрепление здоровья;

в) все выше перечисленное;

г) нет верного ответа.

63. Наибольшее влияние на общественное здоровье (пл Ю.П. Лисицину) оказывает:

а) образ жизни;

б) миграция населения;

в) внешняя среда;

г) наследственность.

64. Вредные для здоровья факторы выявляют для:

а) отказа в приеме на работу; перевода на другую работу;

б) принятия мер по их устранению с целью снижения уровня действия факторов риска;

в) проведения иммунопрофилактики различных групп населения;

г) все выше перечисленное.

65. Процесс формирования здорового образа жизни включает:

а) информирование населения о экологических рисках;

б) формирование убежденности в необходимости сохранения здоровья;

в) повышение материального благосостояния;

г) снижение показателей летальности.

66. Основными направлениями формирования здорового образа жизни являются:

а) создание и активизация позитивных для здоровья факторов;

б) повышение эффективности деятельности служб здравоохранения;

в) снижение уровня заболеваемости;

г) снижение уровня смертности.

67. Самый эффективный и бесплатный метод пропаганды:

а) устный;

б) печатный;

в) изобразительный;

г) комбинированный.

68. Здоровье человека на 50% зависит от:

а) наследственности;

б) образа жизни;

в) медицины;

г) внешней среды.

69. Выберите фактор, оказывающий наибольшее влияние на здоровье населения:

- а) социально-экономические условия и экологическая обстановка;
- б) социально-экономические условия и организация медицинской помощи;
- в) социально-экономические условия и образ жизни населения;**

г) экологическая обстановка и наследственность.

70. Метод изобразительной пропаганды включает в себя:

- а) объёмные средства, плоскостные средства, устный метод;
- б) объёмные средства, плоскостные средства, комбинированные средства, печатный метод;

в) объёмные средства, плоскостные средства, комбинированные средства, технические средства, натуральные объекты;

г) комбинированные средства, технические средства, натуральные объекты.

71. Демографическая политика государства независимо от демографической ситуации в стране направлена на:

- а) на повышение рождаемости;
- б) на снижение смертности;
- в) на снижение инвалидности;
- г) на поддержание оптимальной численности населения.**

72. К социальным факторам, определяющим уровень здоровья относятся:

- а) производственная среда;**
- б) наследственность;
- в) курение;

г) загрязнение воды и воздуха.

73. К основным формам деятельности человека относятся:

- а) трудовая, общественно-политическая, познавательная, культурная, воспитательная;**
- б) социальная, биологическая;
- в) материальная, бытовая, духовная;
- г) материальная, бытовая, духовная, социальная, биологическая.

74. К нетрадиционным методам оздоровления относятся:

- а) система Г. П. Малахова;
- б) система А. В. Илизарова;
- в) верны оба варианта.**

75. Характеристиками общественного здоровья являются:

- а) показатели инвалидности;
- б) показатели психического здоровья;
- в) демографические показатели;**
- г) показатели урбанизации.

76. Перечислите основные принципы укрепления здоровья

- 1) направленность на все население

- 2) нацеленность на причины и определяющие факторы здоровья
- 3) достаточный арсенал средств от государственного управления, экономических компонентов до воспитания
- 4) роль специалистов здравоохранения
- 5) эффективное участие, как индивидуумов, так и общества

Варианты ответов:

- а) 1,2,4;
- б) 1,2,3;
- в) 1,2,3,4;
- г) **1,2,3,4,5.**

77. Факторы, определяющие состояние здоровья населения:

- 1) социально-экономические
- 2) социально-биологические
- 3) эколого-климатические
- 4) медико-организационные

Варианты ответов:

- а) 1,2,4;
- б) 1,2,3;
- в) **1,2,3,4;**
- г) только 2.

78. Общественное здоровье – это:

- а) здоровье группы людей;
- б) личное здоровье;
- в) **здоровье населения страны;**
- г) здоровье людей определенной этнической группы.

79. В структуре факторов, влияющих на здоровье населения, доля наследственных факторов составляет (по Ю.П. Лисицину):

- а) 10%;
- б) 30%;
- в) **20%;**
- г) 50%.

80. Состояние, при котором резервы организма человека близки к истощению, называется:

- а) **предболезнью;**
- б) болезнью;
- в) резистентностью;
- г) патологией.

