

ΥΓΙΕΙΝΗ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Η μέτρηση της αρτηριακής πίεσης αποτελεί μέθοδο πρωτοβάθμιας πρόληψης.

20

2. Να γράψετε στο τετράδιό σας τους αριθμούς **1, 2, 3** από τη στήλη **A** και, δίπλα, όσα από τα γράμματα **α, β, γ, δ, ε, στ** της στήλης **B** δίνουν τη σωστή αντιστοίχιση.

ΣΤΗΛΗ Α Διακρίσεις πρόληψης	ΣΤΗΛΗ Β Προληπτικά μέτρα
1. Πρωτοβάθμια	α. Μέτρηση αρτηριακής πίεσης
	β. Βούρτσισμα των δοντιών
2. Δευτεροβάθμια	γ. Λήψη κατάλληλης αγωγής από καρδιοπαθή
	δ. Πλύσιμο χεριών
3. Τριτοβάθμια	ε. Εμβολιασμός
	στ. Δοκιμασία (τεστ) Παπανικολάου

21

3. Ο εμβολιασμός ανήκει στη πρωτοβάθμια πρόληψη.

24

ΕΜ Γ΄

4. Η εξέταση Παπανικολάου είναι μέτρο δευτεροβάθμιας Πρόληψης.

19

5. Η μέτρηση της αρτηριακής πίεσης αποτελεί μέτρο της πρωτοβάθμιας Πρόληψης.

20

ΘΕΜΑ Β

ΟΒ΄

6. Να αναφέρετε τις αρχές και τους σκοπούς της Υγιεινής σύμφωνα με τον ορισμό της.

21

ΕΜΒ΄

7. Τι είναι προαγωγή υγείας σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας;

18

ΘΕΜΑ Γ

ΟΒ΄

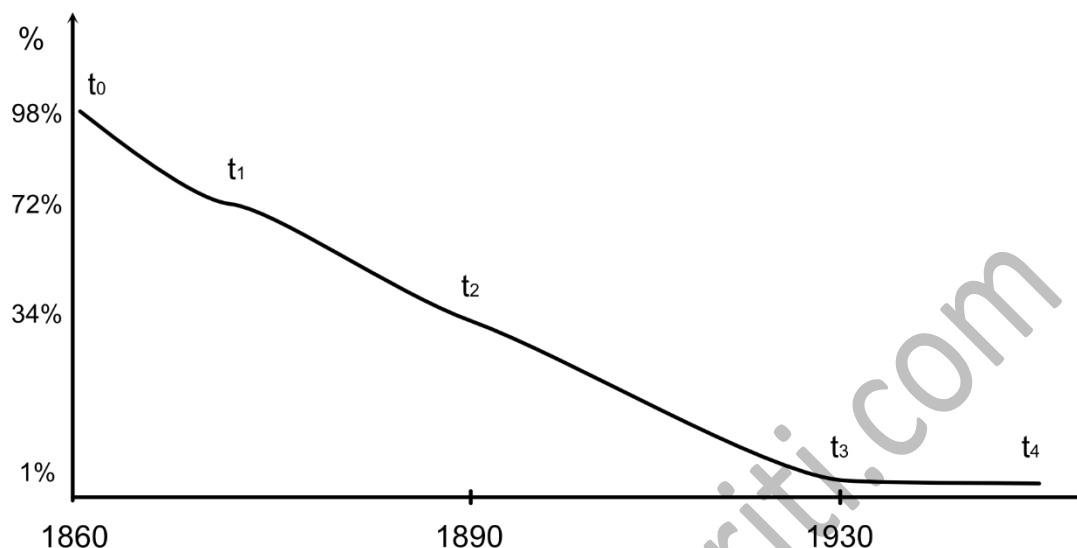
8. Ο Γάλλος ιατρός P. Budin στα μέσα του 19ου αιώνα με τις εργασίες του, έθεσε τις βάσεις της υγειονομικής πολιτικής των κρατών περί της προστασίας της μητρότητας και των βρεφών, με την θέσπιση νομοθεσίας για την υγιεινή των μαιευτηρίων και τις πρακτικές κατά τον τοκετό των μαιών και των μαιευτήρων.

Ο Butin ήταν διαπρέπεις ιατρός στο Παρίσι. Ζητούσε από τις μητέρες να επανέρχονται στο ιατρείο του έξι μήνες μετά τον τοκετό μαζί με τα βρέφη τους, στην γέννηση των οποίων είχε παρασταθεί ο ίδιος. Σύμφωνα με τις καταγραφές του, μόνο μια στις 200 μητέρες έφτανε στο ιατρείο του την δεύτερη φορά, μαζί με το νεογέννητο βρέφος της. Τα περισσότερα βρέφη ήταν θύματα επιλόχειων λοιμώξεων.

Λίγες δεκαετίες αργότερα οι κορυφαίοι μικροβιολόγοι L. Pasteur και R. Koch, ηγούταν της «μικροβιολογικής περιόδου της Ιατρικής και της Υγιεινής», με τις μνημειώδεις εργασίες τους για την κατανόηση των βιολογικών αίτιων των λοιμωδών νοσημάτων, που οδήγησαν στην δημιουργία των εμβολίων από τον πρώτο και την έγκυρη και έγκαιρη διάγνωση των λοιμωδών νοσημάτων έναντι των υπολοίπων ασθενειών, από τον δεύτερο.

Τέλος, το 1929 ο βακτηριολόγος A. Flemming ανακάλυψε την πενικιλίνη, το πρώτο αντιβιοτικό, επιτρέποντας πλέον τον θεραπευτικό έλεγχο των λοιμωδών νοσημάτων.

Δίνεται το παρακάτω διάγραμμα που αφορά την νεογνική και επίτοκη (θάνατος των μητέρων κατά τον τοκετό και λίγο μετά από αυτόν) θνησιμότητα:



Τι είδους πρόληψη κατά της βρεφικής θνησιμότητας άρχισε να εφαρμόζεται μετά τις εργασίες των κορυφαίων αυτών επιστημόνων; Αιτιολογήστε την απάντησή σας.

23

ΕΜΓ΄

9. Η Αγωγή Υγείας αποτελεί αναπόσπαστο και σημαντικό κομμάτι της Προαγωγής Υγείας και αποτελεί σημαντικό μέτρο για την πρόληψη νοσημάτων που απειλούν την υγεία των ανθρώπων.

Τι είναι η Προαγωγή της υγείας;

24

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2^ο

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Η Κοινωνική Υγιεινή διαμορφώθηκε μετά τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο.
 2. Η θεραπευτική ιατρική και η υγιεινή είναι ταυτόσημες έννοιες.
 3. Η ιατρική μάσκα είναι μέσο ατομικής και δημόσιας υγιεινής.
- 20
- 23

ΕΜΓ΄

4. Η Υγιεινή καλύπτει όλες τις δραστηριότητες του ανθρώπου, από τη στιγμή της γέννησής του μέχρι και το θάνατό του.
- 22

ΘΕΜΑ Β

ΟΒ΄

5. Σε ποιο κλάδο της Υγιεινής κινήθηκαν οι έρευνες του R. Doll και τι συμπεράσματα απέδωσαν;
- 24

ΕΜΓ΄

6. Ποιες φάσεις της ζωής του ανθρώπου καλύπτει η πρόληψη των ψυχικών διαταραχών;
 7. Να διατυπώσετε τον ορισμό της Ατομικής Υγιεινής και να αναφέρετε, ονομαστικά, έξι (6) μέσα/πρακτικές που εφαρμόζονται προαιρετικά από ένα άτομο στα πλαίσια αυτής.
 8. Να διατυπώσετε τους εξής ορισμούς:
- 19
- 20

α. Κοινωνική Υγιεινή

β. Ψυχική Υγεία

23

9. Να περιγράψετε τις τρεις (3) ομάδες ανθρώπων με τις οποίες ασχολείται η πρωτοβάθμια πρόληψη των ψυχικών διαταραχών.

24

ΘΕΜΑ Γ**ΟΒ΄**

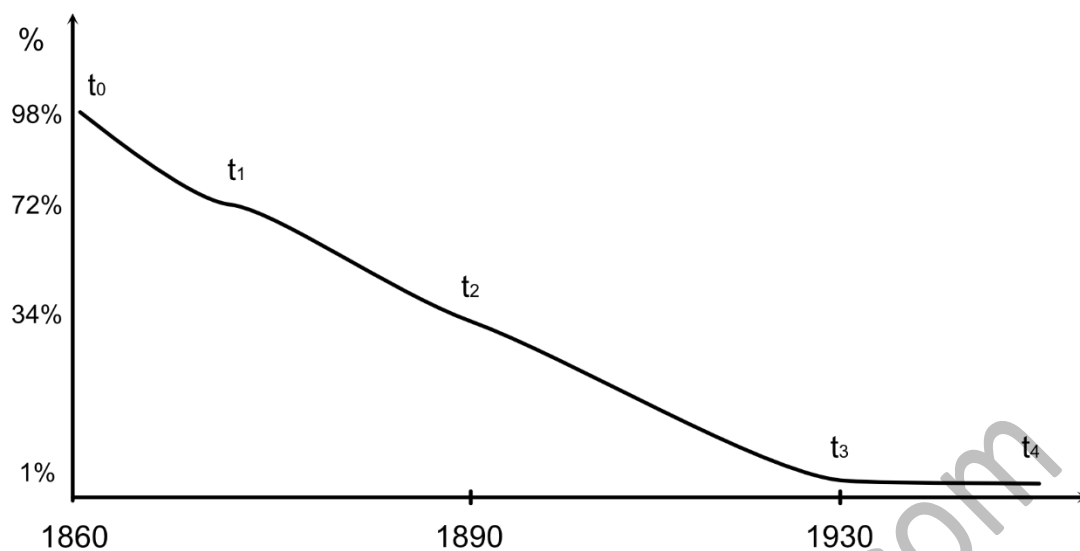
10. Ο Γάλλος ιατρός P. Budin στα μέσα του 19ου αιώνα με τις εργασίες του, έθεσε τις βάσεις της υγειονομικής πολιτικής των κρατών περί της προστασίας της μητρότητας και των βρεφών, με την θέσπιση νομοθεσίας για την υγιεινή των μαιευτηρίων και τις πρακτικές κατά τον τοκετό των μαιών και των μαιευτήρων.

