

Pytania do egzaminu z Higieny i Epidemiologii

Wykładowca doc. dr med. Wiktor Piotrowski

- 1. Na czym polega łączność higieny z epidemiologią**
- 2. Epidemiologia – definicja, cele**
- 3. Jak się rozwijała epidemiologia**
- 4. Metody badań epidemiologicznych**
- 5. Zachorowalność definicja**
- 6. Umieralność, współczynnik umieralności**
- 7. Zapadalność (ang. *incidence proportion*), definicja**
- 8. Chorobowość (ang. *prevalence rate*) – definicja**
- 9. Rodzaje zmienności zjawisk zdrowotnych w czasie**
- 10. Badania retrospektywne i prospektywne**
- 11. Mierniki zdrowia populacji**
- 12. *Negatywne mierniki zdrowia populacji***
- 13. *Wymień mierniki ryzyka zdrowia***
- 14. Jaki jest cel i jak się przeprowadza standaryzację współczynników epidemiologicznych**
- 15. Źródła informacji o zdrowiu populacji i ich wartość**
- 16. Co to są badania skriningowe**
- 17. Jakimi cechami powinien cechować się test skriningowy**
- 18. Wyjaśnić pojęcia : Epidemia – Endemia – Pandemia**
- 19. *Sposoby przeprowadzenia dezynfekcji***
- 20. Struktura chorób zawodowych w Polsce wg głównych przyczyn u obu płci**
- 21. Struktura przyczyn zgonów w Polsce z uwzględnieniem różnic pomiędzy płciami**
- 22. Mierniki fizycznego rozwoju dzieci i młodzieży**
- 23. Czynniki wpływające na nadumieralność mężczyzn w stosunku do kobiet**
- 24. Czynniki usposabiające do raka płuc**
- 25. Podstawowe pojęcia e epidemiologii zakażeń :Zarazek Drobnoustroje chorobotwórcze , Priony jako patologiczne makromolekuły białkowe .Rezerwuar zarazków .Źródło zakażenia**
- 26. Pojęcia w epidemiologii wyjaśnić :Wrota zakażenia – Okres wylegania**
- 27. Na czym polega w epidemiologii łańcuch epidemiczny**
- 28. Pojęcia podstawowe wyjaśnić : Przenosiciel – Drogi szerzenia się zakażeń**
- 29. Drogi szerzenia się zakażeń ;Droga powietrzno – kropelkowa –Droga pokarmowo-wodna**
- 30. Choroby zakaźne na świecie**

31. Choroby przenoszone drogą płciową – STD (*sexually transmitted diseases*).
32. Choroby szerzące się przez zakażone produkty żywnościowe, wodę oraz choroby odzwierzęce .
33. Choroby zakaźne w Polsce.
34. Definicja zdrowia wg WHO.
35. Higiena środowiskowa zajmuje się jakim zagadnieniem.
36. Zdrowie zależy od jakich czynników działających na organizm człowieka.
37. Na pogorszenie stanu zdrowia wielu osób wpływają też według WHO takie niepokojące zjawiska ostatnich lat, jak .
38. Zdrowie psychiczne należy - zgodnie ze współczesnym stanem nauki - ujmować w sposób .
39. Zagrożenia współczesnej cywilizacji .
40. Realizacja wartości decydujących o zdrowiu psychicznym .
41. Głównym zadaniem higieny psychicznej jest .
42. Istotnym zadaniem ruchu higieny psychicznej jest
43. Co jest celem higieny osobistej?
44. Cele i zadania higieny osobistej
45. Zadaniem higieny osobistej jest
46. Cele epidemiologii .
47. Epidemiologia opisowa jako najstarsza metoda epidemiologiczna
48. Na czym polega w epidemiologii : Zmienność sekularna – Zmienność okresowa – Zmienność sezonowa
49. Epidemiologia analityczna ma zastosowanie w następujących przypadkach.
50. Epidemiologia eksperymentalna jako czynnik obserwacji
51. *Pozytywne mierniki zdrowia*
52. Współczynniki Przyrostu naturalnego ,Rodności ,Płodności
53. Jaki jest cel i jak się przeprowadza standaryzację współczynników epidemiologicznych
54. Źródła informacji o zdrowiu populacji i ich wartość ,bezpośrednie
55. Źródła informacji o zdrowiu populacji i ich wartość ,pośrednie
56. Co może podlegać badaniom screeningowym
57. Zakażenie pokarmowe a zatrucie pokarmowe
58. Ustalenie nośnika zakażenia w zatruciu pokarmowym ,dochodzenie epidemiologiczne.

59. Rodzaje dezynfekcji i sposoby jej wykonywania ,
zapobiegawcza ogniskowa ,bieżąca i końcowa
60. Najczęściej występujące choroby cywilizacyjne i inwazyjne
61. Wyjaśnij pojęcie zdrowia.
62. Wymień i omów czynniki warunkujące zdrowie, podaj ich procentowy udział w „polu zdrowia”.
63. Zasady kształtowania prawidłowych nawyków żywieniowych
64. Uzasadnij, dlaczego warzywa i owoce powinny wystąpić w każdym posiłku
65. Omów związki między sposobem żywienia a występowaniem chorób cywilizacyjnych.
66. Omów jakościowe metody stosowane w ocenie: posiłków i jadłospisów
67. Scharakteryzuj pokarmową drogę szerzenia się chorób zakaźnych
68. Struktura chorób zawodowych w Polsce wg głównych przyczyn u obu płci
69. Zawodowe uszkodzenie słuchu
70. Omów zespół wibracyjny: (postać stawowa, naczyniowa, neurologiczna)
71. Metody opracowania ogniska epidemicznego choroby zakaźnej
72. Działanie przyczynowe (usuwanie zakażonej żywności, dezynfekcja, dezynsekcja, deratyzacja)
73. Określenie źródła zakażenia, drogi przenoszenia,
74. Sposób żywienia (wg Meada)
75. Jakie są czynniki szkodliwe dla zdrowia (hałas, nieodpowiednie oświetlenie, zapylenie, promieniowanie, związki chemiczne, zwiększone obciążenie psychiczne i fizyczne
76. Jakie czynniki zazwyczaj chroniczne lub przewlekłe często prowadzą do trwałej utraty zdrowia.
77. .Czym są choroby zawodowe - grupa chorób spowodowanych działaniem czynników szkodliwych dla zdrowia występujących w środowisku pracy lub sposobem wykonywania pracy.
78. Zachorowalność definicja
79. Jakie są czynniki szkodliwe dla zdrowia
80. Zawodowe uszkodzenie wzroku
81. Do chorób zawodowych zalicza się między innymi.

- 82. Istotne w praktyce hierarchii wartości uniwersalnych w higienie psychicznej są wartości do których zaliczyć można prymat:**
- osoby przed rzeczą,
 - miłości przed sprawiedliwością,
 - etyki przed techniką,
 - prawa przed przemocą,
 - służby przed prywatą , omów szerzej te zagadnienia
- 83. Czy higiena psychiczna to również dążenie do coraz wyższego stopnia świadomości i życia zgodnego z sumieniem**
- 84. W jaki sposób jest wykonywana realizacja wartości decydujących o zdrowiu psychicznym i czym jest uwarunkowana (w bardzo wysokim stopniu przez świadomość człowieka: zdawanie sobie sprawy ze swojej odpowiedzialności wobec innych ludzi i akceptacji samego siebie na danym etapie rozwoju).**
- 85. Jakie są zagrożenia we współczesnym świecie , które stwarzają szczególne niebezpieczeństwo dla zdrowia psychicznego**
- 86. Jakich warunkach posiłki powinny być spożywane**
- 87. Jaka jest wartość odżywcza pożywienia**
- 88. Składniki pokarmowe produktów**
- 89. Co to jest bezpieczny poziom białka – wg Komitetu Ekspertów FAO/WHO**
- 90. Białko niekonwencjonalne, wyjaśnić znaczenie**
- 91. Jakie znaczenie ma w procesie odżywiania białko niekonwencjonalne**
- 92. Jakie znaczenie ma błonnik pokarmowy**
- 93. Co to jest choroba cywilizacyjna – choroba, której źródła można dopatrywać się w czynnikach związanych z rozwojem współczesnej cywilizacji takich jak szybkie tempo życia, permanentny stres, czynniki środowiskowe.**
- 94. Wyjaśnić co to jest dieta** Dieta – specjalny sposób odżywiania z ustaleniem ilości i jakości pokarmów dostosowany do bieżących potrzeb organizmu
- 95. Co to są normy żywienia (dzienna) – są to zestawy produktów spożywczych, jakie powinien spożyć człowiek w ciągu jednego dnia, aby zapewnić organizmowi prawidłową podaż składników odżywczych i energii**
- 96. Na czym polega prawidłowe żywienie – żywienie polegające na regularnym dostarczaniu organizmowi odpowiedniej do potrzeb, wieku, płci i aktywności fizycznej ilości energii oraz składników odżywczych w postaci prawidłowo sporządzonych dań i posiłków.**
- 97. Jakie są składniki odżywcze – są to substancje organiczne i nieorganiczne, które po uwolnieniu ze środków spożywczych w procesie trawienia w przewodzie pokarmowym mogą być wchłaniane i następnie wykorzystane przez organizm w metabolizmie**
- 98. Wymień składniki antyodżywcze – substancje, których większe ilości w środkach spożywczych utrudniają wchłanianie lub wykorzystanie składników odżywczych i tym samym zmniejszają wartość odżywczą produktów np. kwas foliowy, fitynowy, szczawiiowy.**
- 99. Składniki pokarmowe są – wszystkie substancje, które mogą występować w środkach spożywczych np., składniki antyodżywcze, antyodżywcze, niestrawne, trujące, substancje obce poprawiające smak, zapach, teksturę itp.**
- 100. W jaki sposób badamy stan odżywienia (odżywienie) – oceniany klinicznie (badaniem przedmiotowym i badaniami biochemicznymi) zespół cech funkcjonalnych, strukturalnych i biochemicznych, które powstały w skutek określonego sposobu żywienia się. Są to m.in. wysokość i masa ciała, grubość podskórnej tkanki tłuszczowej, rozwój mięśni, wygląd tkanek powierzchniowych, lokalizacja i wymiary narządów wewnętrznych, poziom niektórych składników w płynach ustrojowych, wydzielinach i wydalinach.**