

1. Jakie działania profilaktyczne pomagają w ochronie układu oddechowego? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Regularne szczepienia ochronne
- B. Unikanie kontaktu z osobami chorymi
- C. Dbanie o higienę w pomieszczeniach, w których przebywa wiele osób
- D. Unikanie dymu papierosowego

2. Jakie są objawy anginy? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Powiększone migdałki i węzły chłonne w okolicy szyi
- B. Silny ból gardła, utrudniający mowę i połykanie pokarmu
- C. Gorączka i dreszcze
- D. Spadek masy ciała

3. Co powoduje gruźlicę i jakie są główne metody leczenia? (wybierz jedną odpowiedź)

- A. Zakażenie wirusami
- B. Zakażenie bakteriami (prątkami gruźlicy)
- C. Stosowanie odpowiednich leków i antybiotyków
- D. Zrównoważona dieta oraz mikroelementy

4. Jakie są główne przyczyny i metody profilaktyki raka płuc? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Palenie papierosów, zarówno czynne jak i bierne
- B. Unikanie miejsc, w których powietrze jest bardzo zanieczyszczone
- C. Unikanie kontaktu z osobami chorymi
- D. Regularne szczepienia ochronne

5. Jak palenie tytoniu wpływa na układ oddechowy? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Zwiększa ryzyko przewlekłego zapalenia oskrzeli
- B. Zwiększa ryzyko raka płuc
- C. Powoduje niedotlenienie serca i mózgu
- D. Niszczy ściany żołądka i jelit

6. Jak zanieczyszczenia powietrza wpływają na układ oddechowy? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Powodują rozwój płicy
- B. Powodują rozwój nowotworów układu oddechowego
- C. Są nieszkodliwe dla płuc
- D. Powodują rozwój astmy

7. Jakie są objawy i metody leczenia zapalenia płuc? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Wysoka temperatura
- B. Silny kaszel i duszność
- C. Antybiotyki i odpoczynek
- D. Suchy kaszel i utrata apetytu

8. Jakie są przyczyny i objawy gruźlicy? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Zakażenie bakteriami (prątkami gruźlicy)
- B. Suchy kaszel, spadek masy ciała
- C. Gorączka, zmęczenie, brak apetytu
- D. Nadmierne pocenie się

9. Jakie są główne czynniki ryzyka i metody zapobiegania rakowi płuc? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Palenie tytoniu
- B. Wdychanie zanieczyszczonego powietrza
- C. Unikanie zanieczyszczonych środowisk
- D. Regularne spożywanie alkoholu

10. Co to jest szkodliwość palenia tytoniu i jakie są jej skutki? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Rozwój przewlekłego zapalenia oskrzeli
- B. Rozwój raka płuc, gardła, krtani
- C. Problemy z sercem i mózgiem
- D. Zwiększenie wydajności płuc

11. Jakie są typowe objawy przeziębienia? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Katar
- B. Ogólne osłabienie
- C. Ból głowy i gardła
- D. Wysypka skórna

12. W jaki sposób można chronić układ oddechowy przed chorobami? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Wychodzenie na świeże powietrze
- B. Unikanie kontaktu z chorymi
- C. Noszenie odzieży adekwatnej do pogody
- D. Regularne przyjmowanie antybiotyków

13. Co powoduje nieżyt nosa i jakie są towarzyszące mu objawy? (wybierz jedną odpowiedź)

- A. Wirusy
- B. Ogólne osłabienie
- C. Ból głowy
- D. Ból gardła

14. Jakie objawy sugerują zakażenie wirusem grypy? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Ogólne osłabienie
- B. Ból głowy
- C. Wysoka gorączka
- D. Ból brzucha

15. Czym jest angina i jakie są jej objawy? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Powiększenie migdałków i węzłów chłonnych

- B. Silny ból gardła
- C. Gorączka
- D. Nudności i wymioty

16. W jaki sposób zanieczyszczenie powietrza wpływa na układ oddechowy? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Tlenki azotu i siarki mogą drażnić drogi oddechowe
- B. Cząstki stałe mogą przyczyniać się do chorób układu oddechowego
- C. Zwiększają ryzyko nowotworów płuc
- D. Poprawiają jakość powietrza

17. Jakie są sposoby profilaktyki zapalenia płuc? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Unikanie kontaktu z osobami chorymi
- B. Dbanie o higienę osobistą
- C. Szczepienia ochronne
- D. Regularne picie witaminy C

18. Jaki jest wpływ palenia tytoniu na rozwój raka płuc? (wybierz jedną odpowiedź)

- A. Palenie tytoniu jest głównym czynnikiem ryzyka
- B. Palenie tytoniu ma minimalny wpływ na rozwój raka płuc
- C. Palenie tytoniu zwiększa wydolność płuc
- D. Palenie tytoniu zmniejsza ryzyko raka płuc

19. Jakie substancje zawarte w dymie tytoniowym są szkodliwe dla zdrowia? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Nikotyna
- B. Tlenek węgla
- C. Arsen
- D. Witamina D

20. Jakie są główne objawy grypy? (wybierz jedną lub więcej odpowiedzi)

- A. Ogólne osłabienie organizmu
- B. Ból głowy
- C. Wysoka gorączka
- D. Biegunka

Podsumowanie z prawidłowymi odpowiedziami do zadań:

- |         |         |         |         |         |       |         |         |        |         |         |         |
|---------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|---------|--------|---------|---------|---------|
| 1. ABCD | 2. ABC  | 3. B    | 4. AB   | 5. ABCD | 6. AB | 7. ABC  | 8. ABCD | 9. ABC | 10. ABC | 11. ABC | 12. ABC |
| 13. A   | 14. ABC | 15. ABC | 16. ABC | 17. ABC | 18. A | 19. ABC | 20. ABC |        |         |         |         |