

QUIZ

Sprawdź swoją wiedzę o sanepidzie !!

Powodzenia

1. **Światowy Dzień Zdrowia obchodzimy:**
 - a) 21 marca
 - b) 7 kwietnia
 - c) 22 lipca
 - d) 7 października

2. **Podstawą nowej wersji Piramidy Zdrowego Stylu Życia i Aktywności Fizycznej jest:**
 - a) aktywność fizyczna
 - b) węglowodany złożone
 - c) warzywa i owoce
 - d) woda mineralna oraz soki owocowo-warzywne

3. **Kto ponosi odpowiedzialność za stwierdzone choroby zawodowe wywołane przez warunki pracy?**
 - a) Pracodawca
 - b) lekarz medycyny pracy
 - c) pracownik

4. **Chorobę zawodową można stwierdzić:**
 - a) wyłącznie w trakcie trwania zatrudnienia w warunkach szkodliwych
 - b) wyłącznie po zakończeniu zatrudnienia w warunkach szkodliwych
 - c) zarówno w trakcie trwania zatrudnienia w warunkach szkodliwych, jak i po jego zakończeniu

5. **Proszę wskazać, w której z niżej wymienionych sytuacji udostępnianie na rynku produktu kosmetycznego będzie prawidłowe?**
 - a) sprzedaż produktu kosmetycznego po upływie daty minimalnej trwałości
 - b) bezpłatne oddanie osobie trzeciej produktu kosmetycznego po upływie daty minimalnej trwałości
 - c) żadna z powyższych odpowiedzi

6. **Dlaczego w wodzie do spożycia z kranu wyczuwalny jest zapach chloru?**
 - a) woda jest skażona związkami chloru
 - b) woda została zdezynfekowana związkami chloru w celu pozbycia się mikroorganizmów chorobotwórczych
 - c) żadna z powyższych odpowiedzi

7. **Kto może korzystać z usług w solarium?**
 - a) osoby, które ukończyły 16 lat
 - b) osoby pełnoletnie, które ukończyły 18 lat

- 8. W jaki sposób można zakazić się bakteriami legionella?**
- a) poprzez picie skażonej ciepłej wody z kranu
 - b) poprzez wdychanie zawierającego bakterie aerozolu wodno-powietrznego w trakcie kąpieli pod prysznicem
- 9. Jakim zabiegom higienicznym należy poddawać użyte w salonie kosmetycznym dla klienta pęsety wielokrotnego użytku do regulacji brwi?**
- a) dezynfekcji
 - b) dezynfekcji i sterylizacji
 - c) sterylizacji
- 10. Kiedy należy myć ciało podczas korzystania z kąpieli na pływalni?**
- a) po wyjściu z niecki basenowej
 - b) przed wejściem i po wyjściu z niecki basenowej
- 11. Jakie są obowiązki pracodawcy w zakresie profilaktyki zdrowotnej?**
- a) zapewnienie środków ochrony indywidualnej
 - b) kontrola społeczna
 - c) zapewnienie bezpiecznych i higienicznych warunków pracy
- 12. Ile kalorii dziennie powinien spożywać dorosły człowiek?**
- a) 1000 kcal
 - b) 2500 kcal
 - c) 3000 kcal
 - d) zapotrzebowanie kaloryczne wylicza się indywidualnie w zależności od przemiany materii, aktywności i trybu życia danej osoby
- 13. Zgodnie z zaleceniami Głównego Inspektora Sanitarnego, ciężar tornistra/plecaka szkolnego nie powinien przekraczać:**
- a) 10 do 15% masy ciała ucznia
 - b) 15 do 20% masy ciała ucznia
 - c) 5 do 10% masy ciała ucznia
 - d) żadne z powyższych
- 14. Jaka jest minimalna dopuszczalna temperatura w salach lekcyjnych:**
- a) 25 °C
 - b) 18 °C
 - c) 20 °C
 - d) Żadna z powyższych

15. Czy suplement diety to:

- a) lek
- b) środek spożywczy, którego celem jest uzupełnienie normalnej diety, będący skoncentrowanym źródłem witamin lub składników mineralnych lub innych substancji wykazujących efekt odżywczy lub inny fizjologiczny

16. Czy data minimalnej trwałości i termin przydatności do spożycia znaczą to samo?

- a) tak
- b) nie

17. Środki spożywcze wprowadzane do obrotu na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej:

- a) muszą być oznakowane tylko w języku polskim
- b) muszą być oznakowane w języku polskim, mogą być dodatkowo oznakowane w innych językach

18. W jakim czasie powinno się usunąć kleszcza po wbiciu się w skórę?

- a) po upływie 24 godzin
- b) nie powinno się go usuwać
- c) jak najszybciej
- d) poczekać aż kleszcz się "napije" i sam odpadnie

19. Jakie objawy są najbardziej charakterystyczne dla krztuśca?

- a) bóle brzucha, biegunka, gorączka
- b) wysypka na kończynach i tułowi
- c) wysoka gorączka, dreszcze, bóle mięśniowe
- d) kaszel utrzymujący się powyżej 2 tygodni nasilający się w nocy, powodujący wymioty

20. Które z poniżej wymienionych chorób należą do grup chorób zakaźnych?

- a) astma oskrzelowa, bezdech senny, Pochp
- b) krztusiec, borelioza, gruźlica
- c) miażdżyca, nadciśnienie, udar
- d) nadczynność, niedoczynność tarczycy

Koniec