Ο Budin ήταν διαπρέπεις ιατρός στο Παρίσι. Ζητούσε από τις μητέρες να επανέρχονται στο ιατρείο του έξι μήνες μετά τον τοκετό μαζί με τα βρέφη τους, στην γέννηση των οποίων είχε παρασταθεί ο ίδιος. Σύμφωνα με τις καταγραφές του, μόνο μια στις 200 μητέρες έφτανε στο ιατρείο του την δεύτερη φορά, μαζί με το νεογέννητο βρέφος της. Τα περισσότερα βρέφη ήταν θύματα επιλόχειων λοιμώξεων.

Λίγες δεκαετίες αργότερα οι κορυφαίοι μικροβιολόγοι L. Pasteur και R. Koch, ηγούταν της «μικροβιολογικής περιόδου της Ιατρικής και της Υγιεινής», με τις μνημειώδεις εργασίες τους για την κατανόηση των βιολογικών αιτιών των λοιμωδών νοσημάτων, που οδήγησαν στην δημιουργία των εμβολίων από τον πρώτο και την έγκυρη και έγκαιρη διάγνωση των λοιμωδών νοσημάτων έναντι των υπολοίπων ασθενειών, από τον δεύτερο.

Τέλος, το 1929 ο βακτηριολόγος A. Flemming ανακάλυψε την πενικιλίνη, το πρώτο αντιβιοτικό, επιτρέποντας πλέον τον θεραπευτικό έλεγχο των λοιμωδών νοσημάτων.

Δίνεται το παρακάτω διάγραμμα που αφορά την νεογνική και επίτοκη (θάνατος των μητέρων κατά τον τοκετό και λίγο μετά από αυτόν) θνησιμότητα:



α. Να προσδιορίσετε τις χρονικές στιγμές t_0 με t_4 , ως προς τα σημαντικά γεγονότα, που οδήγησαν στην εξάλειψη της βρεφικής θνησιμότητας.

β. Σε ποιο κλάδο της Υγιεινής συνέβαλαν οι αναφερόμενοι επιστήμονες; Αιτιολογήστε την απάντησή σας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3^ο

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Να γράψετε στο τετράδιό σας τους αριθμούς 1 και 2 από τη στήλη Α και, δίπλα, ένα ή περισσότερα από τα γράμματα α, β, γ, δ, ε της στήλης Β, που δίνει τη σωστή αντιστοίχιση.

ΣΤΗΛΗ Α	ΣΤΗΛΗ Β
1. Νοσήματα που έχουν εξαλειφθεί	Α. Διφθερίτιδα
	Β. Αλκοολισμός
	Γ. Φυματίωση
2. Κοινωνικά νοσήματα	Δ. Πολιομυελίτιδα
	Ε. Κατάθλιψη
	Στ. Ευλογιά

20

2. Για να μπορέσει η Υγιεινή να πετύχει τον σκοπό της δεν απαιτείται η ενεργητική συμμετοχή του ατόμου.
3. Ο Ασκληπιός ήταν ο πρώτος που μίλησε επιστημονικά για τα αίτια των λοιμωδών νοσημάτων.
4. Οι εν δυνάμει ασθενείς είναι λιγότεροι από τους ασθενείς.

21

23

ΕΜΒ΄

5. Στους εν δυνάμει ασθενείς, η λειτουργική διαταραχή γίνεται αντιληπτή και ως εκ τούτου καταφεύγουν στη θεραπευτική ιατρική.

18

ΕΜΓ΄

6. Προληπτική Ιατρική και Υγιεινή είναι ταυτόσημες έννοιες.

19

7. Οι αιτιολογικοί παράγοντες που επιδρούν στην υγεία του ανθρώπου πρέπει να αναζητηθούν μεταξύ άλλων στο γονότυπο του κάθε ανθρώπου.
8. Σύμφωνα με τους Αγγλοσάξονες, ένας από τους σκοπούς της Θεραπευτικής Ιατρικής είναι η ανακούφιση του αρρώστου.

22

ΘΕΜΑ Β

ΟΒ΄

9. Γιατί ο Ιπποκράτης θεωρείται ο πατέρας της Ιατρικής και της Υγιεινής; Ποια συγγράμματα έγραψε;

22

10. Ποιοι παράγοντες συντέλεσαν στην μείωση των νοσημάτων του παρελθόντος;

11. Ποιες είναι οι κύριες πηγές ρύπανσης στις αστικές περιοχές και με τι σχετίζονται;

23

ΕΜΓ΄

12. Πού πρέπει να αναζητηθούν οι αιτιολογικοί παράγοντες που επιδρούν στην υγεία του ανθρώπου;

19

13. Ποιοι άνθρωποι καλούνται ασθενείς;

22

14. Να ονομάσετε πέντε (5) νοσήματα αφθονίας που αυξάνονται συνεχώς.

23

ΘΕΜΑ Γ

ΟΒ΄

15. Ο Ηρακλής κατανάλωσε εχθές στο γεύμα του μυδοπίλαφο. Σήμερα το πρωί πήγε στο γραφείο όπου εργάζεται και αισθανόταν απολύτως υγιής, αλλά το απομεσήμερο άρχισε να νιώθει ναυτία και έντονα κοιλιακά άλγη.

Σε ποια ομάδα ανθρώπων, σύμφωνα με τον ορισμό της Υγείας, θα κατατάσσατε σήμερα το πρωί τον Ηρακλή και γιατί;

24

ΕΜΓ΄

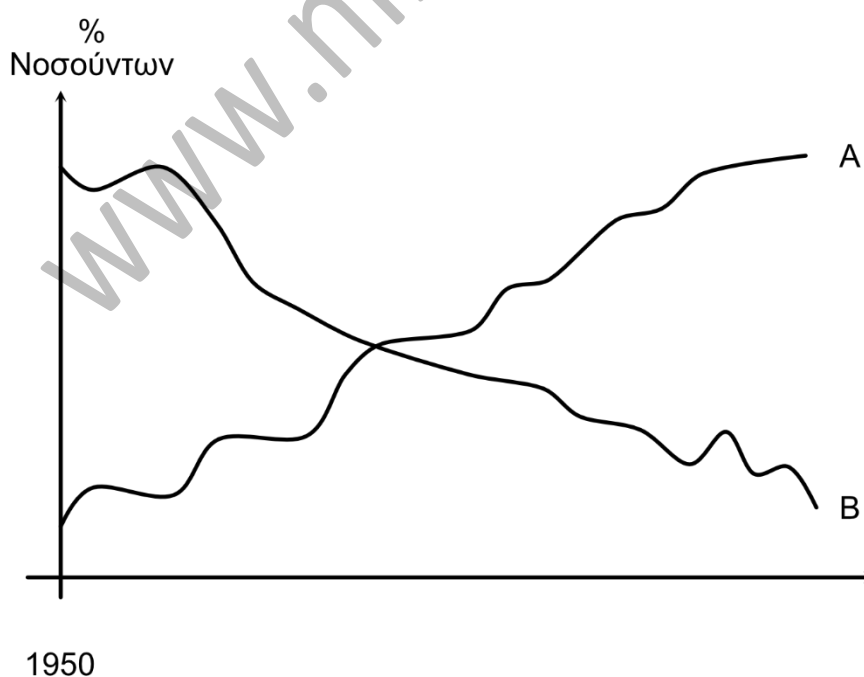
16. Να αναφέρετε πέντε (5) αιτιολογικούς παράγοντες ανάπτυξης σύγχρονων των νοσημάτων.

19

ΘΕΜΑ Δ

ΟΒ΄

17. Στο παρακάτω διάγραμμα παρουσιάζεται η μεταβαλλόμενη δημοπαθολογία ή αλλιώς, όπως ονομάζεται, η επιδημιολογική μετάβαση του ελληνικού πληθυσμού κατά την διάρκεια των ετών 1950-2020.



α. Σε ποια νοσήματα μπορεί να αναφέρεται η καμπύλη Α; Σε ποια νοσήματα μπορεί να αναφέρετε η καμπύλη Β;

β. Αναφέρετε τις αίτιες για την συμπεριφορά της καμπύλης Β και τα αίτια για την συμπεριφορά της καμπύλης Α καθώς και τα νοσήματα που αυτή αντιπροσωπεύει.

23

ΕΜΒ΄

- 18.** Ένας πολύ συνήθεις χαιρετισμός μεταξύ δυο ατόμων που εξυπηρετεί ο ένας τον άλλον είναι «ευχαριστώ πολύ, να είστε καλά». Τι υποδηλώνει αυτός ο χαιρετισμός; Πιστεύετε ότι αξίζει κάποιος να στεναχωριέται για ένα ατυχές συμβάν, εάν είναι «καλά» με την έννοια του παραπάνω χαιρετισμού;

18

ΕΜΓ΄

- 19.** Για αιώνες η προστασία της υγείας εστιάζεται στον έλεγχο των λοιμωδών νοσημάτων. Πώς επιτυγχάνεται η προστασία της υγείας σήμερα;

20

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4^ο

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Η γρίπη μεταδίδεται με άμεση μετάδοση.
21
2. Ο διαβήτης ανήκει στα λοιμώδη νοσήματα.
22
3. Η ελονοσία μεταδίδεται αερογενώς.
4. Η διεθνής δήλωση νοσημάτων είναι υποχρεωτική για όλα τα λοιμώδη νοσήματα.
5. Κάθε χρόνο δηλώνονται όλο και λιγότερες νέες περιπτώσεις βλεννόρροιας.
24

ΕΜΒ΄

6. Να γράψετε στο τετράδιό σας τον αριθμό καθεμιάς από τις παρακάτω προτάσεις και δίπλα στον αριθμό, το γράμμα που αντιστοιχεί στη σωστή απάντηση.
 - α. Ποιο από τα παρακάτω ανήκει στα νοσήματα που μεταδίδονται μέσω του πεπτικού συστήματος:
 - i. Ηπατίτιδα Α
 - ii. Ηπατίτιδα Β
 - iii. Ηπατίτιδα C
 - β. Ο ιός του AIDS δεν μεταδίδεται:
 - i. Από τη μητέρα φορέα
 - ii. Με τα παράγωγα του αίματος
 - iii. Με τα σκεύη φαγητού
 - γ. Στην άμεση μετάδοση των λοιμωδών νοσημάτων ανήκει:
 - i. Το τσίμπημα από κουνούπι (ξενιστής)
 - ii. Πυρήνες σταγονιδίων
 - iii. Το δάγκωμα από σκύλο

18

ΕΜΓ΄

7. Για τη θεραπεία της σύφιλης χορηγείται πενικιλλίνη.

