

OBSAH

1. BOLEŠŤ.....	2
2. OBEZITA (TUČNOTA).....	3
3. SPÁNOK.....	4
4. ZDRAVIE.....	6
5. DÝCHANIE A VENTILÁCIA.....	8
6. PRELEŽANINA (DEKUBITUS).....	9
7. DIABETES MELLITUS(DM) - CUKROVKA.....	10
8. HYPERTENZIA.....	11
9. ISCHEMICKÁ CHOROBA SRDCA (ICHS).....	12
10. OSTEOPORÓZA.....	13
Anglický preklad: Mgr. Ľubomíra Laceková.....	15
1. PAIN.....	16
2. OBESITY.....	17
3. SLEEP.....	18
4. HEALTH.....	20
5. BREATHING AND VENTILATION.....	22
6. DECUBITUS.....	23
7. DIABETES MELLITUS (DM).....	24
8. HYPERTENSION.....	25
9. MYOCARDIAL ISCHAEMIC DISEASE (MID).....	26
10. OSTEOPOROSIS – BRITTLE BONES.....	27
Nemecký preklad: Mgr. Dana Kronfráterová.....	29
1. SCHMERZ.....	30
2. OBESITÄT (FETTLEIBIGKEIT).....	31
3. SCHLAF.....	32
4. GESUNDHEIT.....	34
5. ATMUNG UND VENTILATION.....	36
6. WUNDLIEGEN (DEKUBITUS).....	37
7. DIABETES MELLITUS (DM).....	38
8. HYPERTONIE (BLUTHOCHDRUCK).....	39
9. ISCHÄMISCHE HERZKRANKHEIT.....	40
10. OSTEOPOROSE - KNOCHENSCHWUND.....	41

1. BOLESTĚ



Pracovní list

1. Prečítaj si nasledujúce tvrdenia a rozhodni o ich správnosti. Ak je dané tvrdenie správne daj háčik (✓), ak nie daj krížik (x) a potom to oprav tým, že napíšeš správne tvrdenie do vyznačeného miesta.

Bolesť je subjektívny pocit, ktorý môže ovplyvniť celý život človeka.

Oprava _____

Pocitovanie bolesti zahŕňa štádiá: vnímanie bolestivých podnetov, zápalový proces, hypotenziu.

Oprava _____

Údaje, ktoré treba získať pri anamnéze bolesti sú: lokalizácia, názor na bolesť, diagnóza pacienta, poistovňa.

Oprava _____

Pacient zvyčajne lokalizuje presne bolesť povrchovú. Bolesť vznikajúcu vo vnútorných orgánoch vníma menej špecificky.

Oprava _____

Existujú tri typy stimulov bolesti: mechanický, tepelný a chemický.

Oprava _____

2. Na stupnici označ intenzitu bolesti

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3. Dopln ůdaje do vybodkovaných častí

Medzi zmiernujúce činitele patrí užívanie analgetík, pokoj,
.....bolesť je intenzívna a trvá kratší čas (menej ako šesť mesiacov).

Fantómová bolesť je.....
Faktormi ovplyvňujúce pocitovanie bolesti sú: vek, kultúra,
.....

2. OBEZITA (TUČNOTA)



Pracovný list



1. K týmto písmenám napíš jedno slovo týkajúce sa ochorenia obezity (napr. T – tuk)

B:
D:
E:
F:
G:
H:
CH:
L:
N:
O:
P:
S:
V:
Ž:

2. Vypočítaj BMI u ženy, ktorej výška je 168 cm a váha 92 kg. Urči zdravotné rizikoo riziko a potom riziko a potom doplň do tabuľky správne a nesprávne aktivity, ktoré by si tejto žene odporučil.

BMI je.....

Zdravotné
riziko.....

3. SPÁNOK

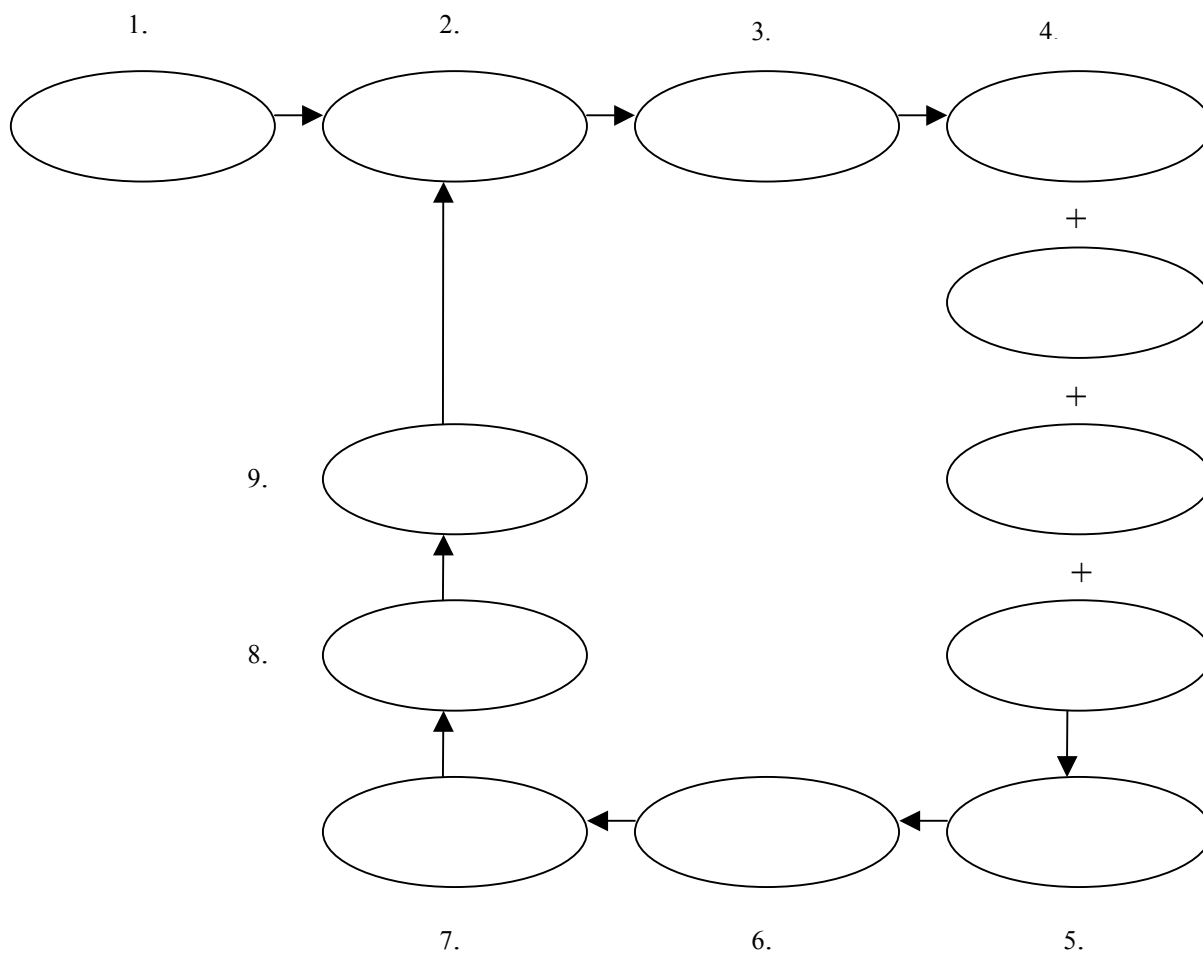


Pracovní list

1. Zarad'te uvedené výrazy (niektoré sa zámerne opakujú) do diagramu tak, aby spolu vytvorili spánkový cyklus

- NREM
- ľahký spánok
- ospalosť človeka
- plytký spánok
- relaxované svaly
- znížená TT
- znížený TK
- REM
- ľahký spánok
- stredne hlboký spánok
- stredne hlboký spánok
- hlboký spánok

Spánkový cyklus



2. Vytvorte dvojice pojmov z tabuľky „A“ s tabuľkou „B“, tak aby dávali význam

A

Spánok
Hypersomnia
Insomnia
Odpočinok
Parasomnia
Narkolepsia
Inverzný spánok
Hyposomnia

B

námesačnosť, rozprávanie zo spánku
regeneračný proces, fyziologická zmena vedomia
relaxácia (v činnosti alebo nečinnosti)
záchvat spánku (trvá niekoľko minút), ktorý nie je možné prekonať
človek má otočený deň s nocou (spí cez deň, v noci je čulý)
skrátaná dĺžka spánku
problémy so zaspávaním, predčasné prebúdzanie sa, plytký spánok
nadmerná spavosť

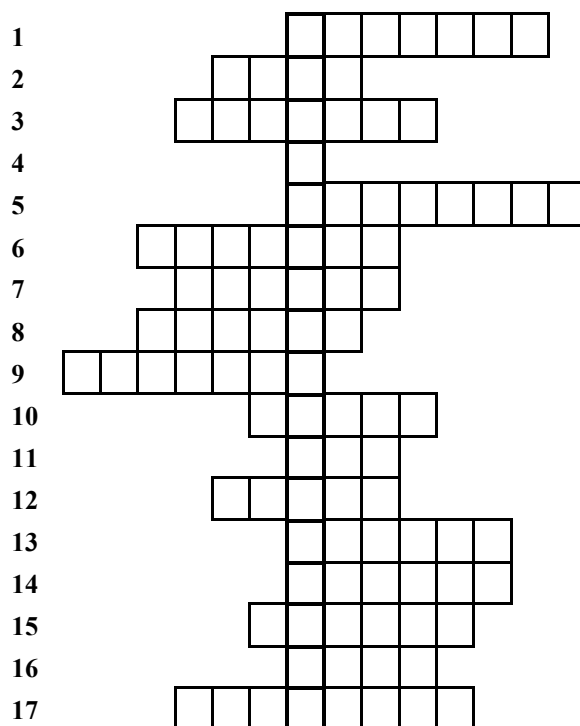
4. ZDRAVIE



Pracovný list

1. Vyrieš tajničku

TAJNIČKA



Legenda

1. Chutná príloha k mäsu
2. Nevyhnutná pre život je ...
3. Precitlivosť organizmu na niektoré potraviny
4. Ktorý vitamín je dôležitý pre zrak?
5. Každé ovocie obsahuje ...
6. Zelenina, ktorá obsahuje najviac vitamínu "C"
7. Droga, ktorú obsahuje zrnková káva
8. Chutný lesný plod
9. Prejedaním vzniká tučnota alebo ...
10. Zdraviu škodlivé látky, ktoré často spôsobujú smrť
11. Keď si chorý, pomôže ti bylinkový ...
12. Najpoužívanejšia listová zelenina
13. Anglické slovo „nuts“ po slovensky
14. Najviac vláknin obsahujú ovsené ...
15. Je zdravý a vraj odháňa bosorky
16. Zdravé chlpaté ovocie
17. Citrusový plod

2. Správne pospájaj nasledujúce výrazy a vybodkované miesta i doplň

Primárna prevencia

Ryža, ovocie, zelenina,
.....
.....
.....

Klinický model
zdravia

Starostlivosť o telesné zdravie

Zdravá strava

Vyhľadávanie rizikových faktorov,
očkovanie,
.....
.....

Fyzické zdravie

Odstránenie symptómov choroby

5. DÝCHANIE A VENTILÁCIA



Pracovný list

1. Vysvetlite tieto výrazy:

- tachypnoe.....
- bradypnoe.....
- Biotovo dýchanie.....
- astmatický záchvat.....
- Cheynovo-Stokesovo dýchanie.....
- bronchi.....
- dyspnoe.....
- mukolitiká.....
- eupnoe.....
- bronchodilatanciá.....
- spirometria.....
- inspírium.....
- bronchospazmus.....
- viskózny hlien.....
- Kussmaulovo dýchanie.....
- vonkajšie dýchanie.....
- pulmo.....
- alveoly.....
- hypoxia

2. Na základe informácií ktoré už máte o astme a dýchacích cestách, doplňte tabuľku:

- stĺpec „faktor“ – vypíšte aspoň 4, ktoré podmieňujú vznik astmy
- stĺpec „ako pôsobí“ – popíšte, ako daný faktor negatívne pôsobí na dýchací systém

Faktor	ako pôsobí

6. PRELEŽANINA (DEKUBITUS)



Pracovný list

1. Vysvetlite „prečo“ a „ako“ uvedené faktory pôsobia na vznik dekubitov

<i>Predisponujúci faktor</i>	<i>systém pôsobenia (mechanizmus pôsobenia)</i>
trenie, tlak	
imobilita	
inkontinencia	
hypoproteinémia	

2. Pri každej polohe určite predilekčné miesta

Poloha	Predilekčné miesta
Fowlerova	
Ortopnoická	
ľah na pravom boku	
ľah na bruchu	

7. DIABETES MELLITUS(DM) - CUKROVKA



Pracovný list

1. Vysvetli a doplň nasledujúce pojmy

- Inzulín je, tvorí sa v
- Glykémia je
- Polyúria je
- Antidiabetiká sú
- oGTT je
- Normálna hladina cukru v krvi je
- Diabetická diéta má číslo a diabetická diéta neslaná má číslo
- DM 2. typu je

2. Z uvedených slov vyber správne a vpíš do tabuľky

Nervozita, hlad, nadmerné močenie, potenie, rozmazané videnie, slabosť, tras, neustály pocit únavy, zmätenosť, dezorientácia, neustály smäd, ospalosť, nauzea, vracanie, závrate, strata hmotnosti, bolesť hlavy, suchá a podráždená pokožka, zahmlené videnie, bledosť, búšenie srdca, kóma, acetónový dych.

Hypoglykémia	Hyperglykémia

3. Doplň do tabuľky jednotlivé inzulíny

Krátkodobo pôsobiace inzulíny	Stredne pôsobiace inzulíny	Dlhodobo pôsobiace inzulíny

8. HYPERTENZIA



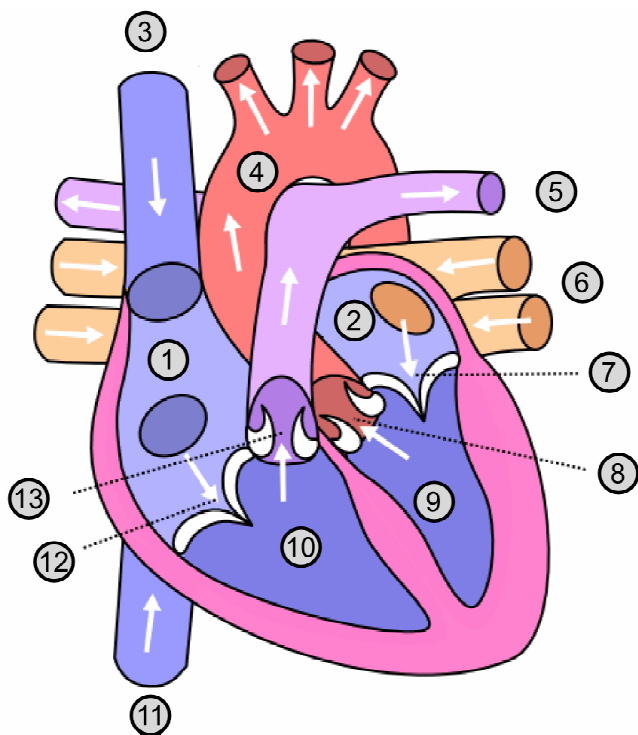
Pracovný list

1. Daj krížik (x), ak je to nesprávne, a háčik (✓), ak je dané tvrdenie správne

Hypertenzia je občasné zvýšenie TK

- a. Optimálna hodnota TK je 120/80 mmHg
- b. Medzi diagnostické metódy hypertenzie patrí napr. EKG , vyšetrenie krvi , ECHO , EEG , CT , meranie TT
- c. Hypertenzia sa lieči aj diuretikami , antikoagulanciami
- d. Medzi komplikácie hypertenzie patrí: nekróza , cirhóza , infarkt myokardu , cyanóza , laktóza , zlyhanie obličiek

