

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Кафедра общей гигиены, экологии и радиационной медицины

Н. В. КАРТАШЕВА, С. В. КЛИМОВИЧ

**ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ПО ОБЩЕЙ ГИГИЕНЕ:
«ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»,
«ГИГИЕНА ТРУДА», «ГИГИЕНА ПИТАНИЯ»**

**Учебно-методическое пособие
для студентов 2–3 курсов
лечебного и медико-диагностического факультетов
медицинских вузов**

**Гомель
ГомГМУ
2012**

УДК 613.95+613.6+613.2(072)

ББК 51.28+51.23+51.24я7

К 27

Рецензенты:

кандидат медицинских наук, доцент,
заведующая кафедрой патологической физиологии
Гомельского государственного медицинского университета

Т. С. Угольник;

кандидат биологических наук, доцент,
заведующая военной кафедрой
Гомельского государственного медицинского университета

С. А. Анашкина

Карташева, Н. В.

К 27 Тестовые задания по общей гигиене: «Гигиена детей и подростков», «Гигиена труда», «Гигиена питания»: учеб.-метод. пособие для студентов 2–3 курсов лечебного и медико-диагностического факультетов медицинских вузов / Н. В. Карташева, С. В. Климович. — Гомель: учреждение образования «Гомельский государственный медицинский университет», 2012. — 36 с.

ISBN 978-985-506-433-7

Учебно-методическое пособие представляет тестовые задания с ответами по общей гигиене по разделам: «Гигиена детей и подростков», «Гигиена труда», «Гигиена питания». Цель — способствовать лучшему усвоению студентами знаний и умений по данным разделам профилактической медицины, повышению качества учебного процесса и подготовки студентов к экзаменам.

Предназначено для студентов 2–3 курсов лечебного и медико-диагностического факультетов медицинских вузов.

Утверждено и рекомендовано к изданию Центральным учебным научно-методическим советом учреждения образования «Гомельский государственный медицинский университет» 11 апреля 2012 г., протокол № 3.

УДК 613.95+613.6+613.2(072)

ББК 51.28+51.23+51.24я7

ISBN 978-985-506-433-7

© Учреждение образования
«Гомельский государственный
медицинский университет», 2012

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблем формирования и развития детей, условий и факторов трудового процесса, особенностей питания населения на современном этапе развития общества и медицины несомненна. Риск роста числа заболеваний обусловлен повышенным потреблением энергетически богатых продуктов, влиянием неблагоприятных условий труда и быта человека. При этом у населения в целом отмечается пониженный уровень двигательной активности, кабинетно-офисный стиль работы, легковое транспортное передвижение взамен естественного с сохранением прежней модели питания и нарушением основных принципов и законов питания. Гиподинамия сопровождается физиологической мышечной атрофией, снижением адаптационных возможностей организма и ростом числа заболеваний сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, опорно-двигательного аппарата, обменных процессов.

Меры улучшения качества среды закрытых помещений, условий труда и организации рабочего места учитываются на стадии предупредительного санитарного надзора: архитектурно-планировочные, инженерно-технические, технологические, организационные, экологические и правовые мероприятия. Внедряются экологические паспорта предприятий, проводится аттестация не только рабочих мест, но и мест отдыха, учебы, оздоровления, лечения, постоянного или временного размещения и пребывания людей.

Гигиена имеет специфическую, профилактическую направленность – предупредить или ослабить действие вредных и опасных факторов через регламентацию на государственном уровне, предупредительный и текущий санитарный надзор и законодательные акты.

Тестовые задания по общей гигиене по разделам: «Гигиена детей и подростков», «Гигиена питания», «Гигиена труда» позволят студенту оценить свои знания и выявить недочеты по: гигиеническим нормам и правилам размещения, пребывания, условий труда людей в закрытых помещениях различного назначения (лечебных, учебных, производственных) и на открытых площадках по тепловым, световым, воздушным и другим факторам. Также они позволят усвоить основные принципы и законы рационального питания, методы оценки адекватности и статуса питания населения, проводить коррекцию рациона питания населения, что очень важно особенно в детском и подростковом возрасте, т. к. уровень здоровья и основные возможности взрослого организма закладываются именно в этот период.

**ВОПРОСЫ ПО РАЗДЕЛУ:
«ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»**

1. Оптимальная ориентация для классных комнат общеобразовательных школ, школ-интернатов:

Варианты ответа:

- а) север;
- б) запад;
- в) северо-восток;
- г) юго-восток;
- д) юго-запад.

2. Школьная мебель делится на группы с учетом:

Варианты ответа:

- а) возраста детей;
- б) пола детей;
- в) состояния здоровья детей;
- г) длины тела детей;
- д) остроты зрения.

3. Во 2-ю смену санитарными правилами разрешена организация занятий для учащихся:

Варианты ответа:

- а) 1-х классов;
- б) 5-х классов;
- в) 7-х классов;
- г) 11-х классов;
- д) 8-х классов.

4. Гигиенические мероприятия, направленные на профилактику переутомления, целесообразно проводить в фазе:

Варианты ответа:

- а) вработываемости;
- б) устойчивой работоспособности;
- в) снижения работоспособности;
- г) снижения работоспособности — зоне конечного порыва;
- д) снижения работоспособности — зоне прогрессивного падения работоспособности.

5. При обучении старших классов облегченным в расписании учебных занятий должен быть следующий день недели:

Варианты ответа:

- а) понедельник;
- б) вторник;

- в) среда;
- г) четверг;
- д) пятница.

6. Гигиенически эффективным для школьников основной медицинской группы является урок физкультуры, характеризующийся следующими показателями:

Варианты ответа:

- а) моторная плотность — 60 %, максимальный прирост пульса — 50 %, восстановление его к концу урока;
- б) моторная плотность — 80 %, максимальный прирост пульса — 110 %, восстановление его на 3-й минуте после урока;
- в) моторная плотность — 50%, прирост пульса — 100%, восстановление его на 6-й минуте после занятия;
- г) моторная плотность — 75 %;
- д) моторная плотность — 65 %.

7. Распределение школьников на основную, подготовительную и специальную группы физического воспитания осуществляется с учетом:

Варианты ответа:

- а) пола и возраста;
- б) состояния здоровья и физической подготовленности;
- в) желаний учащегося или его родителей;
- г) штатного расписания преподавателей физкультуры;
- д) тяжести течения заболевания.

8. Медицинский контроль организации физического воспитания в образовательных учреждениях не включает:

Варианты ответа:

- а) контроль состояния и динамику здоровья учащихся;
- б) определение группы физического воспитания;
- в) наблюдение за нагрузкой;
- г) контроль условий проведения физического воспитания, профилактику травматизма;
- д) контроль уровня физической подготовленности.

9. Лечебно-профилактическая работа медицинского персонала в оздоровительном лагере не включает:

Варианты ответа:

- а) проведение амбулаторного приема;
- б) проведение профилактических прививок;
- в) наблюдение за состоянием здоровья детей;
- г) контроль санитарного состояния помещений, организации питания;
- д) работу по гигиеническому воспитанию детей и подростков.

10. К закономерностям роста и развития организма детей не относится:

Варианты ответа:

- а) неравномерность роста и развития;
- б) увеличение удельных энергозатрат организма с возрастом;
- в) гетерохронность роста и развития;
- г) половой диморфизм;
- д) обусловленность роста и развития наследственными и средовыми факторами.

11. К какой группе здоровья относится ребенок, если при врачебном осмотре с участием специалистов у него диагностировано: сутуловатая осанка, физическое и психическое развитие соответствует возрасту, гармоничное. За год, предшествовавший обследованию, перенес 3 ОРВИ:

Варианты ответа:

- а) 1-я группа;
- б) 2-я группа;
- в) 3-я группа;
- г) 4-я группа;
- д) 5-я группа.

12. К какой группе здоровья относится ребенок, если при врачебном осмотре с участием специалистов диагностировано: хронических заболеваний и морфо-функциональных отклонений не выявлено, физическое и психическое развитие соответствует возрасту, гармоничное. За год, предшествовавший обследованию, перенес ОРВИ, ветряную оспу, краснуху:

Варианты ответа:

- а) 1-я группа;
- б) 2-я группа;
- в) 3-я группа;
- г) 4-я группа;
- д) 5-я группа.

13. К какой группе здоровья относится ребенок, если при врачебном осмотре с участием специалистов диагностировано: хронический гастрит в стадии обострения, физическое развитие соответствует возрасту, дисгармоничное за счет дефицита массы тела. Психическое развитие соответствует возрасту. За год, предшествовавший обследованию, перенес 3 ОРВИ, парагрипп:

Варианты ответа:

- а) 1-я группа;
- б) 2-я группа;
- в) 3-я группа;
- г) 4-я группа;
- д) 5-я группа.

14. К какой группе здоровья относится ребенок, если при врачебном осмотре с участием специалистов диагностировано: хронический тонзиллит, декомпенсированная форма. Физическое и психическое развитие соответствует возрасту, гармоничное. За год, предшествовавший обследованию, перенес 4 острые фолликулярные ангины, грипп, паратонзиллярный абсцесс:

Варианты ответа:

- а) 1-я группа;
- б) 2-я группа;
- в) 3-я группа;
- г) 4-я группа;
- д) 5-я группа.

15. К какой группе здоровья относится ребенок, если при врачебном осмотре с участием специалистов диагностировано: плоскостопие. Физическое и психическое развитие соответствует возрасту, гармоничное. За год, предшествовавший обследованию, перенес 3 ОРВИ, парагрипп:

Варианты ответа:

- а) 1-я группа;
- б) 2-я группа;
- в) 3-я группа;
- г) 4-я группа;
- д) 5-я группа.

16. Какой процент калорийности суточного рациона школьников должны составлять белки:

Варианты ответа:

- а) 60–80 %;
- б) 55–60 %;
- в) 45–55 %;
- г) 40–50 %;
- д) 65–75 %.

17. Наиболее распространенным хроническим заболеванием в детском возрасте является:

Варианты ответа:

- а) сколиоз;
- б) сахарный диабет;
- в) хронический тонзиллит;
- г) хронический гастрит;
- д) ревматизм.

18. Акселерация включает:

Варианты ответа:

- а) ускорение темпов роста и развития;
- б) увеличение продолжительности жизни;
- в) увеличение продолжительности репродуктивного периода;
- г) изменение структуры заболеваемости;
- д) ускорение развития.

19. К демографическим показателям не относится:

Варианты ответа:

- а) естественный прирост;
- б) смертность;
- в) возрастно-половой состав населения;
- г) физическое развитие отдельных групп населения;
- д) рождаемость.

20. К особенностям организации учебного процесса для детей 6 лет в школе не относится:

Варианты ответа:

- а) сокращение длительности уроков;
- б) динамическая пауза после 2–3-го урока;
- в) отсутствие заданий на дом и оценок в баллах;
- г) сокращение длительности дневного сна;
- д) дополнительная каникулярная неделя в 3-й четверти.

21. Наиболее трудными предметами по ранговой шкале трудности для 5–12-х классов является:

Варианты ответа:

- а) математика;
- б) иностранный язык;
- в) история;
- г) родной язык, литература;
- д) физика.

22. К основным принципам закаливания не относится:

Варианты ответа:

- а) учет состояния здоровья и степени закаленности;
- б) постепенность, систематичность;
- в) комплексность;
- г) создание положительной мотивации;
- д) доступность и малая трудоемкость организации.

23. При гигиенической оценке полимерных материалов для производства предметов детского обихода не проводятся следующие виды исследований:

Варианты ответа:

- а) санитарно-химические;
- б) санитарно-токсикологические;
- в) физико-гигиенические;
- г) клинические;
- д) физиологические.

24. При комплексной оценке здоровья индивидуума не учитывается:

Варианты ответа:

- а) наличие или отсутствие на момент обследования хронического заболевания;
- б) уровень функционального состояния основных систем;
- в) степень сопротивляемости организма;
- г) уровень физической подготовки;
- д) уровень физического развития и степень его гармоничности.

25. Продолжительность урока в 1-м классе для детей 6-летнего возраста не должна превышать:

Варианты ответа:

- а) 30 мин;
- б) 40 мин;
- в) 35 мин;
- г) в зависимости от характера предмета;
- д) 38 мин.

26. Основными компонентами построения режима дня являются:

Варианты ответа:

- а) различные виды деятельности, их оптимальная продолжительность;
- б) рациональное чередование и регулярность видов деятельности;
- в) отдых с максимальным пребыванием на воздухе;
- г) регулярное питание, полноценный сон;
- д) все вышеперечисленное.

27. Продолжительность сохранения активного внимания для детей 5–7 лет составляет не более:

Варианты ответа:

- а) 10 мин;
- б) 15 мин;
- в) 20 мин;

- г) 25 мин;
- д) 17 мин.

28. Каково влияние физического труда на сердечно-сосудистую систему школьника:

Варианты ответа:

- а) повышается оксигенация крови;
- б) укрепляется сердечная мышца;
- в) стимулируется гемопоэз;
- г) увеличивается пульсовой и минутный объем сердца;
- д) все вышеперечисленное.

29. Из перечисленных показателей развития ребенка наименее значимым для оценки эффективности пребывания в оздоровительном лагере является изменение:

Варианты ответа:

- а) длины тела;
- б) массы тела;
- в) мышечной силы рук;
- г) жизненной емкости легких;
- д) остроты зрения.

30. Разделы медицинского контроля уроков труда:

Варианты ответа:

- а) соблюдение правил личной гигиены и контроль за микроклиматом;
- б) вопросы техники безопасности;
- в) допуск к труду по состоянию здоровья;
- г) контроль за позой при работе с инструментами и за станками;
- д) все вышеперечисленное.

31. В каких помещениях общеобразовательного учреждения необходима общая и местная вентиляция:

Варианты ответа:

- а) классных комнатах;
- б) рекреациях;
- в) актовом зале;
- г) гимнастическом зале;
- д) пищеблоке, мастерских.

32. Система физического воспитания детей предусматривает наличие разных видов обучения и занятий физическими упражнениями, основным при этом является:

Варианты ответа:

- а) физкультурное обучение;
- б) самостоятельные занятия;

- в) обязательное обучение по государственной программе;
- г) дополнительные занятия;
- д) обучение в спортивном клубе.

33. К проводимым занятиям, которые не входят в программу по физическому воспитанию детей детского сада, относятся:

Варианты ответа:

- а) подвижная игра во время прогулки;
- б) физкультурная пауза на занятиях;
- в) утренняя зарядка;
- г) физические упражнения после дневного сна;
- д) физкультурные занятия на воздухе.

34. Обливание ног дошкольников не соответствует требованиям проведения закаливающих процедур, если:

Варианты ответа:

- а) температура воздуха в помещении не ниже +20 °С;
- б) прохладная вода льется на холодные ноги ребенка;
- в) после обливания ноги осушаются полотенцем;
- г) все требования правильны;
- д) прохладная вода льется на теплые ноги ребенка.

35. Ведущим принципом физического воспитания детей и подростков является дифференцированное применение его средств. Основой такой дифференциации является все, кроме:

Варианты ответа:

- а) пола;
- б) возраста;
- в) состояния здоровья;
- г) уровня физической подготовленности;
- д) физического развития.

36. Ответственность за организацию физвоспитания в школе возлагается на ее директора. Одна из нижеперечисленных функций ему не свойственна:

Варианты ответа:

- а) оснащение спортивной базы;
- б) организация занятий с учащимися специальной медицинской группы;
- в) организация своевременных и регулярных медицинских осмотров;
- г) обеспечение ежедневного контроля работы по физвоспитанию;
- д) ответственность за выполнение учебной программы по физвоспитанию.

37. Ответственность за посещение учащимися специальной медицинской группы уроков физкультуры возлагается на:

Варианты ответа:

- а) директора школы;
- б) дежурного учителя;
- в) классного руководителя;
- г) медицинский персонал;
- д) физорга класса.

38. Наиболее эффективным средством профилактики переутомления учащихся, применяемым на удлиненных переменах, является:

Варианты ответа:

- а) принятие пищи;
- б) комплекс упражнений;
- в) подвижные игры;
- г) пассивный отдых;
- д) просмотр мультфильмов.

39. Ультрафиолетовые лучи вызывают многообразные изменения в организме, за исключением:

Варианты ответа:

- а) способствования образованию витамина Д;
- б) влияния на гемопоэз;
- в) увеличения иммунобиологической резистентности организма;
- г) уменьшения аллергических проявлений у детей;
- д) снижения тонуса симпатической и парасимпатической нервной системы.

40. Для определения степени закаленности организма не используется методика:

Варианты ответа:

- а) определение средневзвешенной температуры кожи;
- б) исследование сосудистой реакции на охлаждение;
- в) анкетирование;
- г) исследование термоасимметрии;
- д) определение иммунологической реактивности.

41. Недостаток белков в пище может привести в организме ко всему нижеперечисленному, кроме:

Варианты ответа:

- а) замедлению роста;
- б) нарушению формирования скелета и мышц;
- в) снижению иммунитета;
- г) анемии;
- д) гипотонии.

42. Домашние задания должны задаваться учащимся 9-12 классов с учетом возможности их выполнения:

Варианты ответа:

- а) за 1,5 часа;
- б) за 2 часа;
- в) за 2,5 часа;
- г) за 3 часа;
- д) в утренние часы.

43. Основными гигиеническими принципами проектирования и строительства детских дошкольных учреждений являются:

Варианты ответа:

- а) соблюдение принципа групповой изоляции, как в здании, так и на участке;
- б) создание благоприятных воздушно-теплового и светового режимов;
- в) отдаление от предприятий, загрязняющих окружающую среду;
- г) создание условий для двигательной активности детей и организации рационального питания;
- д) все вышеперечисленное.

44. Основные зоны на территории земельного участка общеобразовательных школ:

Варианты ответа:

- а) зона отдыха;
- б) учебно-опытная зона;
- в) спортивная зона;
- г) хозяйственная зона;
- д) все вышеперечисленное.

45. Площадь озеленения земельного участка общеобразовательной школы должна быть не менее:

Варианты ответа:

- а) 40 % площади земельного участка;
- б) 15 % площади земельного участка;
- в) 50 % площади земельного участка;
- г) 30 % площади земельного участка;
- д) 45–60 % площади земельного участка.

46. Основными недостатками школ большой вместимости являются:

Варианты ответа:

- а) увеличение инфекционной заболеваемости;
- б) ухудшение шумового режима;
- в) усложнение руководства школой и затруднение составления учебного расписания;
- г) увеличение длительности переходов учащихся;
- д) все вышеперечисленное.

47. Оптимальная кратность воздухообмена в учебном помещении составляет:

Варианты ответа:

- а) 2-х кратный воздухообмен;
- б) 3-х кратный воздухообмен;
- в) 4–5-ти кратный воздухообмен;
- г) 1,5 кратный воздухообмен;
- д) 6-кратный воздухообмен.

48. Показателями для оценки достаточности естественного освещения помещений в учреждениях для детей и подростков являются все, кроме:

Варианты ответа:

- а) удельная электропотребность;
- б) коэффициент естественной освещенности;
- в) световой коэффициент;
- г) угол падения, угол отверстия;
- д) соотношение высоты и глубины помещения.

49. Максимальная этажность школ в городах и сельской местности должна быть не более:

Варианты ответа:

- а) 5-ти этажей;
- б) 4-х этажей;
- в) 3-х этажей;
- г) 2-х этажей;
- д) 1-го этажа.

ВОПРОСЫ ПО РАЗДЕЛУ: «ГИГИЕНА ТРУДА»

1. Вредные и опасные факторы по природе действия классифицируют на:

Варианты ответа:

- а) комбинированные;
- б) физические, химические, биологические;
- в) психофизиологические;
- г) суммации эффекта;
- д) потенцирования.

2. К физическим вредным и опасным производственным факторам относятся:

Варианты ответа:

- а) шум, вибрация, лазерное излучение;
- б) динамическая нагрузка;
- в) перемещение в пространстве, обусловленное технологическим процессом;
- г) тепловое излучение;
- д) ионизирующие излучения.

3. Основными направлениями предупредительного санитарного надзора в области гигиены труда являются:

Варианты ответа:

- а) осуществление надзора за соблюдением действующих санитарных норм и правил;
- б) надзор за строительством (реконструкцией промышленных объектов);
- в) оценка влияния вредных и опасных производственных факторов на состояние здоровья работающих;
- г) надзор за соблюдением технологического процесса;
- д) надзор за планировкой территории.

4. Предупредительный санитарный надзор при строительстве и реконструкции новых промышленных объектов должен осуществляться на стадиях:

Варианты ответа:

- а) отвода земельного участка, проектирования, строительства и реконструкции;
- б) корректировки предельно допустимых концентраций (ПДК) химических веществ в воздухе рабочей зоны;
- в) учета влияния тяжести труда на работающих;
- г) выбора проекта и привязки к территории;
- д) расположения административного корпуса.

5. В границах санитарно-защитной зоны предприятий допускается размещать:

Варианты ответа:

- а) предприятия меньшего класса по санитарной классификации;
- б) сельхозугодия для выращивания культур, используемых для продуктов питания;
- в) жилые дома, школы;
- г) парковую зону;
- д) комнаты отдыха.

6. Производственный микроклимат — это:

Варианты ответа:

- а) совокупность физических факторов среды производственных помещений;
- б) совокупность химических факторов среды производственных помещений;
- в) совокупность биологических факторов среды производственных помещений;
- г) сочетание температуры, влажности, подвижности воздуха;
- д) количество тепла от работающего оборудования.

7. Типы производственного микроклимата в зависимости от характера технологического процесса:

Варианты ответа:

- а) нагревающий;
- б) оптимальный;
- в) допустимый;
- г) динамический;
- д) монотонный.

8. Укажите показатели микроклимата в производственных помещениях:

Варианты ответа:

- а) температура воздуха;
- б) среднесуточная температура наружного воздуха;
- в) максимальная влажность воздуха;
- г) относительная влажность воздуха;
- д) подвижность воздуха.

9. Укажите наиболее полно приборы, используемые для измерения параметров производственного микроклимата:

Варианты ответа:

- а) термометр, барограф, психрометр, анемометр, актинометр, радиометр;
- б) барометр, психрометр, аппарат Кротова, анемометр;

- в) электроаспиратор;
- г) люксметр, психрометр;
- д) психрометр, анемометр, барометр.

10. ТНС-индекс — это:

Варианты ответа:

- а) эмпирический показатель, характеризующий сочетанное действие на организм человека параметров микроклимата (температуры, влажности, скорости движения воздуха и теплового облучения);
- б) отношение абсолютной влажности воздуха к максимальной;
- в) показатель, характеризующий величину энерготрат при выполнении различных видов работ;
- г) тепловая нагрузка среды;
- д) сумма тепла от излучения.

11. Теплоотдача от организма работающих может осуществляться следующими путями:

Варианты ответа:

- а) излучением тепла телом;
- б) охлаждением поверхности кожи;
- в) через дыхание;
- г) потоотделением;
- д) прямым контактом с предметами.

12. Укажите, на каких высотах следует проводить измерение температуры и скорости движения воздуха в производственных помещениях:

Варианты ответа:

- а) при выполнении работ стоя — 0,1 и 1,5 м;
- б) при выполнении работ сидя — 0,25 и 2,5 м;
- в) при выполнении работ стоя — 0,5 и 2 м;
- г) при выполнении работ сидя на 0,1 и 1,0 м;
- д) под потолочным пространством.

13. Какой из названных цехов можно отнести к «горячим», учитывая имеющиеся тепловыделения:

Варианты ответа:

- а) литейный;
- б) механический;
- в) ткацкий;
- г) кузнечный;
- д) хлебопекарный.

14. В производственных помещениях с выделением вредных химических веществ необходимый воздухообмен определяется:

Варианты ответа:

- а) по кратности;
- б) с учетом количества выделяемых вредных химических веществ в цехе;
- в) с учетом периода года (теплый или холодный);
- г) по количеству работающих;
- д) по токсичности химических веществ.

15. Естественное освещение помещений создается за счет:

Варианты ответа:

- а) прямого и отраженного света неба;
- б) местного освещения;
- в) инсоляции;
- г) остекленной поверхности;
- д) чистоты светильников.

16. Укажите диапазон звуковых колебаний, воспринимаемых человеческим ухом:

Варианты ответа:

- а) 16–20000 Гц;
- б) 1–16 Гц;
- в) 20000–100000 Гц;
- г) 300–800 Гц;
- д) 1000–1200 Гц.

17. Предельно допустимые уровни производственного шума устанавливаются с учетом:

Варианты ответа:

- а) временных характеристик шума;
- б) стажа работающего;
- в) площади цеха;
- г) частоты колебаний в Гц;
- д) величины звукового давления.

18. Укажите единицу измерения уровня звука:

Варианты ответа:

- а) дБА;
- б) Гц;
- в) Вт/м²;
- г) количество колебаний в единицу времени;
- д) тональность звука.

19. Укажите группы профилактических мероприятий, направленных на снижение неблагоприятного воздействия шумового фактора производственной среды на организм человека:

Варианты ответа:

- а) технологические;
- б) противоэпидемические;
- в) санитарные;
- г) индивидуальные средства защиты;
- д) коллективные средства защиты.

20. Режимы труда рабочих виброопасных профессий разрабатываются:

Варианты ответа:

- а) на основании данных гигиенической аттестации рабочих мест по результатам измерений уровней вибрации и сопутствующих факторов;
- б) на основании оценки тяжести и напряженности трудового процесса;
- в) службами охраны труда и согласовываются с отраслевым профсоюзом.
- г) на основании технических характеристик оборудования;
- д) на основании средств защиты.

21. Опасность химических веществ повышается при:

Варианты ответа:

- а) возрастании токсичности веществ;
- б) снижении токсичности веществ;
- в) не зависит от токсичности веществ;
- г) ингаляционном поступлении;
- д) при изменении барометрического давления.

22. Разновидностями комбинированного действия промышленных ядов являются:

Варианты ответа:

- а) аддитивное действие;
- б) сочетанное действие;
- в) индивидуальное действие;
- г) антагонизма;
- д) синергизма.

23. К принципам гигиенического нормирования относятся:

Варианты ответа:

- а) стохастический принцип;
- б) принцип пороговости;
- в) принцип подпороговости;
- г) принцип суммации;
- д) принцип синергизма.

24. Укажите основные показатели тяжести трудового процесса:

Варианты ответа:

- а) физическая динамическая и статическая нагрузка;
- б) режим труда;
- в) монотонность;
- г) масса поднимаемого и перемещаемого груза труда вручную;
- д) рабочая поза.

25. Укажите основные показатели напряженности трудового процесса:

Варианты ответа:

- а) сенсорная нагрузка, монотонность;
- б) статическая нагрузка;
- в) стереотипные рабочие движения;
- г) интеллектуальные нагрузки;
- д) эмоциональные нагрузки.

26. Инфразвук — это:

Варианты ответа:

- а) упругие колебания и волны с частотами ниже диапазона слышимости человека (ниже 20 Гц);
- б) упругие колебания и волны с частотами выше диапазона слышимости человека (выше 20 000 Гц);
- в) упругие колебания и волны с частотами свыше 1000 Гц;
- г) диапазон слышимости;
- д) ультразвуковые колебания.

27. Ультразвук — это:

Варианты ответа:

- а) механические колебания упругой среды с частотой, превышающей верхний предел слышимости (20000 Гц);
- б) механические колебания упругой среды с частотой 16–20000 Гц;
- в) механические колебания упругой среды с частотой ниже порога слышимости (20 Гц);
- г) не акустические колебания упругой среды;
- д) колебания упругой среды с частотой 300–800 Гц.

28. Периодичность контроля вредных химических веществ в воздухе рабочей зоны устанавливается с учетом:

Варианты ответа:

- а) класса опасности вещества;
- б) площади территории цеха;
- в) интенсивности выделения химических веществ;

- г) количества работающих;
- д) сменности работы.

29. По способу образования промышленные аэрозоли подразделяются на:
Варианты ответа:

- а) аэрозоли конденсации, которые образуются в результате охлаждения и конденсации паров расплавленных масс (металлов, стекломасс, расплавов солей и т. д.);
- б) воздушные взвеси, образующиеся при просеивании сырья и полуфабрикатов;
- в) брызги воды;
- г) аэрозоли интеграции;
- д) аэрозоли размалывания твердых частиц.

30. По составу производственная пыль классифицируется на:
Варианты ответа:

- а) смешанную;
- б) комбинированную;
- в) многокомпонентную;
- г) растительную;
- д) минеральную.

31. Аэрозоли в воздухе рабочей зоны нормируются с учетом:
Варианты ответа:

- а) весовой концентрации по кратности превышения ПДК;
- б) количества выделяющихся газов и паров;
- в) параметров микроклимата;
- г) дисперсности;
- д) процента содержания SiO_2 .

32. К специфическому эффекту действия производственного шума относится:

Варианты ответа:

- а) нейросенсорная тугоухость;
- б) нейроциркуляторная дистония;
- в) астенизация;
- г) повышение секреции желудочного сока;
- д) остеопороз.

33. Таблица Платонова используется для:
Варианты ответа:

- а) определения устойчивости внимания;
- б) определения переключаемости внимания;

- в) изучения подвижности нервных процессов;
- г) определения состояния корковых процессов;
- д) выявления наличия переутомления.

34. Укажите правильные выражения:

Варианты ответа:

- а) усталость — это субъективный признак утомления;
- б) усталость — это объективный признак утомления;
- в) функциональные сдвиги в органах и системах при работе являются субъективными признаками утомления;
- г) утомление — нормальный физиологический процесс;
- д) утомление — патологический процесс.

35. Возникновение утомления связано с развитием в коре головного мозга процессов:

Варианты ответа:

- а) возбуждения;
- б) генерализации возбуждения;
- в) охранительного торможения;
- г) нарушения соотношения возбуждения и торможения;
- д) ослабления процесса торможения.

36. При повышении температуры воздуха и окружающих поверхностей значительно увеличивается теплоотдача организма путем:

Варианты ответа:

- а) испарения пота;
- б) конвекции;
- в) излучения;
- г) усиления дыхания;
- д) увеличения частоты сердечных сокращений.

37. Укажите виды кумуляции:

Варианты ответа:

- а) комбинированная;
- б) материальная и функциональная;
- в) смешанная;
- г) суммация функциональных нарушений;
- д) накопление самого вещества.

38. Средства индивидуальной защиты относятся к:

Варианты ответа:

- а) технологическим профилактическим мероприятиям;
- б) санитарно-техническим мероприятиям;

- в) лечебно-профилактическим мероприятиям;
- г) оздоровительным мероприятиям;
- д) лечебным мероприятиям.

39. Плотность световых, звуковых сигналов и сообщений в среднем за 1 час работы относится к:

Варианты ответа:

- а) показателям тяжести трудового процесса;
- б) сенсорным нагрузкам;
- в) эмоциональным нагрузкам;
- г) умственным нагрузкам;
- д) психомоторным нагрузкам.

40. Степень ответственности за результат собственной деятельности и выполнение отдельных элементов заданий характеризует:

Варианты ответа:

- а) эмоциональные нагрузки;
- б) режим труда;
- в) интеллектуальные нагрузки;
- г) сенсорные нагрузки;
- д) напряженность труда.

41. Укажите особенности труда в сельскохозяйственном производстве:

Варианты ответа:

- а) рассредоточенность мест работы и их удаление на значительные расстояния;
- б) отсутствие противопоказаний при приеме на работу;
- в) работа в закрытых помещениях;
- г) сезонность работ;
- д) контакт с минеральными, органическими удобрениями, пестицидами.

ВОПРОСЫ ПО РАЗДЕЛУ: «ГИГИЕНА ПИТАНИЯ»

1. Какой элемент недостаточно представлен в молоке:

Варианты ответа:

- а) кальций;
- б) железо;
- в) фосфор;
- г) селен;
- д) медь.

2. Сочетание каких продуктов с хлебом дает наилучшую сбалансированность аминокислот:

Варианты ответа:

- а) капуста;
- б) картофель;
- в) молоко и молочнокислые продукты;
- г) тыква-каша;
- д) морковь.

3. Разрушение аскорбиновой кислоты в пищевых продуктах при хранении и кулинарной обработке происходит при:

Варианты ответа:

- а) бланшировании (разрушение ферментов путем кратковременного термического воздействия);
- б) нагревании в нейтральной и щелочной среде;
- в) кислой среде кулинарных изделий;
- г) охлаждении;
- д) кипячении.

4. Изучение статуса питания отдельных групп населения — это:

Варианты ответа:

- а) изучение адекватности питания;
- б) изучение режима питания;
- в) изучение морфофункциональных и адаптационных особенностей организма;
- г) изучение соотношения массы и длины тела;
- д) изучение соотношения подкожно-жировой клетчатки.

5. Критерий оценки состояния здоровья в зависимости от питания:

Варианты ответа:

- а) определение суточных энергетических затрат;
- б) определение показателей физического развития;

- в) определение индивидуальной потребности в пищевых веществах;
- г) оптимальный статус питания;
- д) адекватное питание.

6. Назовите пищевые продукты, являющиеся основными источниками аскорбиновой кислоты:

Варианты ответа:

- а) печень говяжья, куриная;
- б) шиповник, черная смородина;
- в) яйцо, молоко;
- г) капуста;
- д) виноград.

7. Активное участие в окислительно-восстановительных процессах принимает:

Варианты ответа:

- а) тиамин;
- б) цианокобаламин;
- в) аскорбиновая кислота;
- г) пиридоксин;
- д) фолиевая кислота.

8. Назовите витамин, обладающий термоустойчивостью при кулинарной обработке пищевых продуктов:

Варианты ответа:

- а) ретинол (витамин А);
- б) аскорбиновая кислота;
- в) цианокобаламин (витамин В₁₂);
- г) тиамин;
- д) рибофлавин.

9. Профилактические мероприятия по предупреждению гельминтозов это:

Варианты ответа:

- а) коммунальное благоустройство населенных пунктов;
- б) гельминтологические исследования туш животных на бойнях;
- в) соблюдение поточности технологического процесса;
- г) личная гигиена;
- д) соблюдение норм по санитарно-гигиеническим показателям чистоты почвы.

10. Источником какой глистной инвазии может быть рыба:

Варианты ответа:

- а) финноз;
- б) эхинококкоз;

- в) дифиллоботриоз;
- г) трихинеллез;
- д) аскаридоз.

11. Радикальная профилактика дифиллоботриоза:

Варианты ответа:

- а) замораживание рыбы;
- б) копчение (горячее и холодное);
- в) исключение возможности заражения рыбных водоемов;
- г) длительное проваривание;
- д) консервирование рыбы.

12. Молоко может являться фактором передачи инфекции:

Варианты ответа:

- а) туберкулеза;
- б) коклюша;
- в) трихинеллеза;
- г) сапа;
- д) дифтерии.

13. Фактор химического бомбажа баночных консервов в жестяной таре:

Варианты ответа:

- а) развитие остаточной микрофлоры;
- б) кислая реакция среды;
- в) нарушение режима стерилизации банок;
- г) щелочная среда;
- д) наличие $\text{PH} = 5$.

14. Пищевые токсикоинфекции вызываются:

Варианты ответа:

- а) патогенными стафилококками;
- б) патогенными грибами;
- в) споровыми анаэробами;
- г) патогенными стрептококками;
- д) аэробами.

15. Какой материал исследования при подозрении на пищевое отравление стафилококковой этиологии:

Варианты ответа:

- а) рвотные массы больных;
- б) содержимое желчного пузыря;
- в) спинно-мозговая жидкость;
- г) ткани;
- д) кровь.

16. Статус питания — это:

Варианты ответа:

- а) состояние физического развития в зависимости от питания;
- б) различные варианты режима питания отдельных групп населения;
- в) состояние структуры, функций и адаптационных резервов организма;
- г) сумма всех предшествующих фактических питаний;
- д) состояние здоровья.

17. Наибольший расход энергии при специфически-динамическом действии требует:

Варианты ответа:

- а) пища, богатая жирами;
- б) преимущественно углеводная пища;
- в) пища, богатая белками;
- г) пища, богатая витаминами;
- д) пища, обогащенная микроэлементами.

18. Режим питания — это:

Варианты ответа:

- а) характер потребляемых продуктов за неделю;
- б) время приема пищи;
- в) распределение количества и качества пищевых продуктов по часам приема за сутки;
- г) упорядоченное время приема пищи и ее количества;
- д) прием пищи в одно и то же время.

19. Симптомы С-витаминной недостаточности:

Варианты ответа:

- а) разрыхленность десен;
- б) красная кайма на губах;
- в) трещины губ;
- г) нарушение зрения;
- д) кровоточивость десен.

20. Количество профессиональных групп по коэффициенту физической активности (КФА) у мужчин:

Варианты ответа:

- а) 3;
- б) 6;
- в) 5;
- г) 4;
- д) 7.

21. Симптомы недостаточности витамина А:

Варианты ответа:

- а) набухание и кровоточивость десен;
- б) сухость кожи и слизистых глаза;
- в) эритема на тыльной части кистей рук;
- г) снижение остроты зрения;
- д) язвенный стоматит.

22. Нарушение темновой адаптации наблюдается при недостаточности:

Варианты ответа:

- а) витамина Д;
- б) витамина С;
- в) витамина А;
- г) витамина В₁;
- д) витамина В₆.

23. Процент белка животного происхождения от общего количества белка в рационе:

Варианты ответа:

- а) 40 %;
- б) 70 %;
- в) 55 %;
- г) 60 %;
- д) 45 %.

24. В кроветворении участвует витамин:

Варианты ответа:

- а) А;
- б) В₁;
- в) В₁₂;
- г) С;
- д) Д.

25. Болезнь «бери-бери» развивается при авитаминозе:

Варианты ответа:

- а) витамина А;
- б) витамина В₁;
- в) витамина С;
- г) витамина Д;
- д) витамина В₁₂.

26. Недостаточность какого витамина является причиной заболевания пеллагрой:

Варианты ответа:

- а) витамина В₂;
- б) витамина Д;
- в) витамина РР;
- г) витамина А;
- д) витамина В₁.

27. Укажите, какой основной пищевой компонент получает человек с мясом животных:

Варианты ответа:

- а) полноценные белки;
- б) жир;
- в) глюкозу;
- г) витамины;
- д) минеральные вещества.

28. Назовите наиболее характерный клинический симптом при пищевом отравлении ботулотоксином:

Варианты ответа:

- а) расстройство зрения;
- б) тошнота;
- в) рвота;
- г) дисфункция кишечника;
- д) кровотечения.

29. Мясо какого животного может быть фактором передачи трихинеллеза:

Варианты ответа:

- а) свиньи;
- б) крупного рогатого скота;
- в) кролика;
- г) птицы;
- д) дикого кабана.

30. Лечебно-профилактическое питание — это:

Варианты ответа:

- а) рациональное питание, построенное с учетом метаболизма ксенобиотиков;
- б) коррекция пищевого рациона с учетом заболеваний (атеросклероз, сахарный диабет, гипертоническая болезнь, патология органов пищеварения);
- в) рациональное питание здорового человека;

- г) питание при вредных условиях труда;
- д) питание в профилакториях.

31. К нутрицевтикам относят:

Варианты ответа:

- а) полиненасыщенные жирные кислоты;
- б) насыщенные жиры;
- в) заменимые аминокислоты;
- г) животные жиры;
- д) растительные белки.

32. Функциональные пищевые продукты — это:

Варианты ответа:

- а) продукты с высокой пищевой ценностью;
- б) продукты с низкой биологической ценностью;
- в) продукты, которые имеют доказанное влияние на здоровье человека и способствуют профилактике заболеваний;
- г) обогащенные витаминами;
- д) обогащенные белками.

33. Основной принцип лечебного питания:

Варианты ответа:

- а) учет физиологических потребностей в энергии и нутриентах здорового человека;
- б) сбалансированность пищевого рациона больного с учетом нозологии;
- в) предупреждение возникновения и развития синдромов недостатка и избытка питания;
- г) обогащение витаминами;
- д) обогащение минералами.

34. Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру и срок реализации:

Варианты ответа:

- а) выше 75 °С — более 4-х ч;
- б) не ниже 65 °С — не более 1-го ч;
- в) не ниже 75 °С — не более 2–3-х ч;
- г) 55 °С — 3 ч;
- д) 60 °С — 2 ч.

35. Основным источником поступления нитратов в организм являются:

Варианты ответа:

- а) колбаса;
- б) натуральное мясо;

- в) рыба вареная;
- г) рыба копченая;
- д) овощи.

36. Основной обмен — это:

Варианты ответа:

- а) расход энергии на работу скелетных мышц;
- б) расход энергии на работу нервных центров;
- в) расход энергии в среднем 1 ккал на кг веса в час;
- г) обмен веществ за сутки;
- д) обмен веществ за смену.

37. Рациональное питание — это:

Варианты ответа:

- а) сбалансированное по жирам;
- б) сбалансированное по белкам;
- в) сбалансированное по всем компонентам пищевых веществ и адекватное полу, возрасту, КФА, здоровью, физиологическому статусу;
- г) адекватное питание;
- д) оптимальное питание.

38. Законы оптимального питания:

Варианты ответа:

- а) энергетический баланс;
- б) пластическое обеспечение;
- в) энергетический баланс, пластическое обеспечение, режим питания;
- г) витаминное обеспечение;
- д) микроэлементное обеспечение.

39. Расчет КФА — это:

Варианты ответа:

- а) общие энергозатраты;
- б) затраты основного обмена;
- в) отношение общих энергозатрат к основному обмену;
- г) суточные энергозатраты;
- д) энергозатраты за смену.

40. Повышенный статус питания — это:

Варианты ответа:

- а) ИМТ — 18–20 кг/м²;
- б) ИМТ — 25–27,5 кг/м²;
- в) ИМТ — более 27,5 кг/м²;
- г) ИМТ — 19–22 кг/м²;
- д) ИМТ — 24–26 кг/м².

ОТВЕТЫ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

РАЗДЕЛ: «ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	г, д	14	д	27	б	40	в
2	г	15	в	28	д	41	д
3	в, д	16	б	29	а	42	г
4	в	17	в	30	д	43	д
5	г	18	а	31	д	44	д
6	б	19	г	32	в	45	в
7	б, д	20	г	33	г	46	д
8	д	21	а, д	34	б	47	в
9	б	22	д	35	д	48	а
10	б	23	г	36	д	49	в
11	б	24	г	37	в		
12	а	25	в	38	в		
13	г	26	д	39	д		

РАЗДЕЛ: «ГИГИЕНА ТРУДА»

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	б, г, д	12	а, г	23	б	34	а, г
2	а, г, д	13	а, г, д	24	а, г, д	35	в
3	б, д	14	б, д	25	а, г, д	36	а
4	а, г	15	а, г	26	а	37	б, г, д
5	а, г	16	а	27	а, г	38	б
6	а, г	17	а, г	28	а	39	б
7	а, г, д	18	а	29	а, г, д	40	а, д
8	а, г, д	19	а, г, д	30	а, г, д	41	а, г, д
9	а	20	а, г	31	а, г, д		
10	а, г	21	а, г	32	а		
11	а, г, д	22	а, г, д	33	б, г, д		

РАЗДЕЛ: «ГИГИЕНА ПИТАНИЯ»

№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ	№ вопроса	Правильный ответ
1	б	11	в	21	б	31	а
2	в	12	а	22	в	32	в
3	б, д	13	б, д	23	в	33	б
4	в, г, д	14	в	24	в	34	в
5	б, г, д	15	а	25	б	35	а, д
6	б	16	в, г	26	в	36	в
7	в	17	в	27	а	37	в
8	а	18	в, г	28	а	38	в
9	а, г, д	19	а, д	29	а, г, д	39	в
10	в	20	в	30	а, г	40	б

ЛИТЕРАТУРА

1. Гигиена: учеб. / под ред. акад. РАМН Г. И. Румянцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: ГЭОТАР-МЕД, 2002. — 608 с.
2. Пивоваров, Ю. П. Гигиена и основы экологии человека: учеб. для студ. высш. мед. учеб. заведений / Ю. П. Пивоваров, В. В. Королик, Л. С. Зиневич; под ред. Ю. П. Пивоварова. — М.: Академия, 2004. — 528 с.
3. Королев, А. А. Гигиена питания: учеб. для студ. высш. учеб. заведений / А. А. Королев. — М.: Академия, 2006. — 528 с.
4. Стожаров, А. Н. Экологическая медицина: учеб. пособие / А. Н. Стожаров. — 2-е изд., перераб. и доп. — Минск: БГМУ, 2002. — 198 с.
5. Лавинский, Х. Х. К вопросу о классификации статуса питания молодых мужчин / Х. Х. Лавинский, В. И. Дорошевич // Актуальные проблемы гигиены, эпидемиологии и профилактической медицины: сб. науч. тр., посвящ. 60-летию Добрушского районного центра гигиены и эпидемиологии / под ред. В. Н. Бортоновского. — Гомель: ГОЦГЭиОЗ, 2004. — Вып. 2. — С. 38–41.
6. Дорошевич, В. И. Методологические подходы оценки состояния здоровья по статусу питания / В. И. Дорошевич, Х. Х. Лавинский // Здоровье и окружающая среда: сб. науч. тр. / ГУ «Республиканский научно-практический центр гигиены»; гл. ред. С. М. Соколов. — Минск, 2007. — Вып. 10. — С. 415–426.
7. Закон Республики Беларусь «О санитарно-эпидемическом благополучии населения» / Национальный реестр правовых актов Республики Беларусь. — 2006. — № 782 / 1206.
8. СанПиН №11-6-2002 РБ. Гигиеническая классификация условий труда. — Минск, 2002.
9. Сборник санитарных правил и норм по питьевому водоснабжению. — Минск, 2000.
10. Инструкция 2.3.7.10-15-55-2005 «Нормы физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для различных групп взрослого населения Республики Беларусь». Утверждена 11 ноября 2005, № 173 постановлением Главного государственного санитарного врача Республики Беларусь. — Минск, 2005. — 20 с.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Вопросы по разделу: «Гигиена детей и подростков».....	4
Вопросы по разделу: «Гигиена труда».....	15
Вопросы по разделу: «Гигиена питания».....	24
Ответы на тестовые задания.....	32
Литература.....	33

Учебное издание

Карташева Нина Васильевна
Климович Сергей Викторович

**ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ПО ОБЩЕЙ ГИГИЕНЕ:
«ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»,
«ГИГИЕНА ТРУДА», «ГИГИЕНА ПИТАНИЯ»**

**Учебно-методическое пособие
для студентов 2–3 курсов
лечебного и медико-диагностического факультетов
медицинских вузов**

Редактор *О. В. Кухарева*
Компьютерная верстка *С. Н. Козлович*

Подписано в печать 18.07.2012.
Формат 60×84¹/₁₆. Бумага офсетная 65 г/м². Гарнитура «Таймс».
Усл. печ. л. 2,09. Уч.-изд. л. 2,29. Тираж 140 экз. Заказ 216.

Издатель и полиграфическое исполнение
Учреждение образования
«Гомельский государственный медицинский университет»
ЛИ № 02330/0549419 от 08.04.2009.
Ул. Ланге, 5, 246000, Гомель.