19

8. Η ελονοσία είναι ένα από τα τέσσερα (4) λοιμώδη νοσήματα για τα οποία είναι υποχρεωτική η διεθνής δήλωση.

9. Να συμπληρώσετε ορθά τον παρακάτω πίνακα.

Στη Στήλη 1 σας δίνεται ένα σύμπτωμα.

Καλείστε να συμπληρώσετε το λοιμώδες νόσημα που αντιστοιχεί στο συγκεκριμένο σύμπτωμα (Στήλη 2), άλλο ένα σύμπτωμα που προκαλεί το συγκεκριμένο νόσημα (Στήλη 3), καθώς και το χρόνο επώασης του λοιμώδους νοσήματος (Στήλη 4).

20

ΣΤΗΛΗ 1	ΣΤΗΛΗ 2	ΣΤΗΛΗ 3	ΣΤΗΛΗ 4
ΣΥΜΠΤΩΜΑ 1	ΝΟΣΗΜΑ	ΣΥΜΠΤΩΜΑ 2	ΧΡΟΝΟΣ ΕΠΩΑΣΗΣ
Ναυτία			
Πονόλαιμος			
Δυσουρία			

10. Το σύνολο των κρουσμάτων μίας νόσου σε μία δεδομένη χρονική στιγμή, χαρακτηρίζεται ως επιπολασμός.

11. Ένας από τους σκοπούς μία επιδημιολογικής μελέτης είναι η εύρεση του αιτίου στο οποίο οφείλεται ένα λοιμώδες νόσημα.

22

12. Η πανώλη μεταδίδεται με το ανωφελές κουνούπι.

24

ΘΕΜΑ Β

ΟΒ΄

13. Τι είναι η πληθυσμιακή ανοσία και ποιος ο ρόλος της; Αναφέρετε ένα μέτρο πρωτοβάθμιας πρόληψης που συμβάλλει στην αύξηση της πληθυσμιακής ανοσίας για ένα συγκεκριμένο νόσημα.

22

14. Ποιες ασθένειες μπορεί να προληφθούν με τον εμβολιασμό;
15. Ποια νοσήματα που γνωρίζετε οφείλονται σε ιούς;
16. Ποια κύτταρα του ανθρώπινου οργανισμού προσβάλλονται από τον ιό HIV και ποια συμπτώματα παρουσιάζουν οι ασθενείς;

23

- 17.α) Για ποια ασθένεια έχει ανοσοποιηθεί το 50% του πληθυσμού με φυσικό τρόπο και γιατί;
- β) Γράψτε τρία μέτρα προφύλαξης από την ασθένεια αυτή.

24

ΕΜΓ΄

18. Να διατυπώσετε τον ορισμό της Επιδημιολογίας.
19. Να αναφέρετε, ονομαστικά, τέσσερις (4) τρόπους με τους οποίους σήμερα είναι απόλυτα τεκμηριωμένο ότι δε μεταδίδεται ο HIV.
20. Να περιγράψετε τη διαδικασία που ακολουθείται κατά τη διεξαγωγή μιας επιδημιολογικής μελέτης, καθώς και το σκοπό αυτής.

20

ΘΕΜΑ Γ

ΟΒ΄

21. Αναφέρετε τέσσερα λοιμώδη νοσήματα για τα οποία υπάρχουν εμβόλια. Σε ποια κατηγορία ανήκει το κάθε νόσημα;
22. Τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα αποτελούν σημαντικό πρόβλημα δημόσιας υγείας σ' όλο τον κόσμο.

α. Ποιο από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα είναι το πιο διαδεδομένο; Πόσες νέες περιπτώσεις από το συγκεκριμένο νόσημα δηλώνονται ετησίως στον ΠΟΥ;

β. Ποιος πιστεύετε είναι ο βασικότερος λόγος που το συγκεκριμένο νόσημα είναι τόσο διαδεδομένο;

γ. Ποιος είναι ο χρόνος επώασής του;

δ. Αναφέρετε τέσσερα μέτρα προφύλαξης που αν εφαρμόζονταν θα μείωναν την συχνότητα εμφάνισής του.

22

ΕΜΒ΄

23. Με ποιους τρόπους επιτυγχάνεται η καταπολέμηση των λοιμωδών νοσημάτων;

18

ΕΜΓ΄

24. Ο διάσημος σήμερα, Γερμανός φιλόσοφος Νίτσε είχε διαγνωστεί σε ηλικία περίπου τριάντα (30) ετών με σύφιλη σε πρώτο στάδιο.

α. Είχε επίκτητη σύφιλη ή συγγενή, ο γνωστός φιλόσοφος; Ποια μέτρα λαμβάνονται για την προφύλαξη των ατόμων ενάντια σε αυτή την κατηγορία σύφιλης;

β. Πόσες νέες περιπτώσεις σύφιλης γνωρίζετε ότι δηλώνονται κάθε χρόνο, στις μέρες μας, σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας; Αυτό το νούμερο αναφέρεται στην επίπτωση ή στον επιπολασμό αυτού του νοσήματος;

25. Να περιγράψετε πλήρως την ακολουθία των γεγονότων που εμφανίζουν όλα τα λοιμώδη νοσήματα.

21

26. Η Αγωγή Υγείας αποτελεί αναπόσπαστο και σημαντικό κομμάτι της Προαγωγής Υγείας και αποτελεί σημαντικό μέτρο για την πρόληψη νοσημάτων που απειλούν την υγεία των ανθρώπων.

α. Να ονομάσετε δύο σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα που μπορούν να προληφθούν μέσω της αγωγής υγείας του κοινού.

β. Να ονομάσετε τέσσερα ακόμη λοιμώδη νοσήματα που μπορούν να προληφθούν με την κατάλληλη αγωγή υγείας του πληθυσμού.

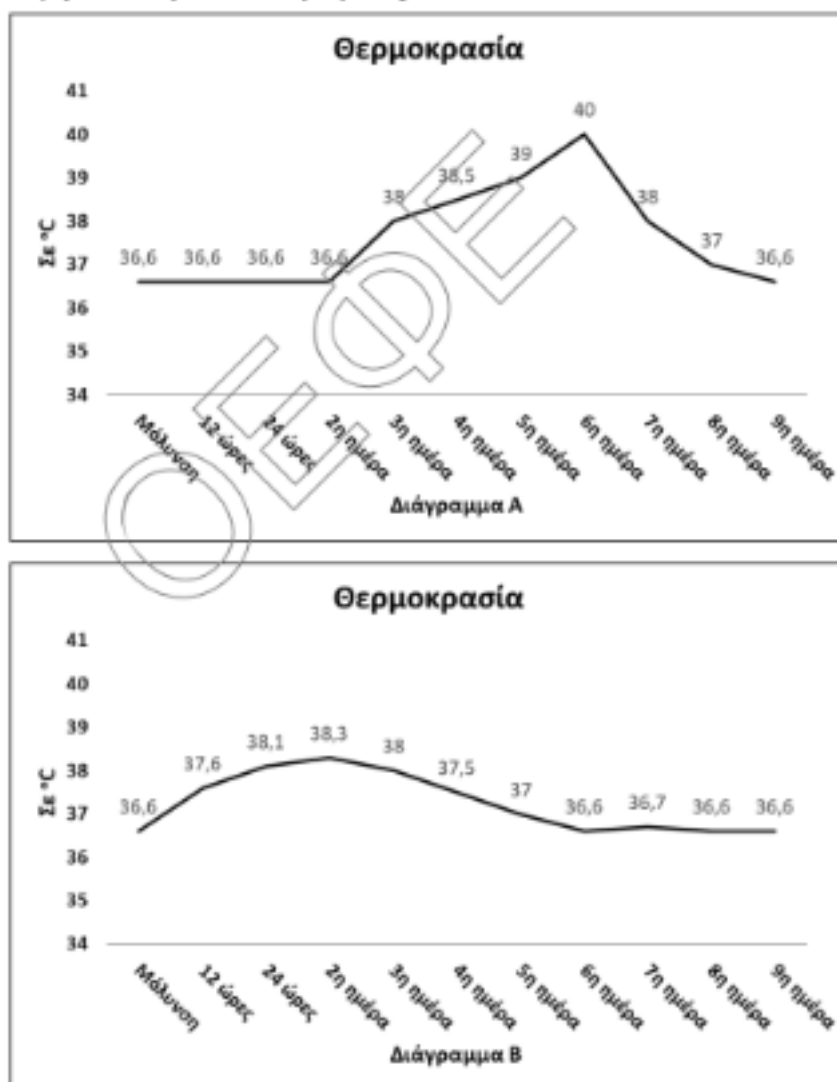
24

ΘΕΜΑ Δ

ΟΒ'

27. Ο Ασκληπιός και η Αμφιτρίτη είναι δίδυμα αδέρφια και αμφότερα εκδήλωσαν πυρετό, το ύψος, η διάρκεια και το χρονικό σημείο εκδήλωσης του οποίου, περιγράφεται στα δύο παρακάτω διαγράμματα. Το διάγραμμα Α περιγράφει τη θερμοκρασία του σώματος του αγοριού ενώ το διάγραμμα Β του κοριτσιού.

α) Σύμφωνα με τα παρακάτω διαγράμματα, ποιος από τους δύο μολύνθηκε από τον ιό της γρίπης και ποιος από το βακτήριο της σαλμονέλλας; Να αιτιολογήσετε την απάντησή σας.



β) Ποια είναι τα άλλα πιθανά συμπτώματα που μπορεί να εκδηλώσει το κάθε άτομο; Να αναφέρετε δύο ακόμη συμπτώματα για κάθε νόσο.

γ) Με ποιον τρόπο μπορεί να μολύνθηκε ο Ασκληπιός; Με ποιον τρόπο η Αμφιτρίτη;

δ) Ποιο από τα δύο άτομα θα μπορούσε να αποφύγει την ασθένεια αν είχε εφαρμόσει κάποιο μέτρο πρωτοβάθμιας πρόληψης; Να αιτιολογήσετε την απάντησή σας.

28. Σε άρθρο εφημερίδας που αναφέρεται στην γρίπη παρουσιάζεται η παρακάτω πρόταση:

«....Τα άτομα, ηλικίας άνω των 65 ετών, που εμφάνισαν εποχική γρίπη την περυσινή χρονιά στην πόλη μας, ήταν περισσότερα από 2000....»

Η παραπάνω πρόταση περιγράφει την επίπτωση ή τον επιπολασμό της νόσου; Να αιτιολογήσετε την απάντησή σας.

20

29. Η Ιοκάστη πρόκειται να γίνει μητέρα και βρίσκεται στον 3^ο μήνα της κύησης, εντούτοις διαγνώστηκε με σύφιλη.

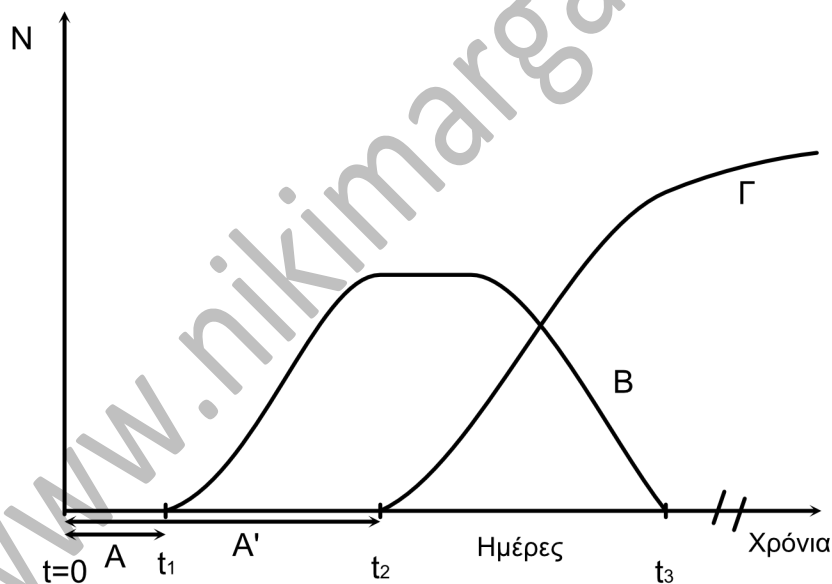
A) Σε ποιο μικροοργανισμό οφείλεται η σύφιλη και με ποιον τρόπο μεταδίδεται κυρίως;

B) Με ποιον τρόπο και ποια στιγμή της κύησης μπορεί να μολυνθεί το έμβρυο; Πιστεύετε ότι το έμβρυο μολύνθηκε;

Γ) Αναφέρετε τρία μέτρα προφύλαξης για τη σύφιλη.

21

30. Δίνεται το παρακάτω διάγραμμα στο οποίο εμφανίζεται η πορεία μεταβολής του πληθυσμού δύο διαφορετικών λοιμωδών παραγόντων, εντός ενός ασθενούς ατόμου, της Δήμητρας.



α. Τι ονομάζουμε χρόνο επώασης σε ένα λοιμώδες νόσημα; Ποιο από τα δυο νοσήματα εμφανίζει μεγαλύτερο χρόνο επώασης;

β. Σε ποια χρονική στιγμή εμφανίζεται η λοίμωξη από κάθε νόσημα;

γ. Ποιο από τα δυο νοσήματα φαίνεται να είναι χρόνιο και ποιο παροδικό;

Υπάρχει το ενδεχόμενο κάποιο από τα δυο νοσήματα να οδηγήσει σε θάνατο το άτομο;

23

31. Στο πλαίσιο του προγράμματος Αγωγής Υγείας σε μαθητές της Γ' Λυκείου, γίνεται ενημέρωση για τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.

α) Να αναφέρετε έξι επιδημιολογικούς παράγοντες που επηρεάζουν την συχνότητα των Σεξουαλικά Μεταδιδόμενων Νοσημάτων.

β) Να αναφέρετε ένα σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα που θεραπεύεται με πενικιλίνη και σε ποιο μικρόβιο οφείλεται.

γ) Να αναφέρετε ένα σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα που μπορεί να έχει χρόνο επώασης ως 3 μήνες.

δ) Να αναφέρετε ποια κύτταρα προσβάλλει και καταστρέφει το σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα το οποίο μπορεί να προκαλέσει άνοια;

24

ΕΜΓ'

32. Ασθενής με AIDS σε προχωρημένο στάδιο εισήχθη σε θάλαμο απομόνωσης σε νοσοκομείο.

α. Γιατί εφαρμόστηκε η απομόνωση στη συγκεκριμένη περίπτωση;

β. Ποια συμπτώματα είναι πιθανό να παρουσιαστούν σε άτομο που έχει μολυνθεί από τον HIV;

γ. Πώς μπορεί να καθυστερήσει την εμφάνιση του AIDS κάποιος αν γνωρίζει ότι είναι φορέας;

19

33. α. Σε ποια κατηγορία λοιμωδών νοσημάτων ανήκουν η οξυουρίαση και η αμοιβάδωση;

β. Να γράψετε όλα τα μέτρα προφύλαξης που μπορούν να ληφθούν για την αποφυγή της μετάδοσης των παραπάνω νοσημάτων.

20

34. Παρακάτω σας δίνονται οι χρόνοι επώασης για δύο νοσήματα. Δίπλα σε κάθε χρόνο επώασης να καταγράψετε το όνομα του νοσήματος, το είδος του λοιμογόνου παράγοντα στον οποίο οφείλεται καθώς και ένα (1) από τα μέτρα που μπορούν να ληφθούν για την προφύλαξη από αυτό.

α. 4 – 6 εβδομάδες

β. 6 – 12 εβδομάδες

21

35.

α. Σύμφωνα με τις γνώσεις σας, να αναφέρετε τρία νοσήματα που μπορούν να μεταδοθούν με βελόνες και σύριγγες.

β. Για ένα (1) από τα νοσήματα που ονομάσατε στο ερώτημα α, να καταγράψετε

- τρία συμπτώματα που ενδέχεται να εμφανιστούν σε άτομο που πάσχει από αυτό το νόσημα
- τα κύτταρα του ανθρώπινου οργανισμού που προσβάλλονται από το λοιμογόνο παράγοντα που προκαλεί το νόσημα, και τρεις (3) επακόλουθες επιπτώσεις στον ανθρώπινο οργανισμό.

22

36. Η Ειρηάννα προσέρχεται στον παθολόγο με ίκτερο. Θεωρείστε πως εμφάνισε ίκτερο την ημέρα της επίσκεψης στο γιατρό.

α. Για πόσο καιρό ακόμη θα παραμείνει μεταδοτικός; Να αιτιολογήσετε την απάντησή σας.

β. Να περιγράψετε όλους τους τρόπους με τους οποίους μεταδίδεται το νόσημα από το οποίο πάσχει ο ασθενής.

37. Ο παρακάτω πίνακας σας δίνει πληροφορίες αναφορικά με την πορεία της υγείας του Ξενοφώντα που μολύνθηκε με ένα λοιμογόνο παράγοντα στις 02/05/2029.

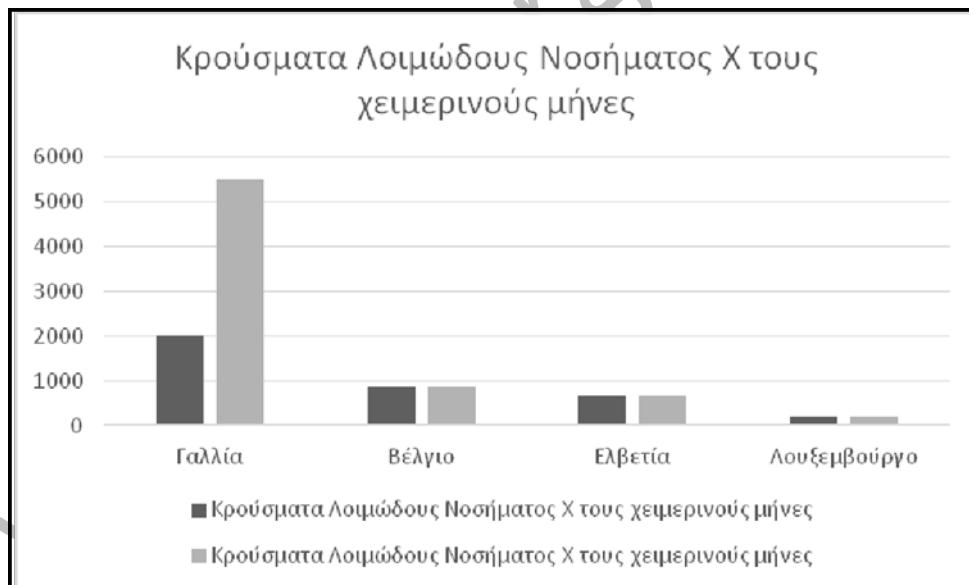
Έναρξη μεταδοτικότητας	03/05/2029
Εκδήλωση συμπτωμάτων	05/05/2029
Λήξη μεταδοτικότητας	12/05/2029

Να απαντήσετε στις εξής ερωτήσεις:

- α.** Από ποιο λοιμογόνο παράγοντα μολύνθηκε ο άνθρωπος;
- β.** Να καταγράψετε δύο ακόμη ημερομηνίες κατά τις οποίες θα μπορούσε να είχε εμφανίσει συμπτώματα.
- γ.** Να καταγράψετε την ημερομηνία λήξης της μεταδοτικότητας για κάθε μία από τις εναλλακτικές ημερομηνίες εκδήλωσης της νόσου που γράψατε στο **ερώτημα β**.
- δ.** Να ονομάσετε το στάδιο στην εξέλιξη του λοιμώδους νοσήματος στο οποίο βρίσκεται ο ασθενής από τις 02/05 έως τις 05/05.

- 38.** Παρακάτω σας δίνεται ένα γράφημα που απεικονίζει την πορεία κρουσμάτων της γρίπης σε τέσσερις χώρες. Αφού το μελετήσετε, να απαντήσετε στην εξής ερώτηση: Ποιον επιδημιολογικό όρο θα χρησιμοποιούσατε για να περιγράψετε την πορεία των κρουσμάτων στη Γαλλία το 2021; Να αιτιολογήσετε πως φτάσατε σε αυτή τη διαπίστωση, αξιοποιώντας το διάγραμμα.

23



Ακολουθούν επιδημιολογικά δεδομένα για ένα αερογενώς μεταδιδόμενο λοιμώδες νόσημα . Αφού τα μελετήσετε, να απαντήσετε στις ερωτήσεις που ακολουθούν.

- Στις 04/03/2022 το σύνολο των καταγεγραμμένων κρουσμάτων για το λοιμώδες νόσημα Χ στην Ελλάδα ήταν 300.

- Στις 06/03/2022 ο αριθμός των νέων καταγεγραμμένων κρουσμάτων για το λοιμώδες νόσημα Χ στην Ελλάδα ήταν 100.
- Στις 08/03/2022 ο συνολικός αριθμός καταγεγραμμένων κρουσμάτων για το λοιμώδες νόσημα Χ στην Ελλάδα ήταν 800.

α. Να γράψετε, αριθμητικά, την επίπτωση στο χρονικό διάστημα 06 – 08/03/2022.

β. Να γράψετε, αριθμητικά, την επίπτωση στο χρονικό διάστημα 04 – 08/03/2022.

γ. Σύμφωνα με τις γνώσεις σας, να καταγράψετε την εποχή του χρόνου κατά την οποία αναμένεται να είναι μεγαλύτερη η νοσηρότητα αυτού του νοσήματος, καθώς και έξι (6) μέτρα προφύλαξης από αυτό.

24

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

5.1

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Η ατμοσφαιρική πίεση στα 100m είναι 790mmHg.
 2. Η υπέρυθρη ακτινοβολία μετατρέπει την προβιταμίνη D σε βιταμίνη D.
 3. Οι πυρηνικές εκρήξεις αποτελούν τεχνητή πηγή ακτινοβολίας.
 4. Αντί για το ασβέστιο τα φυτά προσλαμβάνουν το ραδιοϊσότοπο:
 - α. Στρόντιο-90
 - β. Στρόντιο-137
 - γ. Καίσιο-90
 - δ. Καίσιο-137
- 20
5. Η υπεριώδης ακτινοβολία είναι η κύρια πηγή θερμότητας πάνω στη Γη.
- 21
6. Το χημικό στοιχείο αργό στην ατμόσφαιρα είναι σε ποσοστό 0.03%.
- 23

ΕΜΒ΄

7. Όταν η θερμοκρασία του περιβάλλοντος είναι πολύ χαμηλή υπάρχει κίνδυνος κρυοπληξίας.
8. Το ψύχος μπορεί να οδηγήσει στη μείωση της άμυνας του οργανισμού.
9. Η κοσμική ακτινοβολία που προέρχεται από το διάστημα ανήκει στις τεχνητές πηγές ακτινοβολίας.

18

ΕΜΓ΄

10. Η θερμοκρασία του αέρα προέρχεται από την ηλιακή ακτινοβολία.

11. Η ακτινοβολία αποτελεί έναν από τους φυσικούς παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία των εργαζομένων.

23

12. Η υπεριώδης ακτινοβολία έχει καταστρεπτική δράση στους ιούς.

24

ΘΕΜΑ Β**ΟΒ΄**

13. Σε ποιες κατηγορίες διακρίνεται το περιβάλλον; Να δώσετε δύο παραδείγματα σε κάθε κατηγορία.

14. Να δώσετε τους παρακάτω ορισμούς:

- Ατμοσφαιρική ρύπανση
- Ατμοσφαιρική πίεση

15. Να αναφέρετε ονομαστικά τους κυριότερους ατμοσφαιρικούς ρύπους.

20

16. Πότε εμφανίζεται η θερμοπληξία και πότε η κρυοπληξία;

21

17. Υγρασία:

- α) Πώς ορίζεται και πού οφείλεται;
- β) Πώς σχετίζεται με την θερμοκρασία του αέρα;
- γ) Γιατί είναι σημαντική;

22

18. Ποια χημική σύσταση έχει ο ατμοσφαιρικός αέρας;

19. Περιγράψτε τρία προληπτικά μέτρα για την αποφυγή της θερμοπληξίας.

24

ΕΜΓ΄

20. Ποια είναι η σύσταση του ατμοσφαιρικού αέρα σε κανονικές συνθήκες θερμοκρασίας και πίεσης;

19

- 21.** Να αναφέρετε, ονομαστικά, τους έξι κυριότερους ρύπους της ατμόσφαιρας.

20

22.

α. Σε ποιες ακτινοβολίες εκτίθεται κάποιος κατά τη διάρκεια της ηλιοθεραπείας;

β. Να γράψετε τέσσερεις ενδεχόμενες επιπτώσεις στην υγεία ενός ανθρώπου αν εκτεθεί στην ηλιακή ακτινοβολία για μεγάλο χρονικό διάστημα χωρίς προστασία.

γ. Πόση ώρα, το μέγιστο, επιτρέπεται να εκτεθεί στον ήλιο ένα άτομο την τέταρτη (4^η) συνεχόμενη ημέρα ηλιοθεραπείας; Να δικαιολογήσετε την απάντησή σας.

21

ΘΕΜΑ Γ

ΟΒ΄

- 23.** Ο κος Οδυσσέας είναι 75 ετών και μετά από έναν καλοκαιρινό περίπατο δυο ωρών, νοιώθει έντονη αδιαθεσία χωρίς όμως να πάσχει από κάποιο νόσημα. Ο ιατρός του, του αναφέρει, πως η αιτία είναι ο περίπατος που προηγήθηκε.

α) Ποια είναι η διαταραχή που εμφάνισε ο ηλικιωμένος άνδρας και για ποιο λόγο εμφανίστηκε;

β) Ποια μέτρα προστασίας πρέπει να λαμβάνονται για να μην εμφανιστεί σε ένα άτομο η παραπάνω διαταραχή;

γ) Πώς ο ανθρώπινος οργανισμός επιτυγχάνει τη ρύθμιση της θερμοκρασίας στο σώμα;

δ) Πώς αποβάλλεται φυσιολογικά η θερμότητα από τον οργανισμό;

20

- 24.** Η Ελένη είναι ενάλια αρχαιολόγος και για τις ανάγκες του προγράμματος στο οποίο εργάζεται, έχει καταδυθεί στα νερά της Δήλου

και βρίσκεται σε βάθος 20 μέτρων κάτω από το επίπεδο της θάλασσας. Πόσο χρόνο χρειάζεται για να ανέβει ξανά στο επίπεδο της θάλασσας με ασφάλεια;

23

25. Ένα πολύ μικρό μέρος της υπεριώδους ακτινοβολίας του Ήλιου φθάνει στην επιφάνεια της Γης. Το μεγαλύτερο μέρος απορροφάται από τα ανώτερα στρώματα της ατμόσφαιρας. Γιατί όμως η υπεριώδης ακτινοβολία είναι απαραίτητη;

26. Ποια ραδιοϊσότοπα και με ποιον τρόπο μπορούν να περάσουν μέσω της τροφής στον άνθρωπο;

24

ΕΜΓ΄

27. Ποιες είναι οι τεχνητές πηγές ακτινοβολίας και πώς μπορούμε να προφυλαχθούμε από αυτές;

20

28. Να ονομάσετε όλες τις νοσηρές καταστάσεις που γνωρίζετε, οι οποίες οφείλονται σε μεγάλες και απότομες μεταβολές της ατμοσφαιρικής πίεσης. Ποια από τις προαναφερθείσες καταστάσεις δεν αποτελεί πρόβλημα πια;

22

ΘΕΜΑ Δ

ΕΜΒ΄

29. Είναι 15 Ιουνίου μεσημέρι, μόλις έχουν τελειώσει οι εξετάσεις και έχετε κανονίσει, όλα τα παιδιά μαζί, να πάτε για το πρώτο σας μπάνιο στην παραλία. Μόλις κάθεστε στην άμμο, ο καλύτερος σας φίλος, ξαπλώνει στον ήλιο. Τι θα τον συμβουλευάτε για τη σωστή ηλιοθεραπεία και σε ποιες περιπτώσεις θα πρέπει αυτή να διακοπεί;

18

ΕΜΓ΄

30. Η νόσος των δυτών παρουσιάζεται κατά την απότομη επάνοδο στην κανονική πίεση, από περιβάλλον αυξημένης πίεσης. Να

περιγράψετε τη μέθοδο επανόδου που πρέπει να εφαρμόζει ένας δύτης ώστε να αποφύγει την εμφάνιση διαταραχών που σχετίζονται με τη συγκεκριμένη νόσο.

- 31.** Ποιες είναι οι κύριες ανθρωπογενείς πηγές ρύπανσης, και ποιοι είναι οι ρύποι που προέρχονται από αυτές; Να αναφέρετε τρεις (3) παράγοντες που μπορούν να επηρεάσουν τη ρύπανση αυτού του είδους.

19

- 32.** Στον παρακάτω πίνακα σας δίνονται έξι περιοχές.

Σε κάθε μία από αυτές έχει γίνει χημική ανάλυση για να προσδιοριστεί η χημική σύσταση του ατμοσφαιρικού αέρα σε φυσιολογικές συνθήκες θερμοκρασίας και πίεσης (760mmHg).

Για κάθε περιοχή σας δίνεται μία από τις ουσίες που βρέθηκε ότι περιέχονται στη χημική σύσταση του ατμοσφαιρικού αέρα στη συγκεκριμένη περιοχή, καθώς και η συγκέντρωση αυτής της ουσίας.

Να αντιγράψετε τον πίνακα στο τετράδιό σας και έπειτα να σημειώσετε το σύμβολο «+» στη **ΣΤΗΛΗ 3** εάν η πρόταση **ΣΤΗΛΗ 2** υποδεικνύει πως υπάρχει πρόβλημα ατμοσφαιρικής ρύπανσης στην αναφερόμενη περιοχή ή το σύμβολο «-» εάν δεν υποδεικνύεται πρόβλημα ατμοσφαιρικής ρύπανσης. Στη

ΣΤΗΛΗ 4 να γράψετε το όνομα της χημικής ένωσης στην οποία αντιστοιχεί ο συμβολισμός της **ΣΤΗΛΗΣ 2**.

21

ΣΤΗΛΗ 1	ΣΤΗΛΗ 2	ΣΤΗΛΗ 3	ΣΤΗΛΗ 4
Περιοχές	Ουσίες που βρέθηκαν στον ατμοσφαιρικό αέρα σε φυσιολογικές συνθήκες θερμοκρασίας και πίεσης (760mmHg)	+/-	ΟΝΟΜΑ ΧΗΜΙΚΗΣ ΕΝΩΣΗΣ
Περιοχή 1	Ύπαρξη SO ₂ σε ποσοστό 3%		
Περιοχή 2	Ύπαρξη N ₂ σε ποσοστό 78%		
Περιοχή 3	Ύπαρξη O ₂ σε ποσοστό 20,9%		

Περιοχή 4	Υπαρξη CO ₂ σε ποσοστό 0,3%		
Περιοχή 5	Υπαρξη CO σε ποσοστό 5%		
Περιοχή 6	Υπαρξη O ₃ σε ποσοστό 21%		

- 33.** Η πρόληψη για τη νόσο των δυτών συνίσταται στη σταδιακή επάνοδο των δυτών, σπογγαλιέων και όσων εργάζονται σε μεγάλο βάθος. Πόση ώρα θα έπρεπε να διαρκέσει η επάνοδος ενός δύτη αν αυτός αναδύεται από βάθος σαράντα (40) μέτρων; Να αιτιολογήσετε την απάντησή σας.

23

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

5.2

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Το ρύζι ανήκει στα τρόφιμα που αλλοιώνονται εύκολα. 22

ΕΜΓ΄

2. Η υψηλή θερμοκρασία προκαλεί την καταστροφή της ριβοφλαβίνης στο γάλα. 19
3. Τα ευφραντικά, όπως ο καφές, δεν υπάγονται στην κατηγορία των τροφίμων. 24

ΘΕΜΑ Β

ΟΒ΄

4. Να δώσετε τους παρακάτω ορισμούς:
 - Αλλοίωση τροφίμων 20

ΕΜΓ΄

5. Τα ένζυμα είναι ένας από τους παράγοντες που συμβάλλουν στην αλλοίωση των τροφίμων. Να εξηγήσετε πώς συμβάλλουν. 21
6. Η έκθεση τροφίμων στο οξυγόνο της ατμόσφαιρας ενδέχεται να συμβάλλει στην αλλοίωσή τους. Να περιγράψετε τις αρνητικές επιδράσεις που ενδέχεται να έχει το οξυγόνο της ατμόσφαιρας στα τρόφιμα. 23

ΘΕΜΑ Γ

ΟΒ΄

7. Να δώσετε παραδείγματα δύο βιταμινών των τροφίμων και τους παράγοντες που προκαλούν την καταστροφή τους.

20

8. Αναπτύξτε τέσσερις από τους χρυσούς κανόνες του Π.Ο.Υ. για την ασφαλή προετοιμασία των τροφίμων.

9. Με ποιον τρόπο το οξυγόνο της ατμόσφαιρας αλλοιώνει τα τρόφιμα;

21

10. Ποιοι παράγοντες συμβάλλουν στην δημιουργία μιας αλλοίωσης στα τρόφιμα (ονομαστικά).

23

ΕΜΓ΄

11. Πώς επιτυγχάνεται η σωστή συντήρηση και διατήρηση των τροφίμων σύμφωνα με τα Υγειονομικά Μέτρα Προστασίας Τροφίμων;

19

12. Η υγιεινή των τροφίμων έχει μεγάλη σημασία για τη ζωή του ανθρώπου και γενικότερα της κοινωνίας.

- α. Η αλλοίωση των τροφίμων είναι ένα πολύπλοκο φαινόμενο, και για να δημιουργηθεί συμβάλλουν πολλοί παράγοντες. Η υψηλή θερμοκρασία είναι ένας από τους παράγοντες που συμβάλλουν στην αλλοίωση των τροφίμων. Πώς μπορεί η υψηλή θερμοκρασία να μεταβάλει τη σύσταση των τροφίμων;

- β. Να αναφέρετε, ονομαστικά, έξι (6) τρόφιμα που σύμφωνα με τα Υγειονομικά Μέτρα Προστασίας Τροφίμων πρέπει να έχουν ασφαλή παραγωγή.

- γ. Να περιγράψετε πώς διατηρούνται σωστά και πώς αναθερμαίνονται αποτελεσματικά τα μαγειρεμένα τρόφιμα σύμφωνα με τους Χρυσούς Κανόνες του Π.Ο.Υ. για την Ασφαλή Προετοιμασία των Τροφίμων.

20

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

5.3

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Η συγκέντρωση χλωριούχων αλάτων στο πόσιμο νερό πρέπει να είναι μεγαλύτερη από 30mg/L.
2. Τα νερά της βροχής για να γίνουν πόσιμα πρέπει να υποστούν ειδική επεξεργασία.

23

ΕΜΓ΄

3. Να μεταφέρετε τις παρακάτω προτάσεις στο τετράδιό σας, ορθά συμπληρωμένες.

Η θερμοκρασία του πόσιμου νερού πρέπει να είναι μεταξύ _____°C. Υψηλότερες θερμοκρασίες, πάνω από _____°C, κάνουν το νερό να έχει δυσάρεστη γεύση.

20

4. Η θερμοκρασία του νερού στο μπάνιο μας στο σπίτι, πρέπει να είναι 30 – 33°C.
5. Η ύδρευση στην αγροτική κατοικία γίνεται από κεντρικό υδραγωγείο.

23

6. Το νερό αποτελεί το 70% του αίματος μας.

24

ΘΕΜΑ Β

ΕΜΓ΄

7. Τι περιλαμβάνει η χημική εξέταση του νερού;

19

ΘΕΜΑ Γ

ΕΜΓ΄

8. Το νερό αποτελεί έναν από τους παράγοντες στους οποίους οφείλεται η ανάπτυξη ζωής στον πλανήτη μας.
- α. Τι ποσοστό επί τοις εκατό (%) του σώματος ενός ανθρώπου αποτελείται από νερό;
- β. Σε ποιες λειτουργίες του ανθρώπινου οργανισμού συμβάλλει το νερό;
9. Να περιγράψετε τη μικροβιολογική εξέταση του νερού.

21

24

ΘΕΜΑ Δ

ΕΜΓ΄

10. Σε ένα υδραγωγείο γίνεται δειγματοληψία νερού που προορίζεται για τους σωλήνες διανομής. Έπειτα από κατάλληλη ανάλυση αποφασίζεται ότι το νερό δε μπορεί να διοχετευτεί στους καταναλωτές, καθώς υπάρχει κίνδυνος δηλητηρίασης.
1. Ποια ουσία ανευρέθηκε στο νερό κατά τη διάρκεια της ανάλυσης;
2. Να ονομάσετε τη διαδικασία μέσα από την οποία προσδιορίστηκε η ποσότητα της επικίνδυνης χημικής ουσίας που ονομάσατε στο ερώτημα α. και να καταγράψετε το σκοπό για τον οποίο γίνεται η συγκεκριμένη διαδικασία.
3. Ποιες άλλες ουσίες (εκτός από αυτή που αναφέρατε στο ερώτημα α.) γνωρίζετε που μπορούν να προκαλέσουν δηλητηριάσεις στον ανθρώπινο οργανισμό; Ποιες ενδέχεται να είναι οι επιπτώσεις των δηλητηριάσεων;
11. Τα λιπάσματα είναι ουσίες φυσικά ή τεχνητά παρασκευασμένες, οι οποίες βελτιώνουν την ανάπτυξη και την παραγωγικότητα των φυτών.
- Πώς μπορούν τα λιπάσματα να επηρεάσουν την υγεία του ανθρώπου μέσα από την τροφική αλυσίδα;

22

24

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

5.4

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Τα λύματα είναι μια ειδική κατηγορία υγρών απορριμμάτων.

24

ΕΜΒ΄

2. Η καύση των απορριμμάτων δημιουργεί προβλήματα ατμοσφαιρικής ρύπανσης.
3. Να γράψετε στο τετράδιό σας τον αριθμό καθεμιάς από τις παρακάτω προτάσεις και δίπλα στον αριθμό, το γράμμα που αντιστοιχεί στη σωστή απάντηση.

Τα υγρά απόβλητα από τις κατοικίες ανήκουν στα:

- i. Αστικά λύματα
- ii. Βιομηχανικά απόβλητα
- iii. Νερά της βροχής και του χιονιού

18

ΕΜΓ΄

4. Το ασφαλέστερο και υγιεινότερο σύστημα αποχέτευσης είναι οι σηπτικοί βόθροι.

23

ΘΕΜΑ Β

ΟΒ΄

5. Να περιγράψετε τα χωριστικά δίκτυα υπονόμων.

20

6. Τι είναι η υγειονομική ταφή; Τι γίνεται στην περιοχή της υγειονομικής ταφής όταν δεν μπορεί να δεχτεί άλλα απορρίμματα;

21

ΕΜΒ΄

7. Σε ποιες κατηγορίες διακρίνονται τα δίκτυα υπονόμων, και ποια η διαφορά τους;

18

ΕΜΓ΄

8. Να αναφέρετε, ονομαστικά, τα πέντε (5) στάδια που περιλαμβάνει το κύκλωμα διαχείρισης των στερεών απορριμμάτων.

21

ΘΕΜΑ Γ**ΟΒ΄**

9. Τι είναι τα λύματα; Περιγράψτε τις κατηγορίες λυμάτων.

21

ΕΜΓ΄

10. Να περιγράψετε τα δύο δίκτυα στα οποία διακρίνονται οι υπόνομοι. Ποιο δίκτυο θεωρείται καλύτερο από υγιεινής πλευράς; Τι περιλαμβάνει η ειδική επεξεργασία που λαμβάνει χώρα σε έναν εξ αυτών και για ποιο λόγο γίνεται; Πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν οι ουσίες που προέρχονται από τα λύματα μετά την επεξεργασία τους;

20

11. Πώς επιτυγχάνεται η αποχέτευση σε μία αγροτική κατοικία και τι γνωρίζετε αναφορικά με αυτό τον τρόπο αποχέτευσης;

22

12. Η ασφαλής αποχέτευση λυμάτων είναι σημαντική για τη δημόσια υγεία. Να ονομάσετε και να περιγράψετε την πιο ανθυγιεινή εγκατάσταση αποχέτευσης, σύμφωνα με τις γνώσεις σας, εξηγώντας πλήρως γιατί είναι η πιο ανθυγιεινή.

24

ΘΕΜΑ Δ

ΟΒ΄

- 13.** Μια μικρή κοινότητα διαθέτει ως αποχετευτικό σύστημα απορροφητικό βόθρο. Οι κάτοικοι διαμαρτύρονται για δυσωδία κι ένα από τα επιχειρήματά τους είναι ότι ο βόθρος είναι πολύ κοντά στην πηγή ύδρευσης.

Α) Τι είναι ο απορροφητικός βόθρος; Γιατί θεωρείται ανθυγιεινός; Πόσο πρέπει να απέχει από την πηγή ύδρευσης;

Β) Η πολιτεία αποφασίζει να βελτιώσει το αποχετευτικό σύστημα της κοινότητας αλλάζοντας το είδος του βόθρου. Ποιες επιλογές βόθρου διαθέτει; Ποιο είδος βόθρου θα συμβουλευάτε να χρησιμοποιήσουν και γιατί;

21

- 14.** Τα λιπάσματα είναι ουσίες φυσικά ή τεχνητά παρασκευασμένες, οι οποίες βελτιώνουν την ανάπτυξη και την παραγωγικότητα των φυτών.

Να περιγράψετε δύο (2) τρόπους μέσω των οποίων παρασκευάζονται λιπάσματα, σύμφωνα με τις γνώσεις σας.

24

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

5.5

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Η πιτυρίδα είναι μια αρρώστια του τριχωτού της κεφαλής.21
2. Η επίσκεψη στον οδοντίατρο για προληπτικό έλεγχο της υγείας της στοματικής κοιλότητας είναι μέτρο πρωτοβάθμιας πρόληψης.
3. Η ουλίτιδα εμφανίζεται κυρίως σε μεγάλη ηλικία.22

ΕΜΓ΄

4. Τα παιδιά της σχολικής ηλικίας πρέπει να εξετάζονται κάθε έξι (6) μήνες για τον έλεγχο της ικανότητας της όρασης.19
5. Η περιοδοντίτιδα είναι μια βαρύτερη μορφή τερηδόνας.21
6. Η αναπνοή από το στόμα είναι ένας από τους παράγοντες που συμβάλλουν στη δημιουργία ουλίτιδας.24

ΘΕΜΑ Β

ΟΒ΄

7. Γιατί τα χέρια πρέπει να πλένονται πολλές φορές την ημέρα; Ποιες στιγμές της ημέρας πρέπει να πλένονται οπωσδήποτε; Πόσο συχνά και με ποιον τρόπο πρέπει να κόβονται τα νύχια των χεριών;21

8. Τι είναι η καθαριότητα του σώματος και πως επιτυγχάνεται;

22

ΕΜΒ΄

9. Να αναφέρετε, ονομαστικά, πέντε παράγοντες που ασκούν βλαπτική επίδραση στα μάτια.

18

ΕΜΓ΄

10. Ποια είναι η πιο συνηθισμένη μορφή παραμόρφωσης της σπονδυλικής στήλης και τι γνωρίζετε αναφορικά με τον προληπτικό έλεγχο γι' αυτή;

22

ΘΕΜΑ Γ

ΟΒ΄

11.

α. Αν η οθόνη της τηλεόρασης έχει μήκος 40 εκατοστά, σε πόση απόσταση πρέπει να παρακολουθεί ο θεατής; Τι πρέπει να προσέξει όσον αφορά τον φωτισμό στο δωμάτιο;

β. Ένας φίλος σας ισχυρίζεται ότι ο καλύτερος τρόπος καθαρισμού των αυτιών είναι η χρήση ωτοκαθαριστών εσωτερικά. Συμφωνείτε μαζί του; Δικαιολογήστε την απάντησή σας.

22

ΕΜΒ΄

12. Να αναφέρετε τρεις παράγοντες που συμβάλλουν στη δημιουργία νοσημάτων του περιοδοντίου.

13. Να αναφέρετε πέντε μέτρα πρόληψης του εργατικού ατυχήματος.

18

ΕΜΓ΄

14. α. Να αναφέρετε τρεις (3) παράγοντες που ευνοούν τη συγκέντρωση της Οδοντικής Μικροβιακής Πλάκας.

- β.** Πώς μπορούν να προληφθούν τα κύρια νοσήματα που προσβάλλουν το στόμα;

19

15.

- α.** Πώς προφυλάσσονται τα αφτιά από τις επιδράσεις του περιβάλλοντος;
- β.** Να περιγράψετε πλήρως τους τρόπους με τους οποίους πρέπει να καθαρίζονται τα αφτιά.
- γ.** Γιατί πρέπει να δίνεται ιδιαίτερη προσοχή στα αφτιά στα θαλασσινά μπάνια ή σπορ;
- δ.** Ποιες πρακτικές βοηθούν στην καλύτερη υγιεινή του δέρματος του αφτιού;

22

- 16.** Να περιγράψετε πως πρέπει να γίνεται σωστά η καθαριότητα των ποδιών στα πλαίσια της ατομικής καθαριότητας του σώματος.

- 17.** Να περιγράψετε τους πέντε (5) παράγοντες που συμβάλλουν στη δημιουργία της ουλίτιδας.

23

ΘΕΜΑ Δ

ΕΜΓ΄

- 18.** Να περιγράψετε το μηχανισμό δημιουργίας της τερηδόνας, καθώς και τις συνήθειες που συμβάλλουν στον τερηδονισμό των δοντιών ενός ενήλικα.

20

- 19.** Η ανάπτυξη ενός σωματικά και πνευματικά υγιούς παιδιού αποτελεί πρώτο στόχο κάθε κοινωνίας. Σ' αυτό συμβάλλει σημαντικά και η άσκηση του σώματος. Να καταγράψετε πέντε (5) θετικές επιδράσεις της σωματικής άσκησης στην υγεία του ανθρώπου.

21

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

5.7

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Ο τεχνητός φωτισμός στο σπίτι πρέπει να μοιάζει με τον φυσικό.

22

ΘΕΜΑ Β

ΕΜΒ΄

Τι εννοούμε με τον όρο επαγγελματικά νοσήματα;

18

ΕΜΓ΄

Ένας από τους όρους που πρέπει να πληροί μία κατοικία για να προάγει τη σωματική και ψυχική υγεία είναι ο εξής: «Να παρέχει ασφάλεια.» Πώς επιτυγχάνεται αυτό;

22

Ένας από τους όρους που πρέπει να πληροί μία κατοικία για να προάγει τη σωματική και ψυχική υγεία ενός ανθρώπου, είναι να έχει κατάλληλο αερισμό. Σε ποιες κατηγορίες διακρίνεται ο αερισμός μιας κατοικίας και πώς επιτυγχάνεται κάθε μία από αυτές;

24

ΘΕΜΑ Γ

ΕΓ΄

Να ονομάσετε τρεις (3) πηγές κινδύνου σε μία αγροτική κατοικία.

22

Να περιγράψετε δύο (2) τρόπους μέσω των οποίων επιτυγχάνεται η πρόληψη των οικιακών ατυχημάτων σε μία αστική κατοικία.

23

ΘΕΜΑ Δ

ΟΒ΄

2. Μια νέα οικογένεια αποφασίζει να φτιάξει το δικό της σπίτι. Πρόκειται για ανθρώπους που τους ενδιαφέρει να μένουν σε ένα ήσυχο περιβάλλον και να έχουν χώρο για τα κατοικίδια τους. Ωστόσο δεν είναι αποφασισμένοι ακόμα αν φτιάξουν σπίτι σε αγροτική ή αστική περιοχή.

α. Ποιο είδος κατοικίας θα τους συμβουλεύατε να επιλέξουν; Αναφέρετε τεσσερα πλεονεκτήματα της συγκεκριμένης επιλογής.

β. Αν αποφάσιζαν τελικά να κάνουν αγροτική κατοικία. Τι είδους θέρμανση θα τους συμβουλεύατε να επιλέξουν;

γ. Εξηγήστε αναλυτικά τι κινδύνους θα πρέπει να αντιμετωπίσουν στην αγροτική κατοικία.

22

3. Ο κύριος Ιάσον, με τις οικονομίες πολλών χρόνων, σκέπτεται να αγοράσει ένα σπίτι.

α. Ποιους όρους πρέπει να πληροί η κατοικία που θα επιλέξει όσον αφορά τα υλικά κατασκευής, τον προσανατολισμό και την θερμοκρασία για την προαγωγή της σωματικής και ψυχικής υγείας;

β. Επειδή στην περιοχή που βρίσκεται το σπίτι που ενδιαφέρει τον κύριο Γιώργο πέφτουν συχνά κεραυνοί τι θα πρέπει να ελέγξει για την ασφάλεια του σπιτιού;

γ. Παρότι απέναντι από το σπίτι κατασκευάζεται μια καινούργια οικοδομή και υπάρχει έντονος θόρυβος ο κύριος Γιώργος παρατήρησε ότι μέσα στο σπίτι ο θόρυβος ήταν ελάχιστος. Πού νομίζετε ότι οφείλεται αυτό;

δ. Πώς πρέπει να συλλέγονται και να απομακρύνονται τα στερεά απορρίμματα από μια αστική κατοικία;

24

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

5.8

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Να γράψετε στο τετράδιό σας τους αριθμούς **1, 2, 3, 4, 5** από τη στήλη **A** και, δίπλα, όσα από τα γράμματα **α, β, γ, δ, ε, στ** της στήλης **B** δίνουν τη σωστή αντιστοίχιση. Σημειώνεται ότι ένα γράμμα από τη στήλη **B** θα περισσέψει.

24

ΣΤΗΛΗ Α	ΣΤΗΛΗ Β
1. επαγγελματικοί καρκίνοι	α. επαφή με το αίτιο για 10 με 20 χρόνια
2. επαγγελματικές πνευμονοπάθειες	β. λουτήρες με ζεστό και κρύο νερό
3. επαγγελματικές δερματοπάθειες	γ. παράγωγα ξύλου
4. επαγγελματικές δηλητηριάσεις	δ. μπορούν να προληφθούν
5. αλλεργικές δερματίτιδες	ε. κάπνισμα
	στ. υδράργυρος

ΕΜΒ΄

2. Να γράψετε στο τετράδιό σας τον αριθμό καθεμιάς από τις παρακάτω προτάσεις και δίπλα στον αριθμό, το γράμμα που αντιστοιχεί στη σωστή απάντηση.

Ποιο από τα παρακάτω δεν αποτελεί χαρακτηριστικό της αγροτικής κατοικίας:

- i. Έχει αποθήκες για τη φύλαξη ζωοτροφών και μηχανημάτων
- ii. Είναι πολυκατοικία
- iii. Έχει εξωτερικό φούρνο

ΕΜΓ΄

3. Να γράψετε στο τετράδιό σας τους αριθμούς **1, 2, 3, 4, 5** από τη Στήλη **A** και δίπλα ένα από τα γράμματα **α, β, γ, δ, ε, στ** της Στήλης **B** που δίνει τη σωστή αντιστοίχιση. Σημειώνεται ότι ένα γράμμα από τη στήλη **B** θα περισσέψει.

19

ΣΤΗΛΗ A (Νόσημα)	ΣΤΗΛΗ B (Αίτιο)
1. Καρκίνος πνεύμονα	α. Υπεριώδης ακτινοβολία
2. Καρκίνος Οστών	β. Αμίαντος
3. Καρκίνος Δέρματος	γ. Απορρυπαντικά
4. Πνευμονοκονίαση	δ. Ραδόνιο
5. Αλλεργική Δερματίτιδα	ε. Παράγωγα Ξύλου
	στ. Μέταλλα

ΘΕΜΑ Β**ΕΜΓ΄**

4. Να αναφέρετε, ονομαστικά, τους έξι (6) χημικούς παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία των εργαζομένων.

23

ΘΕΜΑ Γ**ΕΜΓ΄**

5. Ποιες είναι οι διαφορές ανάμεσα σε μια αστική και μια αγροτική κατοικία;

19

ΘΕΜΑ Δ

ΟΒ΄

6. Ένας εργαζόμενος μετά από 10 ώρες συνεχούς εργασίας σε ένα εργοστάσιο με χαμηλό φωτισμό έκοψε το δάκτυλό του κατά την χρήση ενός μηχανήματος.

α. Πώς λέγεται το ατύχημα που έπαθε και γιατί;

β. Ποιοι παράγοντες ενδεχομένως το προκάλεσαν το ατύχημα;

γ. Πώς θα μπορούσε να είχε προληφθεί;

22

ΕΜΒ΄

7. Ένας φίλος σας που πρόσφατα απέκτησε παιδί σκέφτεται να κάνει κάποιες αλλαγές στο σπίτι του για την προστασία του νέου μέλους της οικογένειας. Ποιες αλλαγές θα του προτείνατε για την πρόληψη οικιακών ατυχημάτων;

18

ΓΕΝΙΚΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

ΘΕΜΑ Α

ΟΒ΄

1. Να γράψετε στο τετράδιό σας το γράμμα **α, β, γ** κάθε μίας από τις παρακάτω προτάσεις και δίπλα έναν από τους αριθμούς **1** έως **6** που αντιστοιχεί στη λέξη η οποία συμπληρώνει σωστά την πρόταση. Σημειώνεται ότι τρεις (3) από τις παρακάτω λέξεις θα περισσέψουν.

- | | | |
|------------------------|--------------------|------------------|
| 1. φυτικής | 2. Μαλακούς | 3. φυσική |
| 4. ανθρωπογενής | 5. Σκληρούς | 6. ζωικής |

- α) Η τερηδόνα καταστρέφει τους _____ ιστούς του δοντιού.
- β) Τα αυγά και το γάλα είναι τρόφιμα _____ προέλευσης.
- γ) Η αποσύνθεση της οργανικής ύλης είναι _____ πηγή ατμοσφαιρικής ρύπανσης.

21

2. Να γράψετε στο τετράδιό σας τους αριθμούς **1, 2, 3, 4, 5** από τη στήλη **A** και, δίπλα, όσα από τα γράμματα **α, β, γ, δ, ε, στ** της στήλης **B** δίνουν τη σωστή αντιστοίχιση.

ΣΤΗΛΗ Α (Εργατικό νόσημα)	ΣΤΗΛΗ Β (Αίτιο)
1. Καρκίνος πνεύμονα	α. Διαλύτες
2. Καρκίνος δέρματος	β. Υδράργυρος
3. Καρκίνος οστών	γ. Άνθρακας
4. Πνευμονοκονίαση	δ. Πίσσα
5. Δερματοπάθεια	ε. Ραδόνιο
	στ. Υπεριώδης ακτινοβολία

3. Να γράψετε στο τετράδιό σας το γράμμα **α, β, γ, δ, ε** κάθε μίας από τις παρακάτω προτάσεις και δίπλα έναν από τους αριθμούς **1** έως **10** που αντιστοιχεί στη λέξη η οποία συμπληρώνει σωστά την πρόταση. Σημειώνεται ότι πέντε (5) από τις παρακάτω λέξεις θα περισσέψουν.

- | | | | |
|---------------------|-------------------|----------------|----------------|
| 1. η ζάχαρη | 2. ταυτόσημες | 3. Ηπατίτιδα Β | 4. Ηπατίτιδα Α |
| 5. αντίθετες | 6. το γιαούρτι | 7. 60 | 8. 100 |
| 9. Στοματοπρωκτικής | 10. αναπνευστικής | | |

α) Μια μορφή ηπατίτιδας που μεταδίδεται με σεξουαλική επαφή είναι η _____.

β) Στα τρόφιμα που αλλοιώνονται γρήγορα ανήκει _____.

γ) Προληπτική ιατρική και υγιεινή είναι _____ έννοιες.

δ) Η ηλιοθεραπεία δεν πρέπει να υπερβαίνει τα _____ λεπτά.

ε) Η αμοιβάδωση ανήκει στα νοσήματα που μεταδίδονται μέσω _____ οδού.

22

4. Αφού μεταφέρετε στο τετράδιό σας τον πίνακα που ακολουθεί, να αντιστοιχήσετε κάθε έννοια της στήλης Α με την στήλη Β.

ΣΤΗΛΗ Α	ΣΤΗΛΗ Β
Χέρια	Υγροποίηση και καθίζηση
Σηπτικός βόθρος	Νύχια κόβονται ευθεία
Απορροφητικός βόθρος	Συχνή εκκένωση
Πόδια	Βάθος 4 μέτρων
Στεγανός βόθρος	Νύχια κόβονται στρόγγυλα

5. Να γράψετε στο τετράδιό σας το γράμμα **α, β, γ, δ, ε** καθεμίας από τις παρακάτω προτάσεις και δίπλα έναν από τους αριθμούς **1** έως **10**, ο οποίος αντιστοιχεί στη λέξη ή στον αριθμό που συμπληρώνει σωστά την πρόταση. Σημειώνεται ότι πέντε (5) από τις παρακάτω λέξεις ή αριθμούς θα περισσέψουν.

- | | | | |
|----------------|-----------------|---------------|--------------|
| 1) θεραπευτική | 2) ανοσοποίηση | 3) 6 - 12 | 4) απομόνωση |
| 5) προληπτική | 6) μπαχαρικά | 7) ευφραντικά | 8) 9 - 12 |
| 9) ανθρακώσεις | 10) πυριτιάσεις | | |

α) _____ ιατρική και υγιεινή είναι ταυτόσημες έννοιες.

β) Η _____ του πληθυσμού είναι ο πλέον αποτελεσματικός τρόπος εξαφάνισης των λοιμωδών νοσημάτων.

γ) Η ηπατίτιδα C οφείλεται σε ιό και έχει χρόνο επώασης _____ εβδομάδες.

δ) Στην κατηγορία των τροφίμων υπάγονται επίσης τα καρυκεύματα και τα _____ (καφές, τσάι κ.λπ.).

ε) Οι πνευμονοπάθειες αναφέρονται από την αρχαιότητα, όπως οι _____ στην Αρχαία Αίγυπτο.

23

- 6.** Να γράψετε στο τετράδιό σας το γράμμα **α, β, γ, δ, ε** καθεμίας από τις παρακάτω προτάσεις και, δίπλα, έναν από τους αριθμούς **1** έως **10** που αντιστοιχεί στην επιλογή, η οποία συμπληρώνει σωστά την πρόταση. Σημειώνεται ότι πέντε (5) από τις παρακάτω επιλογές θα περισσέψουν.

- | | | | |
|--------------|----------------|---------------|-------------------|
| 1. επίπτωση | 2. αερίου | 3. Ιπποκράτης | 4. βιταμίνη |
| 5. Ασκληπιός | 6. επιπολασμός | 7. χεριών | 8. ανόργανη ουσία |
| 9. ποδιών | 10. υγρού | | |

α) Ο _____ καθιερώθηκε ως πατέρας της Ιατρικής και της Υγιεινής.

β) Το σύνολο των κρουσμάτων σε μία δεδομένη χρονική στιγμή ονομάζεται _____.

γ) Η ριβοφλαβίνη είναι _____ του γάλακτος.

δ) Η απολύμανση (χλωρίωση) του πόσιμου νερού γίνεται με χρήση _____ χλωρίου.

ε) Τα νύχια των _____ πρέπει να κόβονται στρογγυλά.

24

ΕΜΓ'

- 7.** Να γράψετε στο τετράδιό σας τον αριθμό της **ΣΤΗΛΗΣ Α (1, 2, 3, 4)**, και δίπλα το γράμμα της **ΣΤΗΛΗΣ Β (Α, Β, Γ, Δ, Ε, ΣΤ, Ζ)** που αντιστοιχεί στη σωστή απάντηση. Σημειώνεται ότι ένα κάποια νοσήματα της **ΣΤΗΛΗΣ Β** αντιστοιχούν δύο κατηγορίες νοσημάτων της **ΣΤΗΛΗΣ Α**.

ΣΤΗΛΗ Α (ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ)	ΣΤΗΛΗ Β (ΝΟΣΗΜΑΤΑ)
1. ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ	Α) ΦΥΜΑΤΙΩΣΗ
	Β) ΠΑΝΩΛΗ
2. ΝΟΣΗΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΡΕΛΘΟΝΤΟΣ	Γ) ΚΑΠΝΙΣΜΑ
	Δ) ΕΥΛΟΓΙΑ

3. ΝΟΣΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΑΦΘΟΝΙΑΣ	Ε) ΚