***Διδάσκουσα. Κωνσταντίνα Σταθοπούλου ΠΕ.87.09 Βρεφονηπιοκομίας – ΠΕ.23 Ψυχολόγος- Τμήμα Ψυχολογίας Πανεπιστημίου Κρήτης– MSc (Επιστήμες της Αγωγής - Διαταραχές Προφορικού και Γραπτού Λόγου ΕΑΠ-Πανεπιστημίου Θεσσαλίας).***

**ΘΕΜΑ Α**

***Επαναληπτικές ασκήσεις σε όλη την ύλη της Υγιεινής***

**Να χαρακτηρίσετε τις προτάσεις που ακολουθούν με Σ, αν είναι σωστές και Λ, αν είναι Λάθος (Υπάρχουν και ασκήσεις πολλαπλής επιλογής)**

1. Τα ζωϊκής προέλευσης τρόφιμα και τα προϊόντα τους είναι δυνατόν να μεταφέρουν παθογόνους μικροοργανισμούς……
2. Στο νερό υπάρχουν πολλών ειδών μικρόβια……….
3. Με τη χημική εξέταση του νερού διαπιστώνεται η εξακρίβωση μικροβίου………
4. Η χημική εξέταση του νερού γίνεται με την ανάλυση των λεγόμενων δεικτών……………
5. Οι ασθένειες που μεταδίδονται με τα τρόφιμα είναι και οι ασθένειες που έχουν ως αιτία διάφορους μικροοργανισμούς και τις τοξίνες τους………
6. Όταν η υγρασία στα τρόφιμα είναι μεγάλη, δεν ευνοείται η ανάπτυξη μικροοργανισμών………
7. Στην κατηγορία των τροφίμων δεν υπάγονται τα καρυκεύματα και τα ευφραντικά………..
8. Τα φυτικής προέλευσης τρόφιμα μολύνονται από το έδαφος (κοπριά, λιπάσματα, κ.α)………..
9. Το νερό είναι απαραίτητο στοιχείο μετά το οξυγόνο για τη διατήρηση της ζωής……….
10. Τα χλωριούχα άλατα δεν υπάρχουν στο νερό…………
11. Η καλύτερη επένδυση κάθε χώρας αλλά κι ολόκληρης της ανθρωπότητας είναι η διατήρηση και προαγωγή της υγείας των ανθρώπων της………
12. Η υγιεινή καλύπτει όλες τις δραστηριότητες του ανθρώπου από τη στιγμή της γέννησής του μέχρι το θάνατό του……….
13. Κλασσικό παράδειγμα πρωτοβάθμιας πρόληψης αποτελεί ο εμβολιασμός, όπου ο άνθρωπος εμβολιάζεται για να προστατευθεί από τις αντίστοιχες ασθένειες…….
14. Η πρωτοβάθμια πρόληψη είναι η έγκαιρη διάγνωση της ασθένειας, πριν εμφανιστούν τα συμπτώματά της……….
15. Οι σπουδαιότεροι κλάδοι της υγιεινής είναι η Ατομική και η Δημόσια…………..
16. Η κοινωνική υγιεινή είναι κλάδος της υγιεινής που ασχολείται με τους κοινωνικούς μόνο παράγοντες που επιδρούν βλαπτικά στην υγεία του ανθρώπου…….
17. Η ψυχική υγιεινή είναι κλάδος της Ατομικής Υγιεινής………
18. Η δημόσια υγιεινή είναι το σύνολο των μέτρων που εφαρμόζονται από το κράτος με σκοπό την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του πληθυσμού……..
19. Η πρωτοβάθμια πρόληψη είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών……….
20. Ο αλκοολισμός δεν αποτελεί κοινωνικό νόσημα…………
21. ***Πανελλήνιες 2017***
22. Η σωματική άσκηση συμβάλλει στη μείωση της αρτηριακής πίεσης του αίματος……
23. Η αύξηση της πληθυσμιακής ανοσίας δρα προστατευτικά στα άτομα που δεν έχουν ανοσία………….
24. Η πρωτοβάθμια πρόληψη είναι η έγκαιρη διάγνωση της ασθένειας, πριν εμφανιστούν τα συμπτώματά της……………..
25. Η ηπατίτιδα Α ανήκει στα σεξουαλικώς μεταδιδόμενα νοσήματα…………….
26. Τα στερεά απορρίμματα λέγονται λύματα……………….
27. Η ξαφνική εμφάνιση επιδημίας σε μικρό χρονικό διάστημα καλείται: **α.** Ενδημία **β.** Επιδημική έκρηξη **γ.** Πανδημία……………..
28. Ποιο από τα παρακάτω νοσήματα μεταδίδεται με το νερό: **α.** Ηπατίτιδα C **β.** Ψώρα **γ**. Χολέρα………….
29. Υγιεινότερος βόθρος θεωρείται: **α.** Ο σηπτικός **β**. Ο στεγανός **γ.** Ο απορροφητικός………….
30. Για τη μετατροπή της προβιταμίνης D σε βιταμίνη D είναι απαραίτητη: **α.** Η ορατή ακτινοβολία **β**. Η υπεριώδης ακτινοβολία **γ.** Η υπέρυθρη ακτινοβολία………..
31. . Η δοκιμασία (test) Παπανικολάου είναι μέτρο: **α.** Πρωτοβάθμιας πρόληψης **β.** Δευτεροβάθμιας πρόληψης **γ.** Τριτοβάθμιας πρόληψης…………..
32. ***Πανελλήνιες 2018***
33. Η χρησιμοποίηση βελονών και συριγγών μιας χρήσης είναι απαραίτητη για την προφύλαξη από τη μετάδοση της ηπατίτιδας C…………
34. Για την καλή λειτουργία της όρασης είναι απαραίτητη η ορατή ακτινοβολία………..
35. Η αντίδραση του πόσιμου νερού πρέπει να είναι ουδέτερη ως ελαφρά όξινη…………..
36. Οι δημόσιες ή ιδιωτικές επιχειρήσεις με προσωπικό πάνω από 50 άτομα υποχρεούνται να έχουν γιατρό εργασίας……………
37. . Τα μαγειρεμένα φαγητά καλό είναι να συντηρούνται ή σε θερμοκρασία μεγαλύτερη από 60° C, ή μικρότερη από 10° C…………..
38. ***Πανελλήνιες 2019***
39. Μέτρο προφύλαξης για την ηπατίτιδα Α αποτελεί ο κρατικός έλεγχος των οστρακοειδών…………
40. Η λύσσα μεταδίδεται με έμμεση μετάδοση…………..
41. Η επίπτωση είναι το σύνολο των παλιών και νέων κρουσμάτων μιας νόσου…………..
42. . Όταν η υγρασία στα τρόφιμα είναι μεγάλη, ευνοείται η ανάπτυξη μικροοργανισμών…………..
43. Τα νεογνά μολύνονται με σύφιλη κατά τον τοκετό από την συφιλιδική τους μητέρα…………….
44. Για ποια από τις παρακάτω νόσους δεν υπάρχει εμβόλιο; **α.** Ηπατίτιδα Α **β.** Σύφιλη **γ.** Ηπατίτιδα Β **δ**. Κίτρινος πυρετός…………..
45. ***Πανελλήνιες 2020***
46. Ο θερμός αέρας κατακρατεί μικρότερη ποσότητα υδρατμών……………
47. Η καύση των απορριμμάτων δημιουργεί πρόβλημα ατμοσφαιρικής ρύπανσης………….
48. Το γάλα από αιγοπρόβατα, που πάσχουν από μελιταίο πυρετό, περιέχει βρουκέλλες………….
49. Πολλές παθήσεις του στόματος έχουν επίπτωση σε άλλα όργανα του σώματος…………………
50. Ο ιός του AIDS έχει απομονωθεί στον ιδρώτα……………….
51. Ο σηπτικός βόθρος θεωρείται το πιο ανθυγιεινό είδος βόθρου…………….
52. ***Πανελλήνιες 2020 Επαναληπτικές***
53. . Οι ορεσίβιοι παρουσιάζουν διαταραχές λόγω χαμηλής ατμοσφαιρικής πίεσης……………
54. Η Ψυχική Υγιεινή είναι κλάδος της ∆ημόσιας Υγιεινής………………
55. Η ηπατίτιδα Β μεταδίδεται με το αίμα…………….
56. Προληπτική Ιατρική και Υγιεινή είναι ταυτόσημες έννοιες……………..
57. Η αποθήκευση στερεών απορριμμάτων πρέπει να γίνεται σε πλαστικές σακούλες, που αυτοκαταστρέφονται σε 6-12 μήνες μετά την ταφή τους……………..
58. ***Πανελλήνιες 2019 Επαναληπτικές***
59. Η ανίχνευση – screening είναι ο προσυμπτωματικός έλεγχος που εφαρμόζεται σε ατομικό επίπεδο………….
60. Η Πρωτοβάθμια Πρόληψη είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών………………..
61. Τα όρια των διαφόρων κλάδων της Υγιεινής είναι απόλυτα καθορισμένα………..
62. Το δονάκιο της χολέρας στο πόσιμο νερό μπορεί να εξακριβωθεί με τη χημική εξέταση του νερού………….
63. Η καπνομίχλη «τύπου Λονδίνου» χαρακτηρίζεται από υψηλές συγκεντρώσεις διοξειδίου του θείου και καπνού…………..
64. Προαγωγή της υγείας κατά Π.Ο.Υ. είναι η διαδικασία: **α**. λήψης μέτρων για την προστασία της υγείας. **β.** μέσω της οποίας τα άτομα γίνονται ικανά να βελτιώσουν την υγεία τους. **γ.** λήψης μέτρων για την αναστολή εξέλιξης της αρρώστιας. **δ**. εφαρμογής μέτρων για την αποφυγή της ασθένειας.
65. ***Πανελλήνιες 2018 Επαναληπτικές***
66. Η χρησιμοποίηση βελονών και συριγγών μιας χρήσης είναι απαραίτητη για την προφύλαξη από τη μετάδοση της ηπατίτιδας C…………
67. . Για την καλή λειτουργία της όρασης είναι απαραίτητη η ορατή ακτινοβολία………
68. Η αντίδραση του πόσιμου νερού πρέπει να είναι ουδέτερη ως ελαφρά όξινη…………
69. Οι δημόσιες ή ιδιωτικές επιχειρήσεις με προσωπικό πάνω από 50 άτομα υποχρεούνται να έχουν γιατρό εργασίας…………….
70. ε. Τα μαγειρεμένα φαγητά καλό είναι να συντηρούνται ή σε θερμοκρασία μεγαλύτερη από 60° C, ή μικρότερη από 10° C………………….
71. ***Πανελλήνιες 2017 Επαναληπτικές***
72. Το φαινόμενο της όξινης βροχής περιορίζεται στη χώρα όπου δημιουργείται………….
73. Μόλυνση είναι η κατάσταση κατά την οποία οι μικροοργανισμοί αρχίζουν να πολλαπλασιάζονται μέσα στον οργανισμό του ανθρώπου…………..
74. Άτομα με ασυμπτωματική νόσο επηρεάζουν τη συχνότητα των σεξουαλικώς μεταδιδόμενων νοσημάτων…………….
75. Η υπεριώδης ακτινοβολία βοηθά στην επούλωση των τραυμάτων και αυξάνει την άμυνα του οργανισμού……………
76. Όταν η υγρασία στα τρόφιμα είναι μεγάλη, ευνοείται η ανάπτυξη μικροοργανισμών…………….
77. Στο φαινόμενο του θερμοκηπίου συμβάλλει**: α.** Η αύξηση του διοξειδίου του άνθρακα **β.** Η αύξηση του μονοξειδίου του άνθρακα **γ**. Η αύξηση του διοξειδίου του θείου………………

***Καλό Διάβασμα***