

## **OTÁZKY NA PÍSOMNÝ TEST – VŠEOBECNÉ LEKÁRSTVO**

Hygiena detí a mládeže sa zaoberá:

Sledovanie rastu a vývoja detí a mládeže slúži:

Ochrana a podpora zdravia školských detí spočíva:

Medzi protiepidemické opatrenia v detskom kolektívnom zariadení patrí:

Hygienické požiadavky na detské kolektívne zariadenia sú zamerané na:

Obdobie detského veku od 1 do 3 rokov sa označuje ako:

Obdobie detského veku od 3 do 6 rokov sa označuje ako:

Biologický vek sa určuje ako:

Zubný vek sa určuje:

Rastový proces detí a mládeže je:

Sekulárny trend pri hodnotení rastu je:

Súčasťou primárnej prevencie v starostlivosti o zdravie detí je:

Pozitívne ukazovatele zdravia detí sú:

Biologická hodnota bielkovín sa hodnotí podľa:

Dôsledky závažného deficitu bielkovín v strave sú:

Nadmerný príjem bielkovín:

Kyselina olejová je:

Kyselina linolová je:

Najvyšší obsah kyseliny linolovej má:

Peroxidové číslo udáva:

Oxidáciu nenasýtených mastných kyselín urýchľuje:

Medzi nevyužiteľné sacharidy patria:

Potreba sacharidov pre dospelého človeka je:

Laktóza:

Laktózová intolerancia môže byť:

V kauzálnej liečbe laktózovej intolerancie sa uplatňuje:

Zdrojom vlákniny je:

Vláknina:

Liposulubilné vitamíny:

Hydrosolubilné vitamíny:

Významnými zdrojmi vitamínu A sú:

Významnými zdrojmi karoténov sú:

Najviac vitamínu D získava organizmus:

Zdrojom vitamínu B12 je:

Medzi nežiaduce kontaminanty v potravinách zaraďujeme:

K prednostiam vegetariánskej stravy patrí:

Cieľom Národného programu podpory zdravia je:

Hlavné živiny (makronutrienty) sú:

Bielkoviny plnia dôležité funkcie v organizme:

Najväčšiu časť celkového energetického výdaja tvorí:

Esenciálne živiny sú:

Tuky plnia dôležité funkcie v organizme:

Medzi polynenasýtené (polyénové) mastné kyseliny patria:

K využiteľným sacharidom zaraďujeme:

Glykemický index:

Účinok vlákniny v organizme:

Medzi stopové prvky, ktorých denná potreba je v mikrogramoch, zaraďujeme:

Obsah minerálnych látok a stopových prvkov v požívatinách závisí od:

Vitamíny rozpustné v tukoch:

Vitamíny rozpustné vo vode:

K zásadám správneho stravovania patrí:

K alimentárnym nákazám patria:

Odporúčané výživové dávky (OVD):

Cudzorodé látky v požívatinách:

Medzi mikronutričné malnutrície zaradujeme:

Medzi mikronutričné malnutrície nepatrí:

Medzi proteínovo-energetické malnutrície nepatrí:

Na posúdenie výškovo-hmotnostnej proporcionality sa využíva:

Na hodnotenie rozloženia tuku v tele sa využíva:

V preventívnej praxi sa na posúdenie telesnej skladby a množstva tuku najviac používa:

Ktoré meracie metódy dokážu zistiť prítomnosť abdominálnej (centrálnej) obezity?:

InBody (bioimpedančná) analýza:

V ktorej skupine populácie je relatívne najčastejší výskyt podvýživy (6-12 %) vo vyspelých krajinách?:

Zisťovanie globálnej spotreby potravín - bilančná metóda je najlepšia na:

Z hľadiska ochrany zdravia a prevencie obezity u dospelých je vhodné, aby ich energetická bilancia bola dlhodobo:

Optimálny trojpomer energetických substrátov (B : T : S) v strave vysokoškolákov je:

Na posúdenie individuálneho stravovania je vhodná:

Na výpočet energetickej a biologickej hodnoty stravy sa dajú použiť:

Racionalizácia výživy populácie závisí od:

Podľa ODP (odporúčané dávky potravín) pre obyvateľov SR by sme mali za rok skonzumovať ovocia a ovocných výrobkov približne:

Podľa ODP (odporúčané dávky potravín) pre obyvateľov SR by sme mali za rok skonzumovať mlieka a mliečnych výrobkov približne:

Zdravotné pôsobenie ovocia a zeleniny:

Odporúčaný pomer nenasýtených mastných kyselín n-6 : n-3 v strave je:

Eikosanoidy n-3 majú:

V oblastiach s endemickým výskytom strumy sa na zlepšenie saturácie obyvateľstva jódom môže využívať:

Najbohatším prírodným zdrojom jódu pre človeka je:

Pri hodnotení zdravotno-výživového stavu populácie sa nikdy nepoužívajú:

Body mass index vyjadruje vzorec:

Anémie z nedostatočného príjmu železa stravou ohrozujú najmä:

ODP – odporúčané dávky potravín:

Program ozdravenia výživy obyvateľstva SR:

V súčasnosti patria medzi prevládajúce trendy v spotrebe potravín na Slovensku:

Problematika rizikových faktorov v zdravotníckych zariadeniach sa týka:

Zónovanie operačného traktu sa týka:

Prevenia nozokomiálnych nákaz:

Medzi zásady prevencie vzniku nozokomiálnych nákaz patrí:

Bežný hygienický dozor v zdravotníckych zariadeniach je zameraný na hodnotenie:

Operačné odbory liečebno-preventívnej starostlivosti:

Hygienicko-protiepidemický režim na lôžkových oddeleniach je ovplyvňovaný:

K zmierneniu príznakov syndrómu z nezdravých budov prispieva:

Hluk definujeme ako:

Najškodlivejšie účinky na vnútorné ucho človeka má hluk:

Vegetatívne účinky hluku sa objavujú v pásme:

Poškodenie sluchu spôsobuje hluk:

K nesluchovým účinkom hluku patria:

K negatívnym účinkom UV žiarenia patrí:

K negatívnym účinkom IR žiarenia patrí:

Najcitlivejším orgánom na laserové žiarenie je:

Najškodlivejšie pre sietnicu je laserové žiarenie emitované v oblasti vlnových dĺžok:

K orgánom a tkanivám najviac citlivým na ionizujúce žiarenie nepatrí:

Fibrogénny účinok má prach s obsahom:

Účinok látky s toxickým účinkom závisí od:

Azbest je zaradený ako:

Azbest môže spôsobiť:

Pri organizácii práce (režime práce a odpočinku) v pracovnom procese je potrebné prihliadať najmä na:

Najvyššia výkonnosť človeka je:

Tepelno-vlhkostná mikroklíma zahŕňa tieto faktory:

K opatreniam na ochranu zdravia pracovníkov patria:

K zdraviu škodlivým fyzikálnym faktorom v pracovnom prostredí patrí:

V prevencii poškodenia zdravia pracovníkov pri práci v horúcom prostredí sa uplatňuje:

Oslnenie je:

Hluk je:

Hluk môže organizmu človeka spôsobiť:

Účinky hluku na sluchový orgán zhoršujú:

Ochrana pracovníkov pred hlukom na pracovisku sa uskutočňuje:

Pracovníci exponovaní vibráciám majú častejší výskyt:

K biologicky najvýznamnejším druhom neionizujúceho žiarenia patrí:

Ultrafialové žiarenie postihuje najmä:

Ochrana pracovníkov pred infračerveným žiarením spočíva najmä:

Práca so zobrazovacími jednotkami znamená záťaž predovšetkým:

Na posúdenie účinkov prachu na organizmus pracovníka je potrebné poznať:

Chemické faktory v pracovnom prostredí sa do organizmu dostávajú:

Biologické expozičné testy slúžia na:

V zdravotníckych zariadeniach sa nesmie fajčiť:

K biologickým faktorom v pracovnom prostredí patria:

Poškodenie zdravia pracovníka z práce môže byť:

Primárna prevencia predstavuje súbor opatrení:

Sekundárna prevencia predstavuje súbor opatrení:

Prevalenciu chronických chorôb v populácii neovplyvňuje:

Cieľom Framinghamskej štúdie bolo:

Štúdia siedmich krajín potvrdila:

K faktorom výživy, ktoré prispievajú k zníženiu TK, patrí:

K prevencii nádorových chorôb prispieva:

K najčastejším nádorovým ochoreniam v SR u mužov patrí:

K najčastejším nádorovým ochoreniam v SR u žien patrí:

Z uvedených faktorov sa na onkologickej mortalite podieľajú najviac:

Karcinogézu podporujú:

V prevencii rakoviny sa uplatňuje:

V prevencii zhubných nádorov tráviaceho traktu sa odporúča:

K potravinám s (možným) karcinogénnym účinkom sa zaraďujú:

K rizikovým faktorom zhubných nádorov dýchacieho systému sa zaraďuje:

Medzi skrínigové testy v rámci sekundárnej prevencie zhubných nádorov nepatrí:

V rámci diabetickej diéty sa odporúča:

Medzi nutrienty pozitívne ovplyvňujúce kostný metabolizmus patrí:

Medzi nutrienty negatívne ovplyvňujúce kostný metabolizmus patrí:

K rizikovým faktorom vzniku chronickej obštrukčnej choroby pľúc patrí:

S fajčením nesúvisia tieto ochorenia:

K najdôležitejším ovplyvniteľným rizikovým faktorom kardiovaskulárnych ochorení patrí:

V primárnej prevencii kardiovaskulárnych ochorení je najefektívnejší postup:

V primárnej prevencii kardiovaskulárnych chorôb sa uplatňuje:

V primárnej prevencii hypertenzie sa uplatňuje:

Primárna prevencia nádorových ochorení sa zameriava na:

Fajčenie tabaku:

Nadmerné požívanie alkoholických nápojov má negatívne účinky na:

Ku kontaminantom v požívatinách zaraďujeme:

K neovplyvniteľným rizikovým faktorom kardiovaskulárnych ochorení patria:

Na kardiovaskulárne ochorenia zomiera v SR ročne:

Celková úmrtnosť na kardiovaskulárne choroby je v SR najvyššia:

Najvyššiu štandardizovanú kardiovaskulárnu úmrtnosť v EÚ majú v súčasnosti krajiny:

Najväčší pokles v kardiovaskulárnej úmrtnosti zaznamenalo za posledných 40 rokov:

Populačná stratégia v prevencii kardiovaskulárnych ochorení znamená:

Sekundárna prevencia kardiovaskulárnych ochorení znamená:

Framinghamská štúdia sa začala robiť:

Projekt CINDI je:

Projekt MONICA je:

Do projektu CINDI:

Kardiovaskulárny program (KVP):

V SR sa uskutočnili/uskutočňujú tieto programy:

Projekt Severná Karélie:

Stravovacie zvyklosti v Severnej Karélii sa v rámci Projektu Severná Karélie zmenili takto:

Podľa WHO elimináciou rizikových faktorov sa dá predísť:

V populačnej stratégii prevencie kardiovaskulárnych ochorení sú v popredí záujmu rizikové faktory:

Na poklese úmrtnosti na kardiovaskulárne ochorenia má najväčší podiel:

Pre výpočet celkového kardiovaskulárneho rizika podľa modelu SCORE 2 je potrebné poznať:

Pre zníženie celkového kardiovaskulárneho rizika má najväčší význam:

Vysoké celkové kardiovaskulárne riziko majú osoby:

Najvýznamnejšie tri rizikové faktory kardiovaskulárnych chorôb sú:

Cieľové hodnoty TK pri liečbe hypertenzie sú:

K rizikovým faktorom hypertenzie patrí:

K rizikovým faktorom hypertenzie nepatrí:

Za vysoký príjem soli z potravy je zodpovedná najmä konzumácia:

Človek si jedlo prisáľať:

Optimálne hodnoty krvného tlaku sú:

Normálna hladina celkového cholesterolu v krvi predstavuje:

Normálna hladina celkového cholesterolu v dospeljej populácii je:

Účinky fajčenia na kardiovaskulárny systém sú:

Obézne osoby majú:

Pravidelná aeróbna telesná aktivita:

K psychosociálnym rizikovým faktorom kardiovaskulárnych chorôb nepatrí:

Pre typ správania A je charakteristické:

Optimálny denný počet jedál je:

Najhorší komplexný vplyv na hladiny krvných lipidov má:

Trans-mastné kyseliny v potrave spôsobujú:

Trans-mastné kyseliny patria do skupiny:

Trans-mastné kyseliny sa nachádzajú:

Trans-mastné kyseliny sa nenachádzajú:

Trans-mastné kyseliny vznikajú:

Kyselina linolová patrí do skupiny:

Najviac kyseliny linolovej sa nachádza:

Najviac nasýtených mastných kyselín sa nachádza:

Mastné kyseliny EPA a DHA patria do skupiny:

Zdrojom mastných kyselín EPA a DHA sú:

Kyselina alfa-linolénova patrí do skupiny:

Cholesterol sa nenachádza:

Cholesterol sa nachádza:

Odporúčané množstvo denného príjmu cholesterolu v potrave je:

Vláknina má v prevencii aterosklerózy význam:

Zdrojom vlákniny v strave sú:

Úlohou antioxidantov v prevencii aterosklerózy je:

K hlavným úlohám vitamínu C v prevencii aterosklerózy patrí:

Tvrdá pitná voda sa považuje za ochranný faktor v prevencii:



K rizikovým nutričným faktorom kardiovaskulárnych ochorení patria:

K ochranným nutričným faktorom kardiovaskulárnych ochorení patria:

K odporúčaným potravinám v protisklerotickej diéte patria:

K nevhodným potravinám v protisklerotickej diéte patria:

K definícii metabolického syndrómu patrí:

Maximálny odporúčaný denný príjem soli je:

Hladinu cholesterolu v krvi najviac zvyšuje príjem:

Všeobecné výživové odporúčania v prevencii nádorových ochorení sú:

V primárnej prevencii osteoporózy je potrebný dostatočný prívod vápnika počas rastu skeletu. Maximálne množstvo kostnej hmoty človek dosiahne vo veku:

Účinok faktorov prostredia na zdravie závisí od:

Účinok faktorov životného prostredia nezávisí od:

Epidemiologická štúdia môže byť:

Pre Sixov extrémny teplomer platí:

Na súvislé zaznamenanie teploty vzduchu sa používa:

Na meranie aktuálnej teploty vzduchu sa môže použiť:

Pomocou Vernon-Joklovho guľového teplomeru sa hodnotí:

Katateplomer:

Koncentráciu tuhých častíc v ovzduší môžeme vyjadriť:

K vodou prenášaným bakteriálnym nákazám patrí:

K vodou prenášaným vírusovým nákazám patrí:

K vodou prenášaným parazitárnym nákazám patrí:

Methemoglobinémiu môže spôsobiť:

Úprava vody na pitnú vodu zahŕňa:

Pre eutrofizáciu platí:

Medzi rizikové odpadové látky patria:

Medzi tuhé emisie patria:

Medzi zdravotné komplikácie spojené s pobytom vo vysokých nadmorských výškach patrí:

Prevenencia chronickej výškovej choroby spočíva v:

Adaptačné mechanizmy na znížený parciálny tlak kyslíka sú:

Účinky vysokofrekvenčného elektromagnetického žiarenia:

K zdravotným rizikám súvisiacim so zmenou klímy patria:

Medzi globálne (atmosférické) dôsledky znečistenia ovzdušia počítame:

UV zložka slnečného žiarenia vyvoláva:

Aerosól je:

Londýnsky typ smogu:

Pri smogovej situácii sa odporúča:

Zvýšené koncentrácie SO<sub>2</sub> (nad 150 µg/m<sup>3</sup>) vo vonkajšom ovzduší spôsobujú:

Škodlivý účinok prachu v ovzduší:

Čistotu ovzdušia vo vnútorných priestoroch zabezpečujeme:

Na ochranu verejných zdrojov podzemnej vody:

Zdravotné riziká z vody predstavujú:

Ochorenia z vody môžu byť vyvolané:

Črevné nákazy vyvoláva:

Methemoglobinémia vzniká:

Pôdne mikroorganizmy:

Assmanov aspiračný psychrometer:

Katateplomer:

Refrigeračná hodnota:

Mikrobiologické vyšetrenie ovzdušia:

Sedimentačná metóda (pri mikrobiologickom vyšetrení ovzdušia):

Aeroskopická metóda (pri mikrobiologickom vyšetrení ovzdušia):

Hodnotenie zdravotných rizík vo vzťahu k životnému prostrediu:

Zeleň v sídelných útvaroch:

Vlhkosť vzduchu meriame:

Pri požiadavkách na tepelno-vlhkostnú mikroklímu zohľadňujeme:

Pasívne fajčenie:

Do stratégie prevencie pasívneho fajčenia patria:

Pre nestochastické účinky ionizujúceho žiarenia platí, že:

Pre stochastické účinky ionizujúceho žiarenia platí, že:

Najdôležitejšie umelé zdroje ionizujúceho žiarenia sú:

Hlavné zdroje prirodzenej rádioaktivity sú:

Medzi nestochastické účinky ionizujúceho žiarenia patria:

Medzi stochastické účinky ionizujúceho žiarenia patria:

Medzi orgány s najvyššou rádiosenzitivitou patrí:

Odporúčané limity ožiarenia pre pracovnú expozíciu:

Havária v Černobyle:

Čím boli spôsobené radiačné havárie v Černobyle a vo Fukušime?:

Ktorá mimoriadna radiačná situácia, pri ktorej došlo k neplánovanému ožiareniu osôb je najzávažnejšia?:

V pracovnom prostredí so zdrojmi ionizujúceho žiarenia je expozícia pracovníkov v súčasnosti kontrolovaná:

Efektívna dávka:

Radiačný váhový faktor:

Tkanivový váhový faktor:

Základné princípy ochrany pred žiarením:

Radón:

V uzavretých objektoch dochádza ku kumulácii radónu, ktorý môže pochádzať?:

Termoluminiscenčný dozimeter: