

Лечебная физкультура

ФИО: _____

Группа: _____

№1

Функцией позвоночника не является

- 1 рессорная
- 2 опорная
- 3 моторная
- 4 защитная
- 5 иммунная

№2

В лучезапястном суставе осуществляются движения:

- 1 сгибание, разгибание, приведение
- 2 супинация, пронация

№3

Коленный сустав образован:

- 1 большеберцовой костью, бедренной костью
- 2 малоберцовой костью
- 3 всем перечисленным

№4

К мышцам плеча не относится

- 1 дельтовидная мышца
- 2 двуглавая мышца
- 3 трехглавая мышца

№5

В локтевом суставе не осуществляются:

- 1 сгибание, разгибание
- 2 супинация, пронация
- 3 отведение, приведение.

№6

Функциями двуглавой мышцы плеча является:

- 1 сгибание предплечья
- 2 сгибание плеча, супинация

№7

К мышцам участвующим в сгибании голени не относится:

- 1 двуглавая
- 2 полусухожильная
- 3 полуперепончатая
- 4 четырехглавая

№8

Укажите ветви тройничного нерва

- 1 глазничная
- 2 верхнечелюстная
- 3 нижнечелюстная

№9

Лицевой нерв иннервирует:

- 1 жевательные мышцы

- 2 мимические мышцы.

№10

Головной и спиной мозг составляют:

- 1 центральную нервную систему
2 периферическую нервную систему

№11

Черепных нервов у человека в норме:

- 1 20 пар
2 12 пар
3 10 пар.

№12

Отделы головного и спинного мозга и нервы, которые регулируют преимущественно деятельность внутренних органов относятся к :

- 1 соматической нервной системе
2 вегетативной нервной системе

№13

За координацию сложных движений в головном мозгу отвечает:

- 1 мозжечок
2 промежуточный мозг
3 продолговатый мозг.

№14

К формам ЛФК относятся:

- 1 ближний туризм, утренняя гигиеническая гимнастика.
2 двигательный режим, физические упражнения

№15

Постуральными называются:

- 1 лечение положением
2 упражнения с нагрузкой
3 упражнения выполняемые мысленно

№16

Прогулки, экскурсии, ближний туризм относятся

- 1 к формам ЛФК
2 к средствам ЛФК

№17

К методическим приемам дозирования физических упражнений относятся:

- 1 подбор исходных положений
2 чередование мышечных нагрузок
3 степень сложности упражнений

№18

В зависимости от задач в различные периоды лечения выделяют дозировки физических нагрузок:

- 1 лечебные, тонизирующие
2 лечебные, тонизирующие, тренирующие

№19

Лечебная нагрузка

- 1 оказывает терапевтическое воздействие на пораженную систему или орган
2 сформировывает компенсацию, предупреждает осложнения

№20

Тонизирующая нагрузка

- Стимулирует функции основных систем, оказывает тонизирующее действие и поддерживает достигнутые результаты.
- оказывает терапевтическое воздействие, сформировывает компенсацию.

№21

Динамическими называются упражнения, когда мышца работает:

- в изометрическом режиме
- в изотоническом режиме

№22

Корректирующими называются

- движение конечностей и туловища направлены на исправление различных деформаций позвоночника, стоп и др.
- упражнения с использованием рефлекторных движений

№23

Упражнения в равновесии характеризуются:

- перемещением вестибулярного аппарата в различных плоскостях при движениях головы и туловища, изменениями площади опоры.
- перемещением высоты общего центра тяжести по отношению к опоре.

№24

Дыхательными упражнениями называются упражнения при выполнении которых

- произвольно (по словесной инструкции или по команде) регулируются компоненты дыхательного акта.
- дыхание сочетается с различными движениями.

№25

Дыхательные упражнения с использованием надувных мячей, игрушек и различных аппаратов относятся к

- статическим дыхательным упражнениям
- динамическим дыхательным упражнениям.

№26

Дренажными упражнениями называются упражнения при которых

- улучшается кровообращение в легких
- улучшается отток мокроты из бронхов в трахею.

№27

Идеомоторными называются

- упражнения в посылке импульсов к движению
- упражнения с использованием гимнастических снарядов
- простые движения руками и ногами

№28

Исходное положение, которое наиболее оптимально для укрепления мышц живота

- стоя
- сидя
- лежа на спине
- лежа на животе

№29

Упражнения, в основе которых лежат безусловные двигательные рефлексы называются

- постуральными
- изометрическими
- рефлекторными

№30

Упражнения, которые выполняются мысленно называются::

- идеомоторными

- 2 изометрическими
- 3 рефлекторными

№31

Действие корректирующих упражнений:

- 1 устраняют деформацию опорно - двигательного аппарата
- 2 укрепляют мышечный корсет
- 3 увеличивают объем движений.