81. Не относятся к признакам здоровья:

- а) устойчивость к действиям повреждающих факторов;
- б) функционирование в пределах нормы;
- в) наличие резервных возможностей организма;
- г) **регулярная заболеваемость.**

82. Индивидуальные особенности поведения человека – это:

- а) условия жизни;
- б) качество жизни;
- в) стиль жизни;**
- г) уровень жизни.

83. Болезнь можно охарактеризовать как:

- а) нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее при действии на него повреждающих факторов или обусловленное пороками развития, а также генетическими дефектами;**
- б) состояние полного физического, духовного и социального благополучия;
- в) наблюдающиеся в организме некоторые отклонения от нормы, не сказывающиеся существенно на самочувствии и работоспособности человека;
- г) функциональные изменения в работе гомеостатических систем организма, вызывающие ухудшение самочувствия.

84. Материальные и социальные факторы, окружающие человека – это:

- а) условия жизни;**
- б) качество жизни;
- в) стиль жизни;
- г) уровень жизни.

85. Назовите категории образа жизни:

- а) уровень жизни;
- б) качество жизни;
- в) стиль жизни;
- г) уклад жизни.

д) все перечисленные

86. Выберите признак нездорового образа жизни:

- а) активная жизненная позиция;
- б) несбалансированное питание;**
- в) полноценный отдых;
- г) регулярная двигательная активность.

87. При малоподвижном образе жизни:

- а) улучшаются умственные способности;
- б) повышается работоспособность;
- в) замедляется процесс старения;
- г) развивается слабость сердечной мышцы.**

88. Состояние полного физического, душевного, социального и духовного благополучия называется:

- а) блаженство;
- б) нирвана;
- в) здоровье;**
- г) релаксация.

89. Фитотерапия основана на лечении:

- а) лекарственными препаратами;
- б) рациональным питанием;
- в) лекарственными травами;**
- г) минеральными водами.

90. Из перечисленных пунктов: 1) вес; 2) рост; 3) ЧСС; 4) артериальное давление – к антропометрическим измерениям относят:

- а) 2,3;
- б) 1,2;**
- в) 1,4;
- г) 3,4.

91. Здоровый образ жизни предполагает:

- а) активно развитую рефлексию; отказ от вредных привычек;
- б) рациональный двигательный режим, гигиену труда, отдыха и питания;
- в) культуру общения и сексуального поведения;
- г) все ответы верны.**

92. Здоровье можно определить как:

- а) отсутствие болезней и физических дефектов;
- б) качество приспособления организма к условиям внешней среды;
- в) состояние полного физического, душевного и социального благополучия;**
- г) состояние психического и социального благополучия.

93. Что не является условием здорового образа жизни:

- а) активная жизненная позиция;
- б) полноценный отдых;
- в) пассивность;**
- г) рациональное питание.

94. Укажите физиологическую потребность в воде для человека, выполняющего легкую работу при оптимальных параметрах микроклимата:

- а) 1-2 л;**
- б) 2,5-3 л;
- в) 5-6 л;
- г) 4-5 л.

95. Продукты-источники хорошо усвояемого кальция:

- а) молоко и молочные продукты;**
- б) овощи и фрукты;
- в) зернобобовые продукты;
- г) мясо и мясные продукты.

96. Ежедневное, систематическое потребление свежих овощей и фруктов - это принципы:

- а) умеренного питания;
- б) сбалансированного питания;**

- в) биологической полноценности;
- г) смешанного питания.

97. Каким должен быть режим тепловой обработки овощей, способствующий максимальному сохранению витамина С:

- а) перед варкой овощи разной нарезки закладываются в холодную воду;
- б) варка осуществляется при интенсивном кипении в посуде с открытой крышкой;

в) заложить овощи одинаковой нарезки в кипящую воду, варить при медленном кипении в посуде с закрытой крышкой;

- г) не имеет значения.

98. Питание рациональное:

- а) питание людей с учетом характера заболевания;

б) физиологически полноценное питание, с учетом пола, возраста, характера труда;

- в) питание людей, состоящее из отдельных рационов;

- г) питание богатое белками.

99. Какое отношение белков, жиров и углеводов в составе суточного рациона соответствует формуле сбалансированного питания:

- а) 1:1:4;**

- б) 2:1:1;

- в) 3:2:1;

- г) 2:3:1.

100. Основную питательную часть каких групп продуктов составляют железо и протеин:

- а) овощи и фрукты;

б) мясо, рыба;

- в) молоко и молочные продукты;

- г) Жиры, жирные и сладкие продукты.

101. Большинство наркоманов впервые употребили наркотик:

- а) под “давлением”;

б) за компанию;

- в) случайно;

- г) в качестве обезболивающего средства.

102. Пассивный курильщик – это человек:

- а) желающий бросить курить;

- б) выкуривающий одну сигарету натошак;

- в) выкуривающий две сигареты в день;

г) находящийся в одном помещении с курящим.

103. Что такое табачная зависимость:

- а) индивидуальная особенность организма;

б) хроническое заболевание;

- в) причина к приобщению к курению;

г) специальный термин.

104. К вредным привычкам относятся:

а) курение, алкоголизм, наркомания;

б) только наркомания;

в) только курение;

г) нет правильного ответа.

105. Отрицательные последствия курения:

а) ухудшение зрения;

б) риск заражения СПИДом;

в) расстройства памяти;

г) невроз.

106. К факторам, способствующим курению среди детей, не относится:

а) желание подражать взрослым;

б) тяга к экспериментированию;

в) возрастная экономическая самостоятельность;

г) реклама сигарет.

107. Где должны храниться сильнодействующие и наркотические лекарственные средства:

а) в шкафу на посту;

б) в шкафу в процедурном кабинете;

в) в сейфе в процедурном кабинете;

г) в холодильнике на посту.

108. Назовите наиболее эффективный по охвату метод пропаганды ЗОЖ:

а) лекции;

б) санитарные бюллетени;

в) памятки;

г) СМИ.

109. Укажите метод межведомственного сотрудничества на уровне ПМСП:

а) тренинг;

б) школа здоровья;

в) круглый стол;

г) раздача наглядного материала.

110. Предболезнь – это:

а) сочетание повреждения и приспособительных механизмов;

б) простейшая форма патологического процесса;

в) типовая патологическая реакция организма;

г) состояние, промежуточное между здоровьем и болезнью.

111. Формированию здорового образа жизни мешает:

а) оптимальная двигательная активность;

б) рациональное питание;

в) стрессы в повседневной жизни;

г) соблюдение общественной гигиены.

112. Внешним условием, способствующим возникновению болезни, является:

- а) ранний детский возраст;
- б) измененная наследственность;
- в) аномалии конституции;
- г) **неполноценное питание.**

113. Поведенческие особенности жизни человека это:

- а) условия жизни;
- б) качество жизни;
- в) **стиль жизни;**
- г) уровень жизни.

114. Степень комфорта в удовлетворении потребностей человека – это:

- а) условия жизни;
- б) **качество жизни;**
- в) стиль жизни;
- г) уровень жизни.

115. Экономическая категория, предоставляющая степень удовлетворения материальных, духовных и культурных потребностей человека:

- а) условия жизни;
- б) качество жизни;
- в) стиль жизни;
- г) **уровень жизни.**

116. Какие категории составляют понятие "здоровья":

- а) уровень жизни;
- б) уровень реабилитации;
- в) распространенность инфекционных болезней;
- г) **уровень здоровья.**

117. Под здоровьем понимают такое комфортное состояние человека, при котором:

- а) человек бодр и жизнерадостен;
- б) легко переносятся неблагоприятные климатические и отрицательные экологические условия;
- в) человек обладает высокой работоспособностью, быстро восстанавливается после физических и психических нагрузок;
- г) **наблюдается всё вышеперечисленное.**

118. Личная гигиена включает в себя:

- а) уход за телом и полостью рта, закаливание организма, занятия физической культурой, утреннюю гимнастику;
- б) **организацию рационального суточного режима, закаливание организма, занятия физической культурой, утреннюю гимнастику, уход за телом и полостью рта;**
- в) водные процедуры, домашние дела, прогулки на свежем воздухе;

г) нет верного ответа.

119. Средство физической культуры, применяемое с лечебно-профилактической целью для более быстрого и полноценного восстановления здоровья и предупреждения осложнений заболевания:

а) спортивные соревнования;

б) лечебная физкультура;

в) туризм;

г) подвижные игры.

120. Факторы, вызывающие утомление на производстве:

а) монотонность работы;

б) частые приемы пищи;

в) редкие приемы пищи;

г) курение