2. Pomenuj časti srdca



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____

3. Popíš subjektívne príznaky pacienta, ktorý trpí ťažkou hypertenziou spojenou s ochorením obličiek

.....

9. ISCHEMICKÁ CHOROBA SRDCA (ICHS)



Pracovní list

1. Vyznačte a opravte chyby v texte:

- Veľký krvný obeh: okysličená krv preteká z pravej predsene cez trojcípu chlopňu pľúcnou do žíl celého tela, tam sa krv okysličí a vracia sa pľúcnou žilou do ľavej komory

OPRAVA:.....
.....

- Malý krvný obeh: okysličená krv preteká z ľavej komory do pľúcnej žily, odtiaľ sa dostáva do pľúc, tam sa nádychom krv odkysličí a odkysličená sa vracia aortou do pravej komory

OPRAVA:.....
.....

2. Doplňte chýbajúci text tak, aby dával význam:

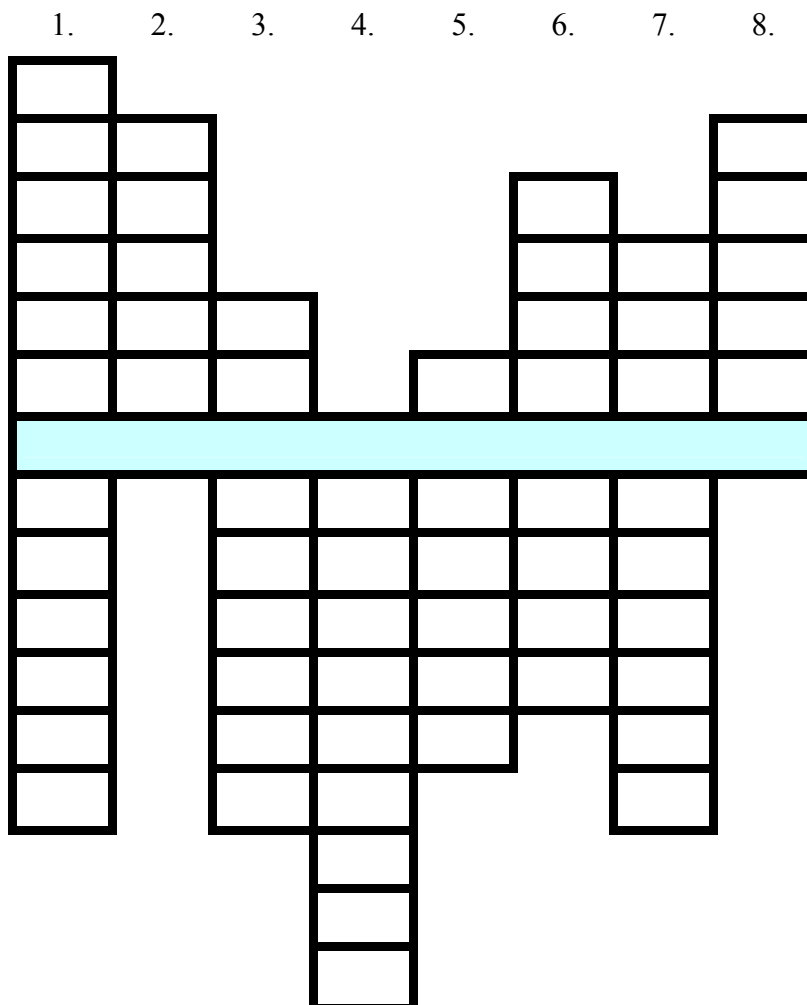
- ICHS je ochorenie, ktoré je spôsobené nedostatočným prívodom do Najčastejšie sa prejavuje bolesťou, ktorú nazývame..... Táto bolesť je lokalizovaná a často vyžaruje do Pri akútnom IM je táto bolesť intenzívna a nereaguje (alebo len veľmi málo) na podanie lieku..... Okrem bolesti sú prítomné aj poruchy srdcového rytmu, odborné označované ako Príčinou ICHS môže byť
..... Na diagnostikovanie ICHS sa v prvom rade vyžíva....., kedy sa snímajú elektrické..... Chorý s akútnym IM je hospitalizovaný na oddelení. Liečba zahŕňa dietoterapiu – výživu kde sa obmedzuje....., na podporu prekrvenia srdcového svalu sa pacientovi podávajú lieky , betablokátor na liečbu..... V akútnom štádiu ochorenia musí mať chorý psychický a, ale po ústupe bolesti sa postupne začína s, aby sme predišli komplikáciám z imobility a inaktivity.



10. OSTEOPORÓZA

1. Správne odpovedajte na položené otázky a vyplňte hrebeňovku

1. Ako sa nazýva diagnostická metóda, ktorou sa dá zistiť hustota kostnej hmoty?
2. Ktorý minerál je potrebný na stavbu kosti?
3. Ktorý príznak nás upozorní na osteoporózu?
4. Ak osteoporóza vzniká ako následok iných ochorení, označuje sa ako osteoporóza
5. Čo označujeme ako vysoko rizikový faktor podmieňujúci vznik osteoporózy?
6. Ako sa odborné povie úbytok kostnej hmoty?
7. Ako sa volá hormón štítnej žľazy, ktorý reguluje hladinu vápnika v krvi a preto sa používa v liečbe osteoporózy?
8. Ako sa odborné povie prehnutie chrbtice dozadu?



2. Na základe vedomostí , ktoré máte o osteoporóze, doplňte tabuľku. K uvedeným faktorom napíšte, ako a prečo podmieňujú vznik osteoporózy.

FAKTOR	ako pôsobí
vek	
↓ Ca, vit. D	
imobilita	
ochorenie prítitných teliesok	

**PRACOVNÉ LISTY K ODBORNÝM
UČEBNÝM TEXTOM
PRE STREDNÉ ZDRAVOTNÍCKE
ŠKOLY
(Doplnok)**

Anglický preklad: Mgr. Ľubomíra Laceková

1. PAIN



Working sheet

1. Read the following statements and decide whether they are true (✓) or false (x).

Correct false information.

Pain is a subjective feeling which can affect whole person' life.

Correction:

Pain experiencing includes: perception of painful stimuli, inflammatory process, hypotension.

Correction:

Data needed when searching for pain anamnesis are: localisation, opinion on pain, patient diagnosis, health insurance company.

Correction

Patient can usually locate superficial pain. Pain emerging in inner organs he percieves less specifically.

Correction:

There are three types of pain stimuli: mechanical, thermic and chemical.

Correction:

2. Mark pain intensity in the chart.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3. Fill in missing information

Among alleviating factors are taking analgetics, relax.....

..... pain is intesive and lasts shorter (less then 6 months).

Phantom pain is

Factors affecting pain experiencing are: age, culture,

2. OBESITY



Working sheet



1. For each letter write one word connected with obesity. (example O - obesity)

- W:
- F:
- B:
- D:
- C:
- G:
- W:
- A:
- L:
- M:
- O:
- R:
- L:

2. What is BMI for a woman 168 cm tall, her body weight is 92 kg. What is the health risk? Complete the chart with appropriate and inappropriate activities you would suggest for this woman.

BMI is:

Health risk is:

3. SLEEP

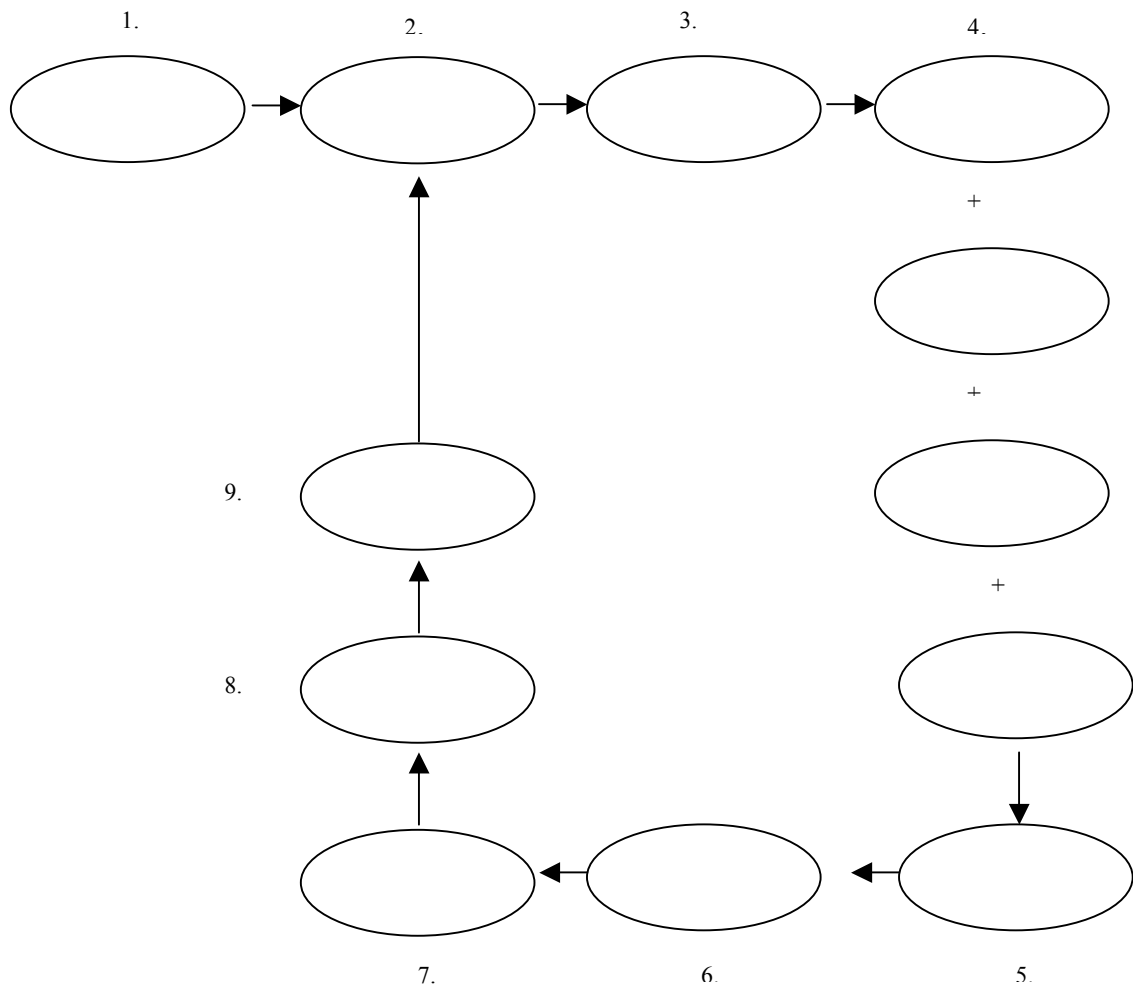


Working sheet

1. Put the terms in the right order (some of them are used more than once) to create a diagram of sleeping cycle

- NREM
- somnolent sleep
- sleepiness of a person
- shallow sleep
- muscles relaxed
- lowered body temperature
- lower blood pressure
- REM
- somnolent sleep
- medium deep sleep
- medium deep sleep
- deep sleep

Sleep cycle



2. Match A and B

A

Sleep
Hypersomnia
Insomnia
Relax
Parasomnia
Narcolepsy
Inverse sleep
Hyposomnia

B

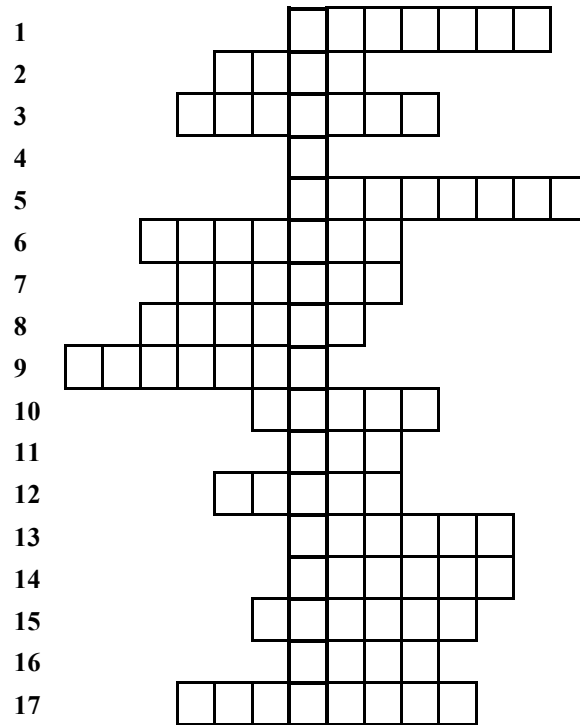
Sleepwalking, talking in one's sleep
Process of regeneration, physiological change of conscience
relax (active or not active)
Sleep attack (lasts few minutes), is not possible to overcome
A person has reversed day and night (sleeps during the day, active at night)
Shortened lenght of sleep
Problems with falling into sleep, waking up soon, shallow sleep
abnormal drowsiness



4. HEALTH

1. Solve the crosswords. Write the words in Slovak language, then translate it into English.

CROSSWORDS



Cues

1. Tasty food eaten with meat
2. Inevitable for life is ...
3. Hypersensitivity to some kinds of food.
4. Which vitamin is important for your sight?
5. Every kind of fruit contains ...
6. Vegetable with the biggest amount of C vitamin
7. Drug included in coffee.
8. Tasty forrest fruit
9. Overnutrition causes fatness or ...
10. Harmful substances which often cause death.
11. When you are ill, herbal..... can help you.
12. The most frequently used vegetable
13. What does „nuts“ mean in Slovak?
14. The biggest amount of fibre is included in oats ...
15. It is healthy and said to frighten the witches away.
16. Healthy hairy fruit
17. Citrus fruit

2. Match the following information and complete it.

Primary prevention

Rice, fruit, vegetable,
.....
.....
.....

Clinical model
of health

Taking care of our physical
health

Healthy food

Fiding risk factors, vaccination,
.....
.....

