

Тестовые задания

Гигиена и экология человека

Тестовые задания

по дисциплине Гигиена и экология человека

для студентов специальности 34.02.01 Сестринское дело, 31.02.01 Лечебное дело

При выполнении заданий этой части выберите один
правильный ответ

Раздел 1. Предмет гигиены и экологии человека

1. Основоположник отечественной гигиены в России:

- а) Доброславин А.П.;
- б) Семашко Н.А.;
- в) Соловьев З.П.;
- г) Чарльз Дарвин.

2. Термин «Экология»:

- а) биогеография;
- б) наука о жилище;
- в) наука о земле;
- г) наука о поведении животных.

3. Абиотический фактор:

- а) паразитизм;
- б) строительство платины на реке;
- в) опыление растений насекомыми;
- г) солнечный свет.

4. Имя ученого, первым предложившего термин «экология»:

- а) Гумбольдт;
- б) Дарвин;
- в) Геккель;
- г) Энглер.

5. Термин «гигиена»:

- а) наука о жилище;
- б) наука о форме и строении человека;
- в) наука о правильном и рациональном образе жизни;
- г) наука о жизнедеятельности живого организма.

6. Раздел экологии, изучающий факторы среды:

- а) популяционная;
- б) учение об экосистемах;
- в) факториальная экология;
- г) экология организмов.

Раздел 2. Гигиена окружающей среды

7. Причиной кислотных дождей является повышенная концентрация в атмосфере:

- а) окислы серы;
- б) озон;
- в) кислород;
- г) азот.

8. Химическое соединение, в высоких концентрациях вызывающее образование злокачественных опухолей:

- а) окись углерода;
- б) окислы серы;
- в) бенз(а)пирен;
- г) двуокись углерода.

9. Оптимальная относительная влажность воздуха в жилом помещении в %:

- а) 15 – 20 %;
- б) 20 – 30 %;
- в) 40 – 60 %;
- г) 80 – 90 %.

10. Прибор, используемый для непрерывной, автоматической записи температуры воздуха:

- а) барограф;
- б) термограф;
- в) психрометр;
- г) гигрограф.

11. Часть солнечного спектра, оказывающая бактерицидное действие:

- а) видимый свет;
- б) инфракрасные лучи;
- в) ультрафиолетовые лучи;
- г) все части спектра.

12. Источником оксида углерода в воздухе является:

- а) транспорт;
- б) уличная пыль;
- в) дыхание;
- г) промышленное предприятие, выбрасывающее с дымом сернистый газ.

13. Противопоказания к искусственному облучению УФЛ:

- а) активная форма туберкулеза;
- б) заболевания щитовидной железы;
- в) наличие пигментных пятен;
- г) все перечисленное верно.

14. Парниковый эффект связан с повышением концентрации в атмосфере:

- а) окислов серы;
- б) окислов азота;
- в) углекислого газа;
- г) озона.

15. Биологическим действием УФО солнечного спектра является:

- а) угнетающее действие;
- б) витаминообразующее;
- в) снижение остроты зрения;
- г) образование метгемоглобина.

16. Фактор, не влияющий на микроклимат:

- а) освещенность;
- б) температура воздуха;
- в) влажность воздуха;
- г) скорость движения воздуха.

17. К метеотропным заболеваниям относятся:

- а) бронхиальная астма;
- б) гипертоническая болезнь;
- в) ревматизм;
- г) все перечисленное верно.

18. Цифровой показатель концентрации кислорода в атмосфере:

- а) 78%;
- б) 21%;
- в) 0,93 %;
- г) 0,04%.

19. Цифровой показатель кислорода в барокамере:

- а) 16%;
- б) 21%;
- в) 40–60%;
- г) 78%.

20. Химическое соединение в высоких концентрациях вызывающее отек легких:

- а) сероводород;
- б) окислы азота;
- в) фотооксиданты;
- г) углекислый газ.

21. Химическое соединение, вызывающее разрушение озонового слоя:

- а) оксиды серы;
- б) фреоны;
- в) оксиды углерода;
- г) оксиды железа.

22. Антирахитическим действием обладают:

- а) инфракрасные лучи;
- б) синие лучи;
- в) ультрафиолетовые лучи;
- г) красные лучи.

23. Барометр – анероид применяют для оценки:

- а) температуры;
- б) влажности;
- в) скорости движения воздуха;
- г) атмосферного давления.

24. Наибольшее значение в загрязнении воздуха городов в настоящее время играет:

- а) автотранспорт;
- б) отопительные приборы;
- в) промышленные предприятия;
- г) несанкционированные свалки.

25. Соединения серы, находящиеся в воздухе способствуют:

- а) раздражению дыхательных путей;
- б) образованию метгемоглобина;
- в) образованию карбоксигемоглобина;
- г) заболеванию кариесом.

26. Кессонная болезнь возникает в результате изменения концентрации:

- а) азота;
- б) оксида углерода;
- в) соединения серы;
- г) кислорода.

27. Фактор, влияющий на интенсивность естественного УФО являются:

- а) полярная ночь;
- б) солнечная активность;
- в) низкое стояние солнца над горизонтом;
- г) пасмурная погода.

28. Показания для искусственного УФО с профилактической целью:

- а) активной формы туберкулеза;
- б) заболевания щитовидной железы;
- в) наличие пигментных пятен;
- г) гиповитаминоз «Д»

29. Условия, при которых человек подвергается воздействию повышенного атмосферного давления:

- а) работы при высоких температурах;
- б) водолазные работы;
- в) восхождение в горы;
- г) полеты на летательных аппаратах.

30. Для оценки влажности используют:

- а) термометр;
- б) барометр;
- в) анемометр;
- г) психрометр.

31. Для оценки температурного режима используют:

- а) термометр;
- б) барометр;
- в) анемометр;
- г) катотермометр.

32. Заболевания и состояния человека, при которых применяется лечение в барокамере:

- а) заболевания ССС;
- б) кессонная болезнь;
- в) бронхиальная астма;
- г) все перечисленное верно.

33. Цифровой показатель концентрации азота в атмосфере:

- а) 4 %;
- б) 16 %;
- в) 78 %;
- г) 0,93 %.

34. Виды действия соединений серы, находящихся в воздухе городов, на организм человека:

- а) канцерогенное;
- б) раздражающее дыхательные пути;
- в) силикоз;
- г) гонадотропное.

35. Причиной развития у человека метгемоглобинемии может быть внесение в почву:

- а) калийных удобрений;
- б) фосфорных удобрений;
- в) азотных удобрений;
- г) пестицидов.

36. Показатель санитарного состояния почвы:

- а) гигроскопичность;
- б) воздухопроницаемость;
- в) химический состав почвы;
- г) количество яиц гельминтов в грамме почвы.

37. Микроорганизм не образует в почве споры:

- а) возбудитель сибирской язвы;
- б) возбудитель столбняка;
- в) возбудитель дизентерии;
- г) возбудитель ботулизма.

38. Инфекционное заболевание, фактором передачи которого является почва:

- а) сыпной тиф;
- б) грипп;
- в) чесотка;
- г) сибирская язва.

39. Первый этап самоочищения почвы:

- а) образование гумуса;
- б) нитрификация;
- в) минерализация;
- г) оксигенация.

40. Заболевания жителей эндемическим зобом связано:

- а) с повышенным содержанием фтора в почве и воде;
- б) с пониженным содержанием йода в почве и воде;
- в) с повышенным содержанием йода в почве и воде;
- г) с пониженным содержанием фтора в почве и воде.

41. Наличие метгемоглобина в крови связано:

- а) с наличием кислорода в воздухе;
- б) с наличием нитратов в пище и воде;
- в) с наличием диоксида углерода в воздухе;
- г) с наличием углекислого газа в воздухе.

42. Попадание в рану человека загрязненной почвы, может явиться причиной развития:

- а) холеры;
- б) сальмонеллеза;
- в) ботулизма;
- г) газовой гангрены.

43. Показатель санитарного состояния почвы:

- а) количество яиц и куколок мух в 0,25 м²;
- б) гигроскопичность;
- в) воздухопроницаемость;
- г) химический состав почвы.

44. Микроорганизм, образующий в почве споры:

- а) возбудитель брюшного тифа;
- б) возбудитель дифтерии;
- в) возбудитель ботулизма;
- г) возбудитель малярии.

45. Показатель санитарного состояния почвы:

- а) гигроскопичность;
- б) воздухопроницаемость;
- в) химический состав почвы;
- г) количество яиц гельминтов в грамме почвы.

46. Свалки, поля захоронения, компостные поля – это метод обезвреживания твердых отходов:

- а) химический
- б) биологический
- в) механический
- г) физический

47. Заключительная стадия самоочищения почвы:

- а) образование гумуса;
- б) нитрификация;
- в) минерализация;
- г) оксигенация.

48. Заболевания жителей флюорозом связаны:

- а) с повышением содержания фтора в почве и воде;
- б) с понижением содержания йода в воде и почве;
- в) с повышением содержания йода в почве и воде;
- г) с понижением содержания фтора в почве и воде.

49. Недостаток или избыток микроэлементов в почве приводит:

- а) к недостатку или избытку их в организме человека;
- б) нарушению промежуточного обмена веществ;
- в) возникновению заболеваний;
- г) все перечисленное верно.

50. Химическое соединение, входящее в состав питьевой воды, вызывающее диспепсию:

- а) фториды;
- б) сульфаты;
- в) нитраты;
- г) хлориды.

51. Микроэлемент, отсутствие или малое количество которого вызывает заболевание щитовидной железы:

- а) свинца;
- б) селена;
- в) цинка;
- г) йода.

52. Микроэлемент, отсутствие или малое количество которого вызывает анемию (малокровие):

- а) меди;
- б) мышьяка;
- в) железа;
- г) йода.

53. Химическое соединение, используемое в качестве коагулянта при обработке воды:

- а) CuSO_4 ;
- б) KMnO_4 ;
- в) $\text{Al}_2(\text{SO}_4)_3$;
- г) HOCl .

54. Допустимое микробное число питьевой воды:

- а) 50;
- б) 120;
- в) 150;
- г) 200.

55. Употребление воды с высоким содержанием хлоридов вызывает:

- а) снижение секреции желудка;
- б) повышение температуры тела;
- в) метгемоглобинемию;
- г) кариес.

56. Для питания хозяйственно питьевых водопроводов используют:

- а) атмосферные воды;
- б) воды морей;
- в) воды болот;
- г) открытые водоемы.

57. Летальный исход вызывает потеря организмом количества воды (в %):

- а) 3 – 5 %;
- б) 7 – 10 %;
- в) 15 – 20 %;
- г) 25 – 30 %.

58. Норма водопотребления в полностью канализованных крупных населенных пунктах:

- а) 250 – 350 л/сутки;
- б) 40 – 60 л/сутки;
- в) 170 л/сутки;
- г) 10 л/сутки.

59. Основной источник йода для человека:

- а) пища;
- б) вода;
- в) воздух;
- г) все перечисленное верно.

60. Ионы, обуславливающие жесткость воды:

- а) железо, хлор;
- б) кальций, магний;
- в) натрий, кальций;
- г) медь, магний.

61. Какова оптимальная жесткость воды:

- а) 3,5 мг экв/л;
- б) 7,0 мг экв/л;
- в) 10 мг экв/л;
- г) 14 мг экв/л.

62. Химические соединения, вызывающие метгемоглобинемию:

- а) хлориды;
- б) нитраты;
- в) сульфаты;
- г) фториды.

63. Микроэлемент, недостаток которого приводит к возникновению эндемического зоба:

- а) цинка;
- б) меди;
- в) мышьяка;
- г) йода.

64. Жесткая вода имеет следующие свойства:

- а) может привести к отекам;
- б) повышает аппетит;
- в) замедляет приготовление пищи;
- г) влияет на сердечную деятельность.

65. Вещества, характеризующие загрязнение воды белковыми органическими соединениями:

- а) хлориды;
- б) фтор;
- в) нитриты;
- г) селен.

66. Метод осветления воды:

- а) озонирование;
- б) кипячение;
- в) фильтрация;
- г) хлорирование.

67. Преимущество озона перед хлором при обеззараживании воды:

- а) осветляет воду;
- б) охлаждает воду;
- в) более эффективен по отношению к патогенным простейшим;
- г) более дешевый способ.

68. Основной источник фтора для человека:

- а) пища;
- б) вода;
- в) воздух.

Раздел 3. Урбэкология. Гигиенические требования к окружающей среде в жилых и общественных зданиях.

69. Строительные материалы должны обладать:

- а) низкой теплопроводимостью и высокой воздухопроводимостью;
- б) высокой теплопроводимостью и низкой воздухопроводимостью;
- в) высокой теплопроводимостью и высокой воздухопроводимостью.

70. Для обеспечения теплового комфорта жилища для человека имеют важное значение следующие показатели:

- а) температура воздуха и величина перепадов температуры по горизонтали и высоте помещения, температура внутренних поверхностей стен;
- б) температура воздуха и величина перепадов температуры по высоте;
- в) влажность воздуха жилого помещения.

71. Рекомендуемая ориентация жилых помещений Зауралья:

- а) северная;
- б) юго-восточная;
- в) северо-западная;
- г) северо-восточная.

72. В палатах ЛПУ целесообразны системы отопления типа:

- а) водяного;
- б) парового;
- в) панельного;
- г) воздушного.

73. Оптимальные нормативы микроклимата жилищ:

- а) не зависят от возраста и климатического района;
- б) не зависят от возраста и зависят от климатического района;
- в) зависят от возраста и не зависят от климатического района.

74. С гигиенической точки зрения, оптимальной системой отопления жилых помещений, являются:

- а) воздушное;
- б) панельное;
- в) водяное;
- г) паровое.

75. Микроклимат помещений характеризуется следующим показателем:

- а) температурой воздуха;
- б) атмосферным давлением;
- в) химическим составом воздуха;
- г) освещенностью.

76. Рекомендуемая ориентация окон операционных:

- а) южная;
- б) северная;
- в) восточная;
- г) западная.

77. Требования, предъявляемые к искусственному освещению:

- а) соответствовать назначению помещения;
- б) быть достаточным, регулируемым и безопасным;
- в) не оказывать слепящего действия;
- г) все перечисленное верно.

78. Отрицательная сторона урбанизации:

- а) коммунальное благоустройство
- б) высокий уровень культуры
- в) интенсивное загрязнение воздушной среды
- г) высокий экономический потенциал

79. Положительная сторона урбанизации:

- а) интенсивное загрязнение окружающей среды
- б) изменение микроклиматических условий
- в) высокий уровень культуры
- г) уменьшение интенсивности солнечной радиации

80. Основные принципы градостроительства:

- а) зонирование территорий населенного пункта
- б) оптимальный выбор территории
- в) учет розы ветров
- г) все перечисленное

81. Не относят к видам загрязнения окружающей среды:

- а) природное
- б) физическое
- в) биологическое
- г) химическое

82. К физическому загрязнению окружающей среды относятся:

- а) тепловое
- б) шумовое
- в) электромагнитное
- г) все перечисленное

83. Планировочные мероприятия по охране окружающей среды включают в себя:

- а) создание санитарно-защитной зоны
- б) создание малоотходных технологий
- в) замену вредных веществ менее вредными
- г) природоохранительное законодательство

84. Не относится к функциям, выполняющим зелеными насаждениями:

- а) улучшают микроклимат
- б) поглощают углекислый газ и другие токсины
- в) усиливают солнечную радиацию
- г) придают эстетичность

85. Промышленную зону размещают:

- а) с подветренной стороны по отношению к жилой зоне
- б) на расстоянии от жилой зоны
- в) ниже жилой зоны по течению реки
- г) все перечисленное

86. Предельно-допустимое содержание CO₂ в жилом помещении не должно превышать:

- а) 0,1 %
- б) 1%
- в) 2%
- г) 0,5 %

88. Индикаторный показатель оценки эффективности вентиляции жилых зданий:

- а) двуокись углерода
- б) пыль
- в) микроорганизмы
- г) излучения

87.Естественная вентиляция- это воздухообмен, происходящий под влиянием:

- а) влажности
- б) разницы давлений
- в) ветрового напора
- г) разницы температур наружного и комнатного воздуха

89.Световой коэффициент- это:

- а) отношение незастекленной поверхности окон к площади пола в помещении
- б) отношение застекленной поверхности окон к площади пола
- в) отношение не застекленной поверхности окон к земле
- г) отношение площади пола помещений к застекленной поверхности окон

90. Гигиеническая норма КЕО в жилых помещениях

- а) не менее 1,5 %
- б) не более 2%
- в) не менее 0,5 %
- г) не более 5%

91. Единицей измерения КЕО являются:

- а) дроби
- б) проценты

Раздел 4. Экологические и гигиенические проблемы питания.

92.Суточная потребность человека в белке (в г) в сутки:

- а) 15 – 20;
- б) 30 – 40;
- в) 50 – 70;
- г) 80 – 100.

93.Суточная потребность человека в углеводах (в г) в сутки:

- а) 50 – 80;
- б) 150 – 200;
- в) 350 – 400;
- г) 500 – 700.

94.Соотношение белков, жиров и углеводов в рационе людей, занимающихся тяжелым физическим трудом:

- а) 1 – 0,8 – 3;
- б) 1 – 1,3 – 6;
- в) 1 – 1 – 4;
- г) 1 – 1 – 5.

95.Отметьте правильное утверждение:

- а) Токсикоинфекция чаще возникает при массовом обсеменении продуктов микроорганизмами;
- б) Токсикоинфекция чаще возникает при попадании в продукты и блюда единичных микроорганизмов

96.Витамина «С» больше всего содержится:

- а) в капусте;
- б) в моркови;
- в) в черной смородине;
- г) в шиповнике.

97. Болезнь «бери – бери» возникает при недостатке в организме витамина:
- а) В1 (тиамин);
 - б) РР (никотиновая кислота);
 - в) D (кальциферол);
 - г) К (филлохинон).
98. Отметьте правильное утверждение:
- а) При загрязнении почвы нитратами наиболее высокая их концентрация возникает в листьях капусты;
 - б) При загрязнении почвы нитратами наиболее высокая их концентрация возникает в капустной кочерыжке
99. Продукт, являющийся основным источником фосфора:
- а) курага, урюк;
 - б) горох, фасоль;
 - в) рыба;
 - г) печень говяжья, яйца.
100. Основная биологическая роль углеводов:
- а) являются источником энергии;
 - б) являются структурными элементами клеток и тканей;
 - в) играют защитную роль;
 - г) являются источником витаминов.
101. Условия, способствующие разрушению витамина «С» в продуктах:
- а) щелочная среда;
 - б) кислая среда;
 - в) кислород;
 - г) хранение в герметичной таре.
102. Витамин «С» сохраняется лучше:
- а) при приготовлении пюре;
 - б) жарение в жире;
 - в) при варке в «кожуре»;
 - г) закладка при варке в холодную воду.
103. Симптомы «расстройство зрения, невозможность глотания», относится к группе:
- а) ботулизм;
 - б) болезни пищевой неадекватности;
 - в) энзимопатии;
 - г) болезни избыточного веса.
104. Продукт, вызывающий отравление соланином:
- а) мухомор;
 - б) белена черная;
 - в) проросший, позеленевший картофель;
 - г) «пьяный хлеб».
105. Возбудитель пищевых токсикоинфекций:
- а) возбудитель ботулизма;
 - б) возбудитель туберкулеза;
 - в) кишечная палочка;
 - г) возбудитель дифтерии.

106.Продукт являющийся источником витамина В1:

- а) квашеная капуста;
- б) рыба;
- в) сливочное масло;
- г) хлеб.

107.Отметьте правильное утверждение:

- а) ботулизм возникает при употреблении жареных грибов;
- б) ботулизм возникает при употреблении консервированных грибов.

108.Отметьте правильное утверждение:

- а) токсикоинфекции чаще возникают при массивном обсеменении продуктов микроорганизмами;
- б) токсикоинфекции чаще возникают при попадании в продукты и блюда единичных микроорганизмов.

109.Суточная потребность человека в жире (в г) в сутки составляет:

- а) 30–40;
- б) 50–70;
- в) 80–100;
- г) 100–120.

110.Основная, функциональная роль белков как питательных веществ:

- а) энергетическая;
- б) запасная;
- в) литическая;
- г) каталитическая.

111.Соотношение белков, жиров и углеводов в рационе людей, занимающихся умственным трудом:

- а) 1–1–5;
- б) 1–1–4;
- в) 1–0,8–3;
- г) 1–1,3–6.

112.Появление на коже и слизистых трещин, является признаком гиповитаминоза:

- а) тиамин (В1);
- б) рибофлавин (В2);
- в) никотиновой кислоты (РР);
- г) токоферол (Е).

113.Недостаток витамина «А» в организме вызывает:

- а) снижение прочности костей;
- б) «куриную слепоту»;
- в) порозность капилляров;
- г) снижает свертываемость крови.

114.Продукт, являющийся источником витамина «А»:

- а) рыба;
- б) сыр;
- в) сливочное масло;
- г) все перечисленное.

115.Источником кальция в пище является:

- а) творог;
- б) печень говяжья;
- в) картофель;
- г) изюм.

116.Основная биологическая роль жиров:

- а) источник энергии;
- б) источник фосфатов и жирных кислот;
- в) источник жирорастворимых витаминов;
- г) источник витаминов группы «в».

117.Оптимальное распределение калорийности пищи в % (при 3 – х разовом питании):

- а) 30–45–25;
- б) 15–50–35;
- в) 20–60–20;
- г) 25–50–25.

118.Потеря витамина «С» при кулинарной обработке составляет (в %):

- а) 10–15 %;
- б) 30 %;
- в) 40 %;
- г) 50 %.

119.Какое заболевание возникает при употреблении перезимовавшего под снегом зерна:

- а) алиментарно-токсическая алейкия;
- б) эрготизм;
- в) ботулизм;
- г) афлатоксикоз.

120.Корень растения (сладкого вкуса, ароматный) содержащий ядовитое вещество цикутотоксин:

- а) белена черная;
- б) белладонна;
- в) вех ядовитый;
- г) болиголов пятнистый.

121.Продукт чаще всего являющийся причиной ботулизма:

- а) молоко;
- б) овощные консервы;
- в) сухофрукты;
- г) сливочный крем.

122.Продукты, являющиеся источниками железа:

- а) творог;
- б) печень;
- в) рыба;
- г) изюм.

123. Продукт, содержащий полноценный белок:

- а) квашеная капуста;
- б) гранат;
- в) сливочное масло;
- г) мясо.

124. Температура, необходимая для хранения молочных продуктов:

- а) -2°C ;
- б) -20°C ;
- в) $+4^{\circ}\text{C}$ - $+6^{\circ}\text{C}$;
- г) 0°C .

125. Продукты и блюда, при неправильном хранении которых, может возникнуть стафилококковое отравление:

- а) консервированные огурцы;
- б) орехи;
- в) творог;
- г) ядовитые грибы.

126. Стафилококковое отравление чаще протекает:

- а) с понижением артериального давления и температуры;
- б) с субфебрильной температурой.

127. Количество и качество питания зависит:

- а) от возраста;
- б) пола;
- в) климатических условий;
- г) все перечисленное верно.

128. Потребность людей в витамине «С» значительно увеличивается при:

- а) инфекционных заболеваниях;
- б) туберкулезе;
- в) болезнях ЖКТ;
- г) все перечисленное верно.

Раздел 5. Влияние производственных факторов на состояние здоровья и жизнедеятельность человека.

129. Средство индивидуальной профилактики пневмокониозов:

- а) респираторы;
- б) очки;
- в) рукавицы;
- г) вытяжные устройства на рабочем месте.

130. Меры профилактики профессиональных отравлений:

- а) контроль, над состоянием воздушной среды в воздухе рабочей зоны;
- б) автоматизация и герметизация вредных производственных процессов;
- в) гигиеническая стандартизация сырья и готовых материалов;
- г) все перечисленное верно.

131. Вид излучения, обладающий самой высокой проникающей способностью:

- а) α -излучение;
- б) β -излучение;
- в) рентгеновское излучение;
- г) все перечисленное верно.

132. Принцип защиты при работе с радиоактивными веществами в закрытой зоне:

- а) защита количеством и временем;
- б) использование индивидуальных средств защиты;
- в) все перечисленное верно.

133. К общим мерам по профилактике шума на производстве относятся:

- а) изменение технологии производств;
- б) индивидуальные средства защиты;
- в) герметизация;
- г) все перечисленное верно.

134. Производственные источники вибрации:

- а) погружение на большие глубины;
- б) работа при высоких температурах;
- в) формы для виброуплотнения бетона;
- г) работа с химическими веществами.

135. При вибрационной болезни в первую очередь поражаются:

- а) капилляры кончиков пальцев;
- б) сосуды мозга;
- в) центральная нервная система;
- г) сердечно – сосудистая система.

136. Общие меры профилактики пневмокониозов:

- а) механизация и автоматизация;
- б) контроль за ПДК окиси углерода в воздухе помещения для работы;
- в) сухое бурение;
- г) нормальное освещение на рабочем месте.

137. Наиболее опасный путь поступления ядов в организм на производстве является

- а) желудочно-кишечный тракт;
- б) дыхательные пути;
- в) кожные покровы;
- г) слизистые оболочки рта, глаз.

138. Выведение из организма токсических веществ, хорошо растворимых в воде, осуществляется через:

- а) ЖКТ;
- б) почки;
- в) органы дыхания.

139. Орган, имеющий важное значение, в дезинтоксикации и трансформации химических соединений в организм

- а) кишечник;
- б) печень;
- в) железы внутренней секреции;
- г) костная ткань.

140. Индивидуальные средства защиты от шума:

- а) противогаз;
- б) защитные очки;
- в) наушники.

141. Производственный шум воздействует:

- а) на слуховой аппарат;
- б) на ЖКТ;
- в) на кожные покровы;
- г) костно-мышечную систему.

142. Общие меры профилактики вибрационной болезни:

- а) технический контроль вентиляции;
- б) установка ПДК загазованности;
- в) влажная уборка;
- г) применение пультов.

143. При поражении дыхательной системы производственной пылью имеют значение:

- а) размер пылевых частиц;
- б) растворимость пылевых частиц;
- в) химическая структура;
- г) все перечисленное верно.

144. Влияние производственной пыли на организм проявляется в возникновении:

- а) бронхитов;
- б) пневмокониозов;
- в) аллергических проявлений;
- г) все перечисленное верно.

145. Вредное влияние производственной пыли зависит:

- а) от концентрации пыли в воздухе;
- б) длительности действия в течение смены;
- в) длительности действия профессионального стажа;
- г) все перечисленное верно.

146. Утомление – это процесс:

- а) физиологический
- б) патологический
- в) химический
- г) физический

Раздел 6. Гигиена детей и подростков.

147. Для гигиенической оценки физкультурных занятий с детьми используются следующие показатели:

- а) общая продолжительность и структура занятия;
- б) общая и моторная плотность занятия;
- в) показатели реакции организма на физическую нагрузку;
- г) все перечисленное верно.

148. Не относится к гигиеническим требованиям в одежде:

- а) сохранение теплового комфорта;
- б) не затруднять движений человека;
- в) быть модной;
- г) легко очищаться от загрязнений.

149. Основные принципы закаливания:

- а) учет состояния здоровья и степени закаленности;
- б) постепенность;
- в) комплексность;
- г) все перечисленное верно.

150. Состав помещений групповой ячейки детского сада:

- а) игровая – столовая;
- б) групповая с буфетной;
- в) раздевалка;
- г) все перечисленное верно.

151. Особенность построения урока в начальной школе:

- а) разнообразие видов деятельности;
- б) наглядность;
- в) проведение физкультминутки;
- г) все перечисленное верно.

152. Условие, способствующее развитию близорукости у детей и подростков:

- а) недостаточность освещения рабочего места;
- б) правильная ориентация окон;
- в) наличие арматуры на лампах;
- г) достаточное освещение.

153. Основные гигиенические требования в классной комнате к освещенности:

- а) ориентация: юг, юго-восток, восток;
- б) ориентация запад, юго-запад;
- в) ориентация на север;
- г) установка цветных стекол.

154. Санитарно – эпидемиологический надзор за условиями обучения детей включает:

- а) гигиеническую оценку состояния школьных зданий (достаточность площадей, степень благоустройства);
- б) оценку соблюдения норм учебной нагрузки;
- в) оценку режима учебного дня;
- г) контроль организации медицинского обеспечения школ;
- д) все перечисленное верно.

155.Элемент, не являющийся основным в гигиенической рациональности организации урока в старших классах:

- а) плотность урока;
- б) количество продолжительности и чередования видов деятельности;
- в) применение ТСО;
- г) наличие физкультурных минуток.

156.Общие требования, предъявляемые к школьной мебели:

- а) соответствие росту учащихся;
- б) окраска в светлых тонах;
- в) легкость;

157.Основные гигиенические требования к мастерским:

- а) достаточная площадь;
- б) изолированное размещение;
- в) достаточное освещение;
- г) правильная вентиляция;
- д) все перечисленное верно.

158.Составные элементы участка детского сада:

- а) групповые площадки;
- б) сад – огород – ягодник;
- в) зона отдыха;
- г) все перечисленное верно.

159.Режим дня и учебных занятий должен соответствовать гигиеническим нормам:

- а) длительности сна;
- б) бодрствования разных возрастных групп;
- в) проведение занятий и оздоровительных мероприятий;
- г) все перечисленное верно.

160.Ускорение темпов роста и развития детей называется:

- а) гипоплазия;
- б) дистрофия;
- в) ожирение;
- г) акселерация.

Раздел 7. Здоровый образ жизни и личная гигиена.

161.Элементы здорового образа жизни:

- а) рациональное питание;
- б) отсутствие вредных привычек;
- в) занятия физической культурой;
- г) все перечисленное верно.

162.Доля значения образа жизни в формировании здоровья населения:

- а) 49 – 53%
- б) 10%
- в) 20%

163. Понятие «Гигиеническое воспитание» – это:

- а) теория и практика оформления, сохранения и укрепления здоровья индивида
- б) закономерности влияния факторов среды на здоровье людей

164. Объект гигиенического воспитания – это:

- а) внешняя среда
- б) здоровый человек

165. Факторы, влияющие на здоровье:

- а) генетические предпосылки
- б) особенности питания
- в) личная гигиена
- г) адекватная самооценка
- д) все перечисленное

166. По определению ВОЗ здоровье – это:

- а) отсутствие болезней
- б) нормальное функционирование систем организма
- в) состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и дефектов физического развития
- г) состояние организма человека, когда функции его органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения

167. Фактор, оказывающий наибольшее влияние на формирование здоровья населения:

- а) образ жизни
- б) уровень и качество медицинской помощи
- в) наследственность
- г) окружающая среда

168. Первичная медико-социальная помощь (ПМСП) ориентирует личность в вопросах здоровья:

- а) на пассивное воспитание
- б) на личную ответственность

169. Здоровье человека зависит от его образа жизни на:

- а) 50%
- б) 20%
- в) 10%

170. Пути улучшения качества оказания медицинской помощи населению:

- а) создание крупных больниц, диагностических центров
- б) увеличение сроков обучения медицинских работников
- в) обеспечение условий для здорового образа жизни

171. Понятие «низкая физическая активность» (гиподинамия) включает в себя:

- а) отказ от занятий спортом
- б) занятия в группах здоровья
- в) малоподвижную деятельность на протяжении более чем 50% времени

172. Принцип систематичности:

- а) предусматривает постоянный, регулярный характер его осуществления
- б) выражает его направленность на повышение активности личности, группы лиц

173. Принцип стимулирования сознательности и активности:

- а) предусматривает постоянный, регулярный характер его осуществления
- б) выражает его направленность на повышение активности личности, группы лиц

174. Принцип актуальности:

- а) ориентирует на наиболее важную и своевременную гигиеническую информацию
- б) предусматривает выделение основных этапов и их логической преемственности

175. Принцип последовательности:

- а) ориентирует на наиболее важную и своевременную гигиеническую информацию
- б) предусматривает выделение основных этапов и их логической преемственности

176. Цель гигиенического воспитания – восполнить:

- а) отсутствующие умения и навыки здорового безопасного образа жизни
- б) социальную политику по увеличению потенциала здоровья

177. Профилактика заболеваний и укрепление здоровья – цель гигиенического воспитания:

- а) ближайшая
- б) долгосрочная

178. Медицинская сестра в своей профессиональной деятельности занимается обучением:

- а) пациентов и их семей
- б) студентов-практикантов
- в) младшего медперсонала
- г) коллег
- д) все перечисленное

179. Медицинский работник по гигиеническому воспитанию проводит:

- а) лекции
- б) беседы
- в) кружковую работу

180. Гигиеническое воспитание проводится:

- а) в поликлинике
- б) на участке
- в) в инфекционном очаге на дому
- г) все перечисленное

181. Показанием для облучения искусственными УФ лучами являются:

- а) работа в условиях повышенного атмосферного давления
- б) работа в условиях пониженного атмосферного давления
- в) при гиповитаминозе витамина Д
- г) с целью косметического эффекта

