Ответы на вопросы  **Диктант по общественному здоровью 2020 21.12.2020**

Правильные ответы выделены жирным курсивом.

**Вопрос 1**.Максимальный инкубационный период новой коронавирусной инфекции COVID-19 составляет:

28 дней

21 день

**14 дней**

3 дня

**Вопрос 2.** Укажите возможные пути передачи новой коронавирусной инфекции COVID-19

Передача инфекции возможна только воздушно-капельным путем. Поэтому все должны носить маски.

**Преимущественный путь — воздушно-капельный путь, но возможна передача и после попадания вируса на предметы, за которые здоровый человек берется руками и переносит вирусы в свои дыхательные пути или в рот.**

Это — типичная болезнь грязных рук. Передача возможна только при попадании возбудителя инфекции в рот.

Коронавирус проникает в организм через здоровую кожу рук — поэтому и нужно носить перчатки.

**Вопрос 3**.Диагноз COVID-19 является установленным при наличии

Повышения температуры тела с насморком и болью в горле.

**Выявления вируса в мазке из носоглотки методом ПЦР (полимеразной цепной реакции).**

Выявления антител IgG к вирусу-возбудителю COVID-19 в аналитической крови.

Все перечисленные варианты — правильные.

**Вопрос 4**.Как необходимо готовиться к взятию мазка на новую коронавирусную инфекцию COVID-19?

Мазок можно сдать в любой момент, никакой подготовки не требуется.

Перед взятием мазка пациент с утра не должен чистить зубы. Этого достаточно для точного результата.

**Перед взятием мазка пациент с утра не должен чистить зубы, а за 3 часа не должен есть, пить, курить, полоскать горло.**

Перед взятием мазка пациент минимум за сутки не должен чистить зубы, есть, пить, курить, полоскать горло.

**Вопрос 5**.Какая эффективность вакцинации против коронавирусной инфекции?

 20-30%.

 40-50%.

 60-70%.

**90% и выше.**

**Вопрос 6.**Укажите продолжительность иммунитета после вакцинации Спутник V:3 месяца.

6 месяцев.

 9 месяцев.

**2 года и больше.**

**Вопрос 7**.Кто подлежит приоритетной вакцинации против COVID-19? **Медработники и работники образования**.

Служащие.

Водители.

Работники сельского хозяйства.

**Вопрос 8.**Вакцина Спутник V относится к:

Живым.

**Векторным.**

Субъединичным.

На основе нуклеиновых кислот.

**Вопрос 9.**Подъем температуры до 40° С, сильная головная боль, сухой кашель характерны:

для Гриппа.

COVID-19.

 ОРЗ (ОРВИ).

**Одинаково часто встречаются при любом из названных заболеваний.**

**Вопрос 10.**Антибиотики эффективны для лечения

**Присоединения бактериальной инфекции**.

Вирусных инфекций с первого дня заболевания.

Профилактики вирусных инфекций.

Только гриппа, а на другие вирусы они не должны.

**Вопрос 11**.Максим в свои 37 лет решил стать физически активным. Сколько времени ему необходимо уделять физической активности, чтобы соответствовать нормам ВОЗ?

Достаточно делать утреннюю гимнастику по 10 минут каждый день

Уделять аэробной физической активности умеренной интенсивности не менее 150‑300 минут в неделю.

**Уделять аэробной физической активности не менее 180 минут в день, заниматься разнообразными видами физической активности любой активности.**

Нужно заниматься силовыми упражнениями с отягощением.

**Вопрос 12.**Какой вид нагрузки наиболее полезен для сердечно-сосудистой системы?

**Умеренные нагрузки, связанные с циклическим движением: ходьба, бег, плавание, езда на велосипеде.**

Тяжелая атлетика: поднятие штанги или гирь.

Единоборства: бокс, различные виды борьбы.

Бодибилдинг.

**Вопрос 13.** Кристина (29 лет) решила заняться бегом. На сайте takzdorovo она узнала, что важно следить за пульсом. Какой он должен быть у Кристины во время тренировки общей выносливости?

 На частоту сердечных сокращений не нужно обращать внимание.

220 уд / мин — 29 лет = 191 уд / мин

**(220 уд / мин — 29 лет) х 0,6 = 115 уд / мин**

(220 уд / мин + 29 лет) / вес

**Вопрос 14**. Сколько фруктов и овощей нужно съедать ежедневно?

**400 г**

Не менее 1 кг.

Достаточно одного фрукта в день.

Фрукты и овощи есть не обязательно, главное, чтобы в рационе было достаточно белка.

**Вопрос 15.** Какой из перечисленных фруктов или овощей не учитывается при подсчете необходимого дневного рациона данной группы продуктов?

Яблоки

**Картофель.**

Капуста.

Мандарины.

**Вопрос 16**. Сколько соли в день можно употреблять практически здоровому человеку без вреда для здоровья (включая соль во всех продуктах)?

Любое количество соли вредно для здоровья.

**Не более 5 г (1 чайная ложка).**

Не более 15 г (1 столовая ложка).

Соли можно сыпать сколько угодно — лишь бы было вкусно.

**Вопрос 17**. Сколько сахара в день можно употреблять практически здоровому человеку без вреда для здоровья (включая сахар во всех продуктах)?

Не более 5 г (1 чайная ложка).

Не более 15 г (1 столовая ложка).

**Не более 30 г (2 столовые ложки).**

Не более 60 г (4 столовые ложки).

**Вопрос 18.** Людмила узнала, что необходимо употреблять в пищу больше ненасыщенных жиров. Какие продукты ей необходимо есть?

Кокосовое масло, сливочное масло

**Орехи, авокадо, оливковое масло.**

Жареное сало.

Ничего из перечисленного

**Вопрос 19**. Мария решила бороться с лишним весом. Как посчитать индекс массы тела?

Это показатель: «Рост (см) минус Вес (кг)».

Это показатель: «Вес (кг) делённый на Рост (м)».

**Это показатель: «Вес (кг) делённый на [Рост (м)] 2. Это синоним термина «вес тела».**

**Вопрос 20.** Какие значения показателя массы соответствуют нормальному весу?

От 16,0 до 18,4 кг / м2.

**От 18,5 до 24,9 кг / м2.**

От 25,0 до 29,9 кг / м2.

От 30 до 34,9 кг / м2.

**Вопрос 21.** Как часто нужно контролировать артериальное давление, если человека ничего не беспокоит?

Если голова не болит, то и нет необходимости это делать.

Если ничего не беспокоит, то один раз в пять лет.

**Не реже одного раза в год — при прохождении диспансеризации или профилактического медицинского осмотра.**

Артериальное давление нужно контролировать только при приеме лекарств для его снижения.

**Вопрос 22.** Наталья узнала, что ее артериальное давление составляет 130/85 мм рт. ст. и решила, что оно повышено. Врач сказала, что давление до 140/90 мм рт. ст. не считается повышенным. Кто из них прав?

Если болит голова, то права Наталья.

Наталья.

**Врач.**

Обе не правы

**Вопрос 23**. Какова главная цель постоянного приема лекарств при повышенном артериальном давлении?

Чтобы не болела голова.

**Чтобы не развились инфаркт миокарда или инсульт**.

Чтобы была выше работоспособность.

Если голова не болит, то при повышенном давлении лекарства принимать не нужно.

**Вопрос 24.** Какой из симптомов с наибольшей вероятностью свидетельствует о возможном наличии проблемы с сердцем?

Беспокоит покалывание в левой половине груди при волнении.

**Беспокоит давящая боль за грудиной при ходьбе быстрым или шагом подъеме по лестнице.**

Беспокоит колющая боль в правой половине груди при дыхании.

Беспокоит кашель при курении, сопровождающийся отхождением мокроты.

**Вопрос 25**. При наличии каких из перечисленных жалоб следует заподозрить наличие инсульта?

Резь и покраснение в глазах, обильное слезотечение.

Внезапное носовое кровотечение.

Боль в груди, онемение конечностей.

**Уголок рта опущен, человек не может надуть обе щеки, разборчиво произнести свое имя, одна рука ослабла**.

**Вопрос 26.** При появлении какой из перечисленных жалоб следует заподозрить наличие онкологического заболевания желудка?

**Отвращение к мясной пище.**

Сухой кашель с прожилками крови.

Сильная сухость во рту по утрам.

Алая кровь в стуле.

**Вопрос 27.** Рак груди, кишечника, почки, мочевого пузыря. Что их объединяет?

**Фактором риска их развития является избыточный вес**

При всех имеется алая кровь в стуле

При всех отмечается сильная сухость во рту по утрам

При всех обязательно присутствует отвращение к мясной пище

**Вопрос 28.** Методами выявления рака легких являются

**Рентгенологическое исследование органов грудной клетки.**

Электрокардиография.

Уреазный дыхательный тест.

Все перечисленные выше методы.

**Вопрос 29.** Какова максимальная нормальная концентрация глюкозы натощак в крови, взятой из пальца?

3,5 ммоль / л

4,5 ммоль / л

**5,5 ммоль / л**

6,5 ммоль / л

Вопрос 30. Какова верхняя граница нормы содержания общего холестерина в крови?

Менее 4,0 ммоль / л

**Менее 5,0 ммоль / л**

Менее 6,5 ммоль / л

Менее 8,0 ммоль / л

**Вопрос 31.** Какова главная цель всеобщей диспансеризации населения?

Выявление у человека любых хронических заболеваний.

**Выявление хронических неинфекционных заболеваний, которые являются основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения.**

Выявление скрыто протекающих инфекционных заболеваний с целью улучшения общей эпидемиологической обстановки в стране.

Изучение структуры заболеваемости по регионам с целью планирования развития здравоохранения.

**Вопрос 32.** Анне 35 лет. Она решила регулярно проходить диспансеризацию. Как часто ей это нужно делать?

**Один раз в три года, а с 40 лет — ежегодно.**

Ежегодно.

До 40 лет — ежегодно, после этого возраста диспансеризация не проводится.

Один раз в полгода.

**Вопрос 33.** В каком возрасте и как часто проводятся профилактические медицинские осмотры?

Профилактические медицинские осмотры проходят с 18 до 39 лет до одного раза в два года, в промежутке между годами проведения диспансеризации.

Профилактические медицинские осмотры до 40 лет не проводятся.

Профилактические медицинские осмотры до 40 лет проведения 2 раза в год. **Профилактические медицинские осмотры ежегодно с 18 до 39 лет в те годы, когда не проводится диспансеризация.**

**Вопрос 34**. После того, как Анна узнала, как часто ей нужно пройти диспансеризацию, ее взволновал вопрос: нужно ли платить за это. Что ответить Анне?

Нужно заплатить только за первый этап диспансеризации

**Диспансеризация проводится полностью бесплатно для гражданина Российской Федерации**

Нужно заплатить только за второй этап

Все обследования при прохождении диспансеризации бесплатно

**Вопрос 35**. Сколько этапов включает в себя диспансеризация?

Всегда только один этап.

Всегда два этапа.

**Один этап при выявлении отклонений, два этапа — при выявлении патологических отклонений на первом этапе.**

Это зависит от возраста прохождения диспансеризации

**Вопрос 36.** Каково главное отличие первого этапа диспансеризации от второго? Программа первого этапа одинакова для всех — вне зависимости от возраста и пола, второго этапа определяет врач — в зависимости от того, что было выявлено на первом этапе.

Программа первого этапа зависит от возраста и пола человека и является одинаковой для всех представителей данной половозрастной группы, а программа второго этапа человек может выбрать самостоятельно.

Программа первого этапа одинакова для всех — вне зависимости от возраста и пола, а вот программа второго этапа человек может выбрать самостоятельно.

**Программа первого этапа зависит от возраста и пола человека и является одинаковой для всех представителей данной группы, программа второго этапа определяет врач — в зависимости от того, что было выявлено на первом этапе.**

**Вопрос 37**. Входит ли эзофагогастроскопия в программу всеобщей диспансеризации? Является обязательным исследованием и входит в программу первого этапа диспансеризации.

**Проводится только по показаниям и может входить в программу второго этапа диспансеризации**.

При прохождении диспансеризации в возрасте 45 лет входит в программу первого этапа, а при прохождении диспансеризации в другом возрасте может входить в программу второго этапа — при наличии показаний, выявленных в первом этапе.

Не входит.

**Вопрос 38.** Как часто проводится флюорография или рентгенография органов грудной клетки в процессе всеобщей диспансеризации населения и медицинских осмотров?

**Каждые 2 года.**

Во время прохождения каждой диспансеризации.

По желанию самого пациента.

Данные исследования не входят в программу всеобщей диспансеризации и профилактических медицинских осмотров.

**Вопрос 39.** Как часто проводится регистрация электрокардиограммы в 12 отведениях при прохождении диспансеризации или профилактического медицинского осмотра?

Ежегодно с 18 лет — при каждом прохождении диспансеризации или профилактического медицинского осмотра.

**При первом прохождении диспансеризации или профилактического медицинского осмотра, а с 35 лет — ежегодно.**

При первом прохождении диспансеризации или профилактического медицинского осмотра, а с 40 лет — ежегодно при каждом прохождении диспансеризации.

При каждом прохождении диспансеризации, начиная с 18 лет.

**Вопрос 40.** Что происходит, если в ходе диспансеризации выявляется подозрение на наличие заболеваний, требующего дополнительного обследования, которое не входит в программу диспансеризации? Обследование продолжается по программе добровольного медицинского или пациенту приобрести такой полис.

Пациенту предлагается самостоятельно решить, где и на каких условиях он будет дальше обследоваться.

**Пациент направляется на дальнейшее обследование вне рамок диспансеризации по программе обязательного медицинского страхования.**

Пациенту предлагается продолжение обследование на коммерческой основе за свои средства.

**Вопрос 41.** Как может человек записаться на прием в свою поликлинику по системе обязательного медицинского страхования (ОМС)?

**Непосредственно в поликлинике, по телефону, по Интернету — через Портал Государственных услуг или региональные порталы.**

Непосредственно в поликлинике или по телефону.

Записаться можно только непосредственно обратившись в поликлинику.

Записаться можно только по телефону.

**Вопрос 42.** К каким врачам может самостоятельно записаться на прием взрослый человек по системе ОМС?

Врач общей практики, кардиолог, гастроэнтеролог, эндокринолог, невролог, хирург, акушер-гинеколог, уролог, офтальмолог, отоларинголог, стоматолог.

Врач общей практики, кардиолог, невролог, хирург, акушер-гинеколог, уролог, офтальмолог, отоларинголог, стоматолог.

**Врач общей практики, хирург, акушер-гинеколог, уролог, офтальмолог, отоларинголог, стоматолог.**

Врач общей практики, хирург, акушер-гинеколог, стоматолог**.**

**Вопрос 43**. Какая помощь может быть оказана с использованием телемедицинских технологий?

Врач может провести первичный прием, поставить диагноз и назначить лечение с помощью телемедицинских технологий.

**Врач может провести повторный прием пациента в процессе лечения с использованием телемедицинских технологий.**

С помощью телемедицинских технологий врачи могут общаться между собой, а общение с пациентом не разрешено.

Официальное использование телемедицинских технологий запрещено

**Вопрос 44.** Куда следует обратиться для получения полиса ОМС?

Для поиска полиса ОМС нужно обратиться в ближайшую к вашему адресу прописки районную поликлинику.

**Для получения полиса ОМС нужно обратиться в страховую медицинскую организацию, включенную в реестр Фонда ОМС, или в многофункциональный центр государственных услуг.**

Для получения полиса ОМС нужно обратиться в любую страховую организацию**.**

Для получения полиса ОМС нужно обратиться в лечебное учреждение, где есть ваша амбулаторная карта или история болезни.

**Вопрос 45**. Что такое здоровый образ жизни

**Образ жизни, снижает риск развития серьезных заболеваний или преждевременной смерти.**

Образ жизни, который предусматривает отказ от вредных привычек.

Образ жизни, при котором человек не испытывает стрессов.

Образ жизни, при котором человек ощущает себя максимально комфортно.

**Вопрос 46.** Кирилл решил отказаться от курения без помощи врача или никотинзаместительной терапии. Какие способы можно порекомендовать ему?

Решительно отказаться сразу.

Выкуривать меньше сигарет, пока не откажется полностью от курения.

Выкуривать сигареты не полностью, пока не откажется полностью от курения.

**Все из вышеперечисленного.**

**Вопрос 47.** Через какое время при отказе от курения уровень монооксида углерода (угарного газа) в крови достигнет нормального значения?

Через 15 минут.

Через сутки.

Через час.

**Через 12 часов.**

**Вопрос 48.** Какой показатель характеризует разность между уровнем рождаемости и смертности?

Средняя продолжительность предстоящей жизни.

Детская смертность.

Общая смертность населения.

**Естественный прирост населения.**

**Вопрос 49**. Что происходило с продолжительностью жизни россиян за последние десять лет?

Уменьшалась.

**Увеличивалась.**

Не изменялась.

Данный показатель не измерялся.

Естественный прирост населения.

**Вопрос 50.** Какая существует зависимость между уровнем потребления алкоголя и смертностью населения?

Чем выше уровень потребления алкоголя, тем выше смертность среди пожилых.

Чем ниже уровень потребления алкоголя, тем выше смертность.

**Чем выше уровень потребления алкоголя, тем выше смертность, особенно в трудоспособном возрасте.**

Зависимости нет.
Источник: https://ttcomm.ru/diktant-po-obshhestvennomu-zdorovju-2020-vse-otvety-na-voprosy.html