Physical health

Disposal of disease symptoms

5. BREATHING AND VENTILATION



Working sheet

1. Explain:

- tachypnoe.....
- bradypnoe.....
- Biot breathing.....
- asthmatic attack.....
- Cheyen-Stokes breathing.....
- bronchi.....
- dyspnoea.....
- mucolytic drugs.....
- eupnoea.....
- bronchodilatants.....
- spirometry.....
- inspirium.....
- bronchospasm.....
- viscous mucous.....
- Kussmaul breathing.....
- external breathing.....
- pulmo.....
- alveolus.....
- hypoxia

2. Complete the chart. List at least 4 factors causing asthma, for each factor describe its negative effect on respiratory system

Factor	effect

6. DECUBITUS



Working sheet

1. Explain “why“ and “how“ listed factors influence decubitus creation

<i>Factor</i>	<i>Mechanism of influence</i>
Friction, pressure	
immobility	
incontinence	
hypoproteinaemia	

2. Estimate predilection places with the concrete position.

Position	Predilection places
Fowler	
Ortopnoic	
Lying on the right side	
Lying on belly	

7. DIABETES MELLITUS (DM)



Working sheet

1. Explain and complete following terms

- Insulin is, it is created in.....
- Glycaemia is.....
- Polyuria is
- Antidiabetics are.....
- oGTT is
- Normal level of sugar in bloods
- Diabetic diet is number and diabetic diet without salt is number
- DM 2nd type is.....

2. Choose the correct words from the list and complete the chart.

Nervousness, hunger, polyuria, sweating, blurred vision, asthenia, tremor, ceaseless exhaustion, confusion, disorientation, ceaseless thirst sleepy, nausea, vomiting, dizziness, weight loss, headache, dry and irritated skin, cloudy vision, paleness, heart palpating, coma, acetone breath

Hypoglycaemia	Hyperglycaemia

3. Fill in the chart with types of insulin

Short-term effect insulin	Middle length effect insulin	Long-term effect insulin

8. HYPERTENSION

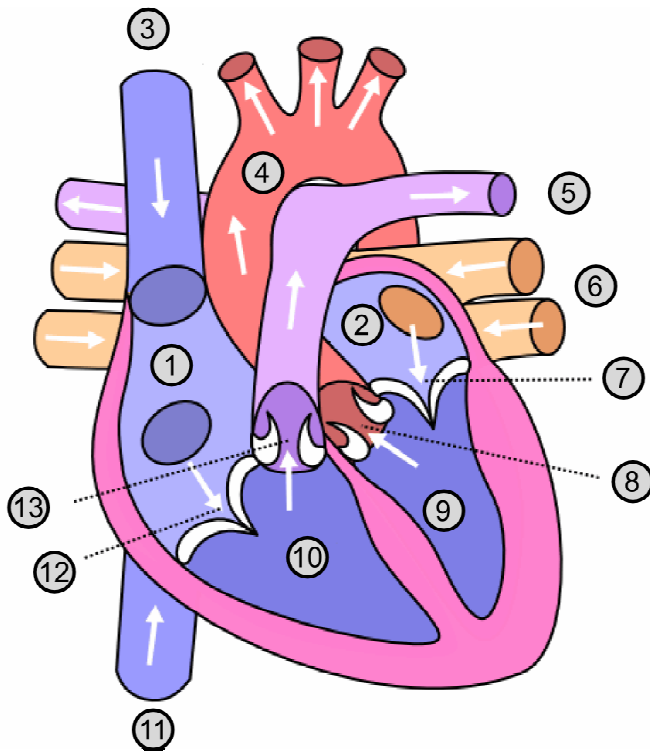


Working sheet

1. Decide whether the following statements are true (✓) or false (x)

- a. Hypertension is occasional increase of blood pressure
- b. Optimal measure of blood pressure is 120/80 mmHg
- c. Among diagnostic methods used with hypertension are e.g. ECG , blood examination , ECHO , EEG , CT , temperature measurement
- d. Hypertension is also cured by diuretic drugs , anticoagulants
- e. Among hypertension complications are: necrosis , cirrhosis , myocardial infarction , cyanosis , lactose , kidney failure

2. Name the parts of the heart



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____

3. Describe subjective symptoms of a patient suffering from serious form of hypertension connected with kidney disorder.

.....

9. MYOCARDIAL ISCHAEMIC DISEASE (MID)



Working sheet

1. Mark and correct the mistakes:

- Major systemic circulation: oxygenated blood flows from the right atrium through tricuspid valve and pulmonary artery to vessels in the whole body where it is oxygenated and returns back via pulmonary artery to the left atrium.

CORRECTION:.....
.....

- Lesser systemic circulation: oxygenated blood flows from the left chamber to pulmonary artery, then to the lungs where it is deoxygenated when inspiring and deoxygenated blood returns back through aorta to the right chamber.

CORRECTION:.....
.....

2. Complete the missing information:

Ischaemic disease of the heart is caused by insufficient supply of to
The most common symptom is pain which is called.....This pain can be localised in and often radiates to
..... With acute MI this pain is intensive and does not react (or just a little) to application of Besides pain also heart rhythm disorders are present, technical term
The cause of ischaemia can be..... For diagnostics in the first place is used, when electric are scanned. The patient suffering from acute MI is hospitalised in..... ward. The treatment includes dietotherapy – nutrition where..... is limited, to support heart muscle congestionare applied, betablockers for treatment of..... In acute state a patient must have psychical and, but when the pain is eliminatedstarts continuously to prevent complications of immobility and no physical activity.

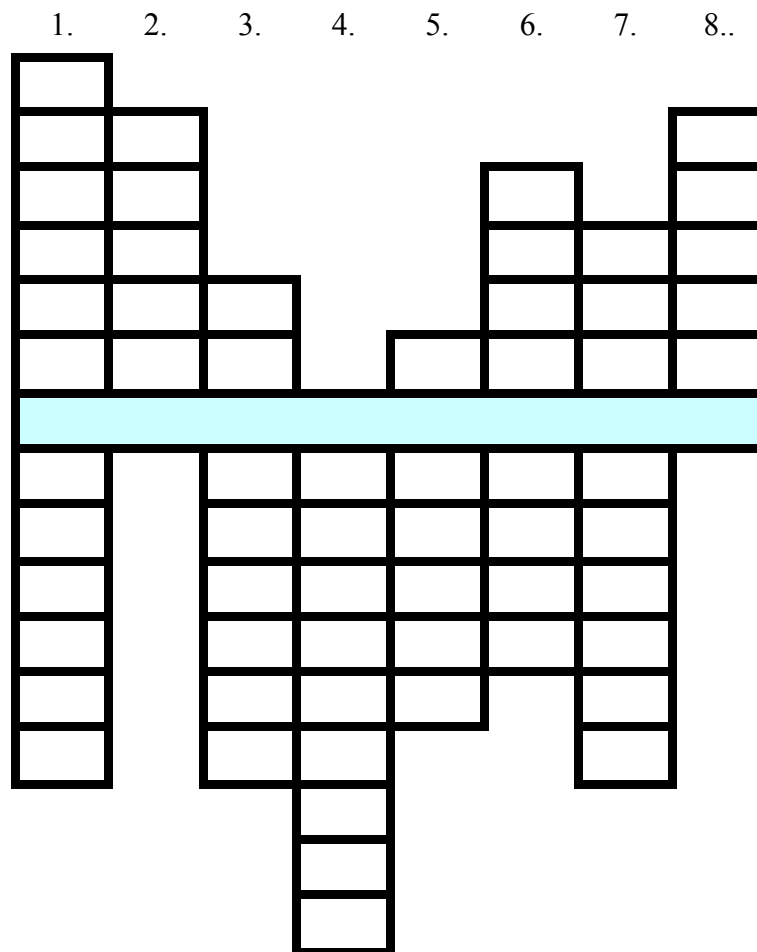
10. OSTEOPOROSIS – BRITTLE BONES



Working sheet

1. Answer the questions, translate to Slovak and solve the crosswords.

1. What is the name of diagnostic method used for measuring the density of bone material?
2. Which mineral is necessary for bone constitution?
3. Which symptom is a warning signal for osteoporosis?
4. If osteoporosis arises as a result of other diseases it is said to be osteoporosis.
5. What is said to be the high osteoporosis causing risk factor ?
6. What is the technical term for loss of bone material?
7. What is the name of thyroid hormone regulating the level of calcium in blood and it is used for osteoporis treatment?
8. What is technical term for spine retroflexion (kyphosis)?



2. Complete the table. For each factor write how and why they underterminate osteoporosis.

FACTOR	effect
age	
↓ Ca, vit. D	
immobility	
Thyroid glands dissaes	

**PRACOVNÉ LISTY K ODBORNÝM
UČEBNÝM TEXTOM
PRE STREDNÉ ZDRAVOTNÍCKE ŠKOLY
(Doplnok)**

Nemecký preklad: Mgr. Dana Kronfráterová

1. SCHMERZ



Arbeitsbogen

1. Entscheiden Sie, ob die folgenden Aussagen richtig (✓), oder falsch (x) sind. Korrigieren Sie die falschen Aussagen.

Der Schmerz ist subjektives Gefühl, das ganzes Leben des Menschen beeinflussen kann.
Korrektur:.....
.....

Schmerzempfinden enthält diese Stadien: Schmerzwahrnehmen, Entzündungsprozess, Hypotension.
Korrektur:.....
.....

Angaben, die man durch die Schmerzanamnese gewinnen sollte, sind: Schmerzbeurteilung, Diagnose, Krankenkasse.
Korrektur:.....
.....

Der Patient lokalisiert gewöhnlich den Oberflächenschmerz genau. Einen in den inneren Organen entstehenden Schmerz empfindet er weniger spezifisch.
Korrektur:.....
.....

Es gibt drei Typen von Schmerzreizen: mechanisch, thermisch, chemisch.
Korrektur:.....
.....

2. Auf der Meßskala bezeichnen Sie die Schmerzstärke

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3. Ergänzen Sie die folgenden Aussagen

Zu den lindernden Faktoren gehört Analgetikaverbrauch, Ruhe,
..... Schmerz ist kräftig und dauert kürzere Zeit (weniger als 6 Monate).
Phantomschmerz ist.....
Die Faktoren, die Schmerzempfindung beeinflussen, sind: Alter, Kultur,
.....

2. OBESITÄT (FETTLLEIBIGKEIT)



Arbeitsbogen



1. Zu diesen Anfangsbuchstaben schreiben Sie Wörter, die mit **Obesität** zusammenhängen (z.B. F – Fett)

- B:
- D:
- E:
- F:
- G:
- H:
- CH:
- L:
- N:
- O:
- P:
- S:
- V:
- Z:

2. Errechnen Sie Körpermassenzahl (BMI) einer Frau, die 92 kg schwer und 168 cm groß ist. Bestimmen Sie ihr Gesundheitsrisiko und ergänzen Sie in die Tabelle Aktivitäten, die für sie empfohlen und nicht empfohlen sind.

BMI ist.....

Gesundheitsrisiko:

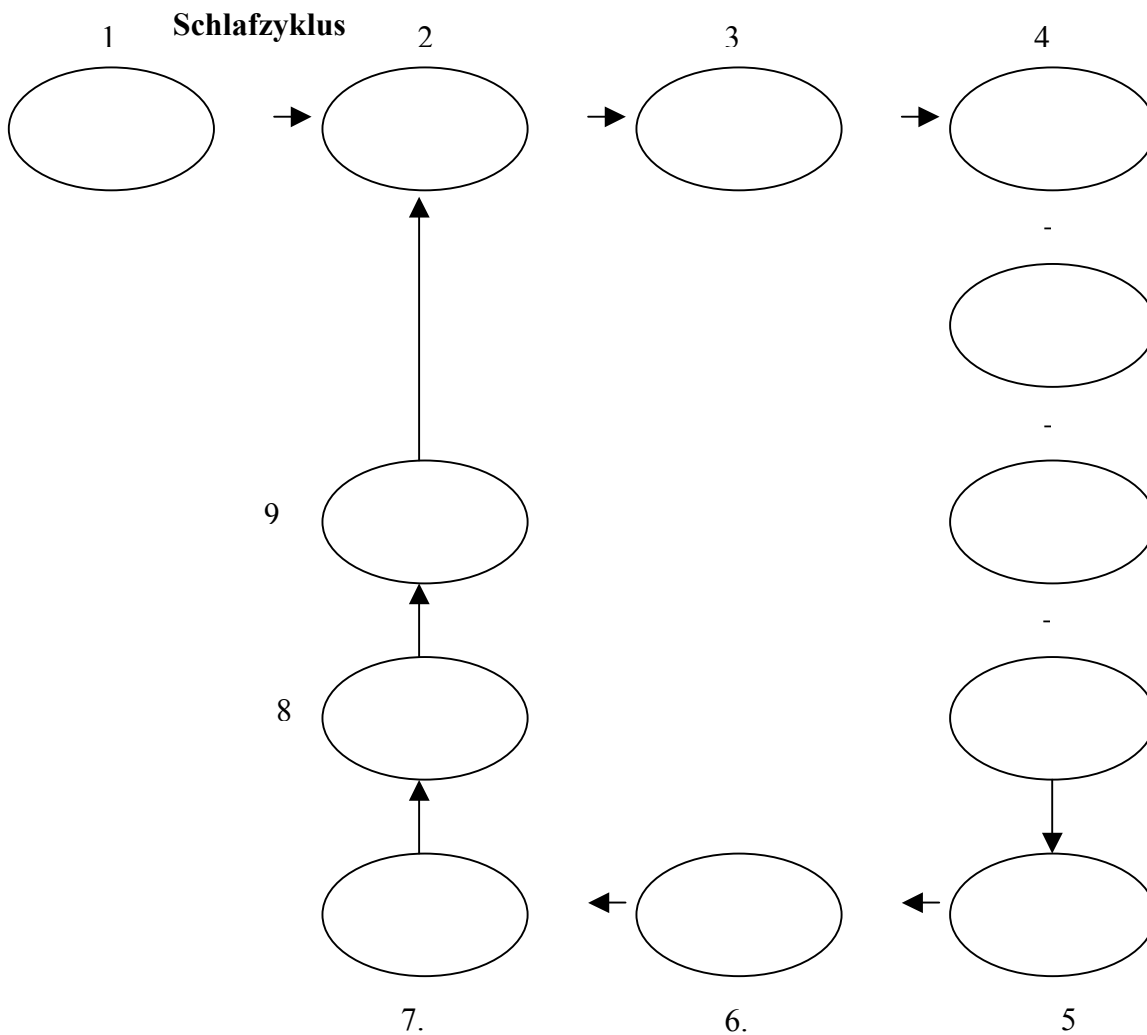
3. SCHLAF



Arbeitsbogen

. Bringen Sie die folgenden Ausdrücke (manche werden absichtlich wiederholt) in die richtige Reihenfolge, um einen Schlafzyklus zu bilden.

- NREM
- leichter Schlaf
- Schläfrigkeit
- flacher Schlaf
- Muskeln entspannt
- Temperatur sinkt
- Blutdrucksenkung
- REM
- leichter Schlaf
- mitteltiefer Schlaf
- mitteltiefer Schlaf
- tiefer Schlaf



2. Ordnen Sie den Ausdrücken in der Tabelle „A“ die Aussagen in der Tabelle „B“ zu.

A

Schlaf
Hypersomnie
Insomnie
Rast
Parasomnie
Narkolepsie
umgekehrter S.
Hyposomnie

B

Schlafwandeln, Sprechen im Schlaf
Regenerationsvorgang, physische Bewußtseinsänderung
Relaxation (in Tätigkeit oder Untätigkeit)
Schlafanfall (dauert ein paar Minuten), den nicht überwinden kann
zu viel Ruhe am Tag, zu viel Aktivität in der Nacht
verkürzte Schlafdauer
Einschlafstörungen, vorzeitiges Erwachen, flacher Schlaf
übermäßige Schlafsucht

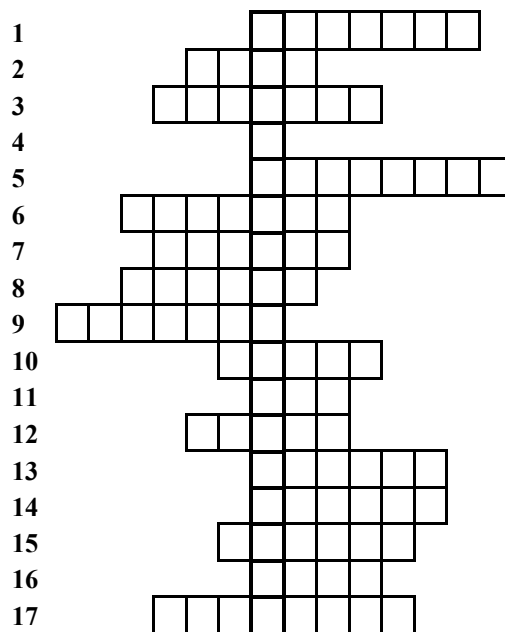
4. GESUNDHEIT



Arbeitsbogen

1. Beantworten Sie Fragen oder ergänzen Sie die folgenden Aussagen richtig und lösen Sie auf Slowakisch das Kreuzworträtsel.

KREUZWORTRÄTSEL



Legende

1. Geschmackliche Beilage zum Fleischgericht.
2. Lebensnotwendig ist
3. Überempfindlichkeit des Organismus gegen einige Lebensmittel.
4. Welches Vitamin ist für Sehvermögen wichtig?
5. Jede Obstart enthält ...
6. Gemüse, das am meisten Vitamin C enthält.
7. Die Droge, die Kaffee enthält.
8. Geschmackliche Frucht des Waldes.
9. Nahrungsüberfluss ruft Fettleibigkeit oder ... hervor.
10. Gesundheitsschädliche Stoffe, die oft Tod verursachen.
11. Wenn du krank bist, solltest du Kräuter..... trinken.
12. Blattgemüse, das am häufigsten gebraucht wird.
13. Deutsches Wort „Nussfrüchte“ auf Slowakisch.
14. Die meiste Ballaststoffe enthalten die Hafer.....
15. ist gesund und sollte die Hexen verjagen.
16. Gesundes zotteges Obst
17. Zitrusfrucht

2. Verbinden Sie richtig die folgenden Ausdrücke und ergänzen Sie die fehlenden Informationen.

primäre Prävention

Reis, Obst,
Gemüse.....
.....
.....

klinisches
Gesundheitsmodell

Sorge für körperliche
Gesundheit

gesunde Ernährung

Risikofaktoren erkennen,
Impfung.....
.....
.....

Physische Gesundheit

Krankheits Symptome beseitigen

5. ATMUNG UND VENTILATION



Arbeitsbogen

1. Erklären Sie diese Ausdrücke

- Tachypnoe.....
- Bradypnoe.....
- Biot - Atmung.....
- Asthmaanfall.....
- Cheyne-Stokes Atmung.....
- Bronchi.....
- Dyspnoe.....
- Mukolytika.....
- Eupnoe.....
- Bronchodilatantia.....
- Spirometrie.....
- Inspirium.....
- Bronchospasmus.....
- zäher Schleim.....
- Kussmaul – Atmung.....
- äußere Atmung.....
- Pulmo.....
- Alveolen.....
- Hypoxie

2. Aufgrund der Informationen, die Sie über Asthma und Atemwege schon gewonnen haben, ergänzen

Sie diese Tabelle:

- Kolonne „Faktor“ – schreiben Sie mindestens 4, die Asthmaentstehung beeinflussen
- Kolonne „wie wirkt“ – beschreiben Sie, wie dieses Faktor auf Atmungssystem negativ wirkt.

Faktor	wie wirkt

6. WUNDLIEGEN (DEKUBITUS)



Arbeitsbogen

1. Erklären Sie, „warum“ und „wie“ die angegebenen Faktoren auf die Dekubitusentstehung wirken.

<i>prädisponierendes Faktor</i>	<i>Wirkungssystem (Wirkungsmechanismus)</i>
Reibung, Druck	
Immobilität	
Inkontinenz	
Hypoproteinämie	

2. Bei jeder Lagerung bestimmen Sie die Prädilektionsstellen

Lagerung	Prädilektionsstellen
Fowler-Lagerung	
atemerleichternde Lagerung	
Rechtsseitenlage	
Bauchlage	



Arbeitsbogen

7. DIABETES MELLITUS (DM)

1. Erklären Sie die folgenden Ausdrücke und ergänzen Sie die fehlenden Informationen

- Insulin ist....., wird inproduziert.
- Glykämie ist.....
- Polyurie ist.....
- Antidiabetika sind
- Der oGTT ist
- Normalweise der Glukosegehalt im Blut ist
- Diabetesdiät hat Nummer und salzlose Diabetesdiät hat Nummer
- Den zweiten Typ DM bezeichnet man als

2. Aus den folgenden Wörtern wählen Sie die richtigen Ausdrücke aus und ordnen Sie sie richtig zu.

Nervosität, Hunger, vermehrte Harnausscheidung, Schwitzen, unscharfes Sehen, Schwäche, Zittern, ständiges Ermüdungsgefühl, Verwirtheit, Desorientation, ständiger Durst, Schläfrigkeit, Übelkeit, Erbrechen, Schwindel, Gewichtsabnahme, Kopfschmerzen, trockene und gereizte Haut, verschwommenes Sehen, Blässe, Herzpochen, Koma, Acetongeruch

Hypoglykämie	Hyperglykämie

3. Ergänzen Sie die Tabelle

Schnell wirkende Insuline	Mischinsuline	Langsamwirkende Insuline

8. HYPERTONIE (BLUTHOCHDRUCK)

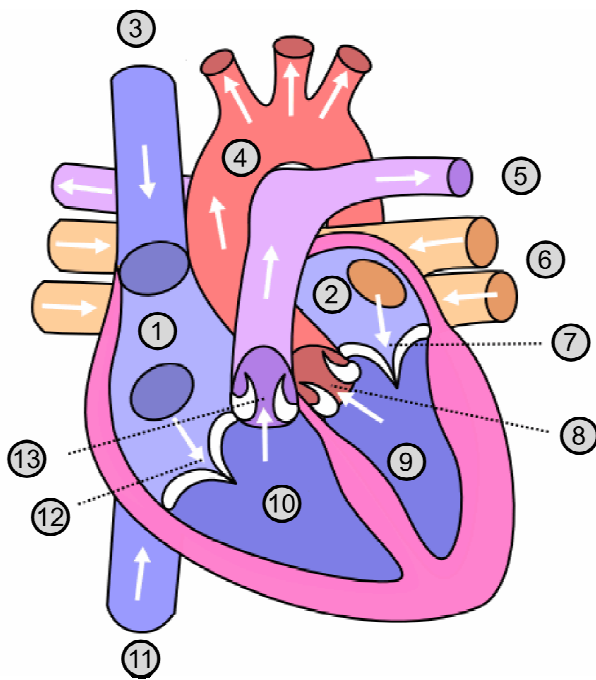


Arbeitsbogen

1. Entscheiden Sie, ob die folgenden Aussagen falsch (x), oder richtig(✓) sind

- a. Hypertonie ist eine zeitweilige Blutdrucksteigerung
- b. Optimaler Blutdruckwert ist 120/80 mmHg
- c. Zu den diagnostischen Methoden der Hypertonie gehören z.B. EKG , Blutuntersuchung , ECHO , EEG , CT , Temperaturmessung
- d. Gegen Hypertonie sind Diuretika , gerinnungshemmende Mittel wirksam.
- e. Zu den Hypertoniekomplikationen gehört: Nekrose , Zirrhose , Myokardinfarkt , Zyanose (Blausucht) , Laktose , Nierenversagen

2. Benennen Sie die einzelnen Teile des Herzen



- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____
- 4. _____
- 5. _____
- 6. _____
- 7. _____
- 8. _____
- 9. _____
- 10. _____
- 11. _____
- 12. _____
- 13. _____

3. Beschreiben Sie subjektive Symptome des Patienten, der an schwerer Hypertonie mit Nierenerkrankungen verknüpfter, leidet.

.....
.....

9. ISCHÄMISCHE HERZKRANKHEIT



Arbeitsbogen

1. Markieren und korrigieren Sie die falschen Aussagen:

- Der große Kreislauf: sauerstoffreiches Blut fließt von dem rechten Vorhof über die Tricuspidalklappe durch die Lungenarterie in die Venen des ganzen Körpers dort wird das Blut oxidiert und die Lungenvene führt das Blut in die linke Kammer.
- KORREKTUR:.....
.....
.....
- Der kleine Kreislauf: sauerstoffreiches Blut fließt von der linken Kammer in die Lungenvene, davon in die Lunge, dort wird das Blut durch Einatmen entsäuert und sauerstoffarmes Blut fließt durch die Aorta in die rechte Kammer zurück.
- KORREKTUR:.....
.....
.....

2. Ergänzen Sie die fehlenden Satzteile:

- Ischämie ist eine Erkrankung, infolge unzureichender-versorgung über Zu den häufigsten Symptomen zählen die Schmerzen, die wir nennen. Diese Schmerzen sind in örtlich festgelegt und oft strahlen in aus. Bei dem akuten Myokardinfarkt sind diese Schmerzen intensiv und werden nicht (oder nur wenig) durch Arzneimittel gelindert. Zu den Schmerzen gesellen sich auch Herzrhythmusstörungen, Fachausdruck Zu den Ursachen des Herzinfarktes gehören Die Diagnose kann man vor allen mit stellen, es geht um Aufzeichnung der elektrischen Der Patient mit dem akuten Myokardinfarkt wird auf der Abteilung hospitalisiert. Zur Behandlung eines Infarktkranken gehört auch Diättherapie – Ernährung, bei der reduziert sind. Zu einer Verbesserung der Durchblutung im Herzmuskel werden Medikamente verabreicht, Beta – Rezeptorenblocker werden zur Behandlung benutzt. Im akuten Stadium eines Myokardinfarkts muß der Patient psychische und haben, aber wenn die Schmerzen abklingen, fängt man schrittweise mit der an, um Komplikationen der Immobilität und Unaktivität vorzubeugen.

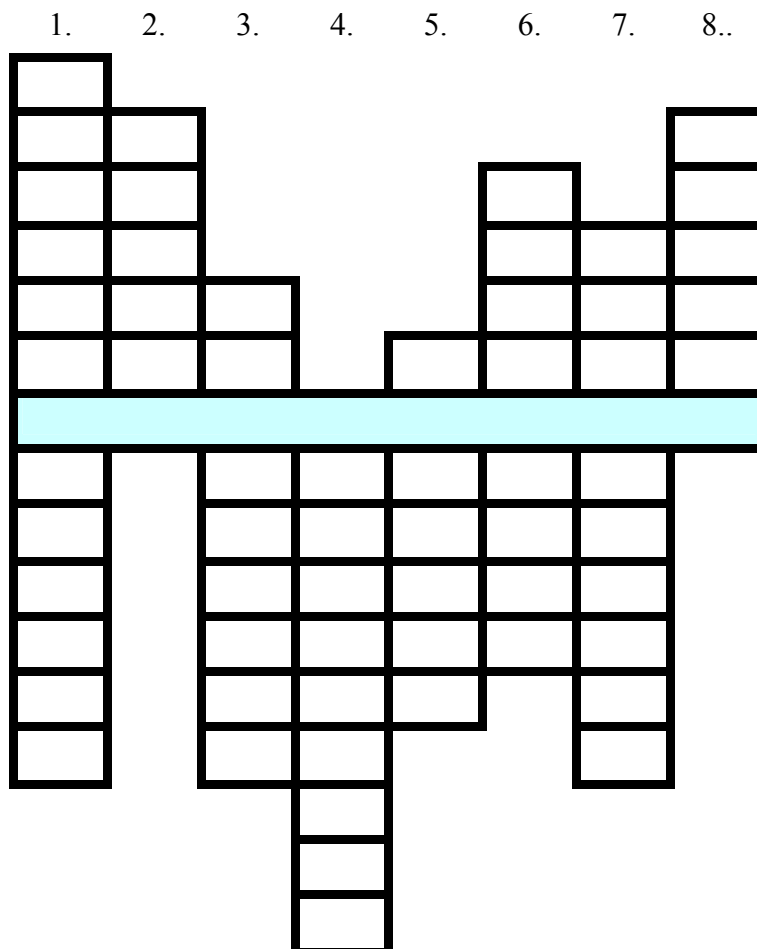
10. OSTEOPOROSE - KNOCHENSCHWUND



Arbeitsbogen

1. Beantworten Sie Fragen richtig und lösen Sie auf Slowakisch das Kreuzworträtsel.

1. Wie heißt man die diagnostische Methode, durch die man Knochendichte bestimmen kann?
2. Welcher Mineralstoff ist für Knochenbau notwendig?
3. Welches Anzeichen weist uns auf Osteoporose hin?
4. Wenn Osteoporose als Folge von anderen Erkrankungen entsteht, wird sie als bezeichnet.
5. Was wird als Hochrisikofaktor für Entstehung der Osteoporose bezeichnet?
6. Was ist der medizinische Fachausdruck für Abbau der Knochensubstanz?
7. Wie heißt man Hormon der Schilddrüse, das die Kalziumkonzentration im Blut reguliert und deshalb wird zur Behandlung von Osteoporose benutzt?
8. Was ist der medizinische Fachausdruck für Krümmung der Wirbelsäule nach hinten?



2. Aufgrund der Kenntnissen, die Sie über Osteoporose haben, ergänzen Sie diese Tabelle. Zu den angegebenen Faktoren schreiben Sie, wie und warum sie die Entstehung von Osteoporose bedingen.

FAKTOR	wie wirkt
Alter	
Vitamin D- und Kalziumabbau	
Immobilität	
Erkrankung Der Epithelkörperchen	