№32

К циклическим упражнениям относятся:

- 1 бег, ходьба, лыжи, плавание.
- 2 игры, прыжки.
- 3 гимнастические упражнения.

№33

Ходьба с закрытыми глазами является упражнением:

- 1 на координацию
- 2 на коррекцию
- 3 на расслабление.

№34

Укажите действие маховых движений

- 1 устраняют болевой синдром
- 2 увеличивают объем движений

№35

Общеразвивающие гимнастические упражнения по степени активности подразделяются на :

- 1 специальные
- 2 активные
- 3 пассивные

№36

К основным средствам ЛФК не относится

- 1 физические упражнения, двигательные режимы, естественные факторы природы
- 2 трудотерапия, механотерапия, массаж.

№37

К дополнительным средствам ЛФК относится

- 1 физические упражнения, двигательные режимы
- 2 трудотерапия, массаж
- 3 механотерапия

№38

Укажите упражнения , не относящиеся к спортивно-прикладным упражнениям

- 1 ходьба
- 2 бег
- 3 плавание
- 4 гимнастические упражнения.

№39

Параметр, необходимый при составлении кривой физиологической нагрузки

- 1 частота дыхания
- 2 температура тела
- 3 частота пульса.

№40

Укажите периоды комплекса лечебной гимнастики

- 1 поддерживающий, восстановительный
- 2 вводный, основной, заключительный.

№41

К измерительным приборам ЛФК не относится:

- 1 весы
- 2 угломер
- 3 гимнастическая лестница
- 4 динамометр

№42

Осанка – это

- 1 поза непринужденно стоящего человека
- 2 заболевание.

№43

В норме у младшего школьника лопатки

- 1 торчат как крылья
- 2 приближены к грудной клетке
- 3 прижаты к грудной клетке

№44

В норме у младшего школьника живот

- 1 выступает над уровнем грудной клетки
- 2 находится на одном уровне с грудной клеткой
- 3 втянут по отношению к грудной клетки.

№45

Для сутулости характерно увеличение кифотической дуги

- 1 на протяжении всего грудного отдела позвоночника
- 2 в верхних отделах грудной клетки.

№46

При сутулости характерно

- 1 сгибание ног в коленных суставах
- 2 разгибание ног в коленных суставах
- 3 отсутствие изменений в коленных суставах.

№47

Круглая спина характеризуется увеличением кифотической дуги

- 1 в верхней части грудной клетки
- 2 на протяжении от С7 до L5
- 3 на протяжении от С7 до Т12

№48

Для круглой спины характерно

- 1 сгибание ног в коленных суставах
- 2 разгибание ног в коленных суставах

№49

Для кругло – вогнутой спины характерно

- 1 уменьшение грудного кифоза, увеличение поясничного лордоза
- 2 увеличение грудного кифоза, увеличением поясничного лордоза
- 3 увеличение грудного кифоза, лордоз в поясничном отделе сохранен

№50

Плоско- вогнутая спина характеризуется

- 1 уменьшением грудного кифоза, увеличением поясничного лордоза
- 2 увеличением грудного кифоза, увеличением поясничного лордоза

- 3 уменьшением грудного кифоза и поясничного лордоза.

№51

Сколиоз- это заболевание позвоночника, характеризующееся изменениями:

- 1 во фронтальной и сагиттальной плоскостях
2 во фронтальной, сагиттальной, горизонтальной плоскостях

№52

Принципы лечения сколиотической болезни на современном этапе

- 1 мобилизация позвоночника
2 коррекция деформации и удержание коррекции

№53

Средства ЛФК при лечении сколиотической болезни

- 1 физические упражнения, массаж
2 физические упражнения, лечение положением
3 корсетирование, гипсовые кровати, специальные тяги

№54

При сколиозе не показаны виды спорта

- 1 художественная гимнастика, тяжелая атлетика
2 лыжи, плавание, броски мяча в корзину
3 все перечисленное

№55

При кругло-вогнутой спине больной отмечает боль

- 1 вечером, после тренировки
2 утром, когда проснулся, после гимнастики облегчение.

№56

Вытягивающие упражнения при сколиозе воздействуют

- 1 на дугу искривления
2 на торсию.

№57

Сколиоз 1-2 -ой степени Дуга искривления большая, а торсия незначительная. Упражнения на вытяжение

- 1 показаны
2 показаны с ограничением - только в виде смешанного вися.

№58

Укрепление мышц при сколиозе назначается на

- 1 выпуклой стороне
2 на вогнутой стороне.

№59

Основная задача при нарушении мозгового кровообращения:

- 1 общее укрепление организма
2 снижение тонуса спастических мышц
3 укрепление спастических мышц
4 уменьшение болей.

№60

Деторсионные упражнения при сколиотической болезни назначают при близко расположенных вершинах сколиоза

- 1 да
2 нет

№61

При нарушении осанки с увеличением грудного кифоза не укрепляют

- 1 мышцы спины
- 2 живота
- 3 груди

№62

При плоскостопии укрепляют

- 1 мышцы свода стопы
- 2 мышцы живота
- 3 мышцы поясницы.

№63

Торсия позвонков наблюдается при заболеваниях:

- 1 болезнь Бехтерева
- 2 остеохондроз
- 3 сколиоз.

№64

В методике ЛФК при продольном плоскостопии не используют

- 1 использование теплой воды
- 2 массаж ног
- 3 ходьба на носках, пятках
- 4 ходьба по рыхлому грунту

№65

В методике ЛФК при поперечном плоскостопии не используют

- 1 ходьбу на носках
- 2 ходьбу на пятках
- 3 ходьбу на наружном своде.

№66

Основная задача ЛГ на 1 ступени при инфаркте миокарда:

- 1 борьба с гипокинезией
- 2 профилактика пролежней
- 3 борьба с атонией кишечника.

№67

На 1 ступени ЛГ при инфаркте миокарда нагрузка дается на мышечные группы:

- 1 мелкие
- 2 средние
- 3 крупные

№68

Оптимальное число повторений упражнений на средние мышечные группы на 4-й ступени ЛГ при инфаркте миокарда:

- 1 2-4
- 2 4-6
- 3 6-8

№69

Тренировочный режим при инфаркте миокарда можно использовать:

- 1 до 40 лет
- 2 до 50 лет
- 3 до 60 лет
- 4 до 70 лет.

№70

Противопоказанием для назначения ЛГ при инфаркте миокарда не является:

- 1 частые болевые приступы
- 2 пароксизмальная тахикардия
- 3 одышка при физической нагрузке

№71

Противопоказания для тренировочного режима при инфаркте миокарда:

- 1 аневризма левого желудочка, желудочковая экстрасистолия
- 2 недостаточность кровообращения I ст., одышка при физической нагрузке

№72

Задачей ЛФК при инфаркте миокарда не является

- 1 улучшение периферического кровообращения
- 2 улучшение психического состояния больного
- 3 предупреждение осложнений
- 4 увеличение подвижности в суставах.

№73

Темп упражнений при гипертонической болезни:

- 1 медленный
- 2 средний
- 3 быстрый

№74

При гипертонической болезни не используются:

- 1 ближний туризм
- 2 аутотренинг
- 3 лечебная гимнастика
- 4 терренкур
- 5 спортивные соревнования

№75

При гипертонической болезни показано:

- 1 прыжки
- 2 резкие наклоны туловища
- 3 бег трусцой

№76

Отходы от лекарственных препаратов и дез. средств с истёкшим сроком годности относятся к:

- 1 класс А (эпидемиологически безопасные)
- 2 класс Б (эпидемиологически опасные)
- 3 класс В (эпидемиологически чрезвычайно опасные)
- 4 класс Г (токсикологически опасные)
- 5 класс Д (радиоактивные)

№77

«Дезинфекция» – это

- 1 уничтожение патогенных микроорганизмов
- 2 комплекс мероприятий, направленных на уничтожение возбудителей инфекционных заболеваний и разрушение токсинов на объектах внешней среды.
- 3 уничтожение грибков
- 4 уничтожение вирусов

№78

На ВИЧ-инфекцию обследуются обязательно:

- 1 беременные женщины
- 2 больные с поражениями легких
- 3 больные парентеральными вирусными гепатитами
- 4 доноры крови и органов

№79

Журнал учета работы ультрафиолетовой бактерицидной установки заполняется:

- 1 ежедневно
- 2 1 раз в неделю
- 3 1 раз в месяц
- 4 при каждом включении установки

№80

ВИЧ-инфекция не передается при:

- 1 Рукопожати
- 2 Использовании одного шприца, несколькими лицами
- 3 Кашле, чихании
- 4 Пользовании туалетами или душевыми
- 5 от инфицированной матери плоду
- 6 Укусах комаров или других насекомых

№81

Для достижения эффективного мытья и обеззараживания рук необходимо соблюдать следующие условия :

- 1 коротко подстриженные ногти,
- 2 отсутствие лака на ногтях,
- 3 отсутствие искусственных ногтей,
- 4 отсутствие на руках ювелирных украшений

№82

Столкновение интересов двух или нескольких людей называется:

- 1 конфликтом
- 2 стрессом
- 3 переговорами

№83

Пути передачи ВИЧ-инфекции:

- 1 Половой путь
- 2 Парентеральный путь
- 3 Вертикальный путь
- 4 Воздушно-капельный путь
- 5 фекально-оральный путь

№84

Частота искусственных вдохов при ИВЛ у взрослых должна быть:

- 1 4-5 в минут
- 2 12-16 в минуту
- 3 30-40 в минуту
- 4 50-70 в минуту

№85

При проведении наружного массажа сердца взрослому ладони следует располагать

- 1 на границе средней и нижней трети грудины
- 2 на середине грудины
- 3 на границе верхней и средней трети грудины
- 4 в пятом межреберном промежутке

№86

Последовательность оказания помощи при сдавливании конечности:

- 1 наложение жгута, обезболивание, освобождение сдавленной конечности, асептическая повязка, иммобилизация, наружное охлаждение конечности, инфузия
- 2 асептическая повязка, наложение жгута, обезболивание, освобождение сдавленной конечности, иммобилизация, наружное охлаждение конечности, инфузия

- освобождение сдавленной конечности, обезбоживание, инфузия, наложение жгута, иммобилизация
- иммобилизация, обезбоживание, наложение жгута, инфузия

№87

Непрямой массаж сердца проводится:

- на границе верхней и средней трети грудины
- на границе средней и нижней трети грудины
- на 1 см выше мочевидного отростка

№88

Шок - это:

- острая сосудистая недостаточность
- острая сердечная недостаточность
- острая дыхательная недостаточность

№89

Первая помощь при гипогликемической предкоме:

- Срочно ввести инсулин.
- Дать пару кусков сахара, конфету, кусок хлеба.
- Срочно доставить в ЛПУ.
- Сделать непрямой массаж сердца.

№90

Заражение при контакте с ВИЧ-инфицированным пациентом может произойти при:

- уколе иглой
- порезе остроережущим предметом
- попадании крови и слюны больного на слизистые оболочки
- бытовом контакте

№91

Возможные пути передачи ВИЧ» инфекции:

- контактно-бытовой
- фекально-оральный
- половой
- воздушно-капельный
- трансфузионный
- парантеральный

№92

Деторсионные упражнения при сколиотической болезни направлены

- на уменьшение дуги искривления
- на уменьшение торсии.

№93

Задачей ЛФК при гипертонической болезни является:

- нормализация АД
- общее укрепление организма
- улучшение деятельности ЦНС
- обучение удлинённому выдоху.

№94

Для проведения ЛФК при недостаточности кровообращения 2-ой степени выбираются исходное положение:

- стоя
- на четвереньках
- сидя
- лежа с приподнятым изголовьем.

№95

Задачей ЛФК при недостаточности кровообращения 2-ой степени является:

- 1 стимуляция экстракардиальных факторов кровообращения
- 2 восстановление функции ССС
- 3 восстановление функции дыхательной системы.

№96

Специальным упражнением при гипотонической болезни является:

- 1 упражнение с отягощением
- 2 на координацию
- 3 на расслабление

№97

Эвакуации содержимого из бронхов способствует:

- 1 дренажные упражнения
- 2 статическое дыхание
- 3 звуковая гимнастика.

№98

При бронхиальной астме ведущей является:

- 1 тренировка удлиненного выдоха
- 2 тренировка навыка полного дыхания.

№99

Для больных, находящихся на щадящем двигательном режиме при заболеваниях легких характерно:

- 1 одышка при ходьбе в среднем темпе по ровной местности
- 2 одышка при ускоренном темпе ходьбы по ровной местности
- 3 одышка появляется при подъеме по лестнице в ускоренном темпе.

№100

Особенностью реабилитации при нарушении мозгового кровообращения является

- 1 лечение положением
- 2 массаж
- 3 пассивные движения
- 4 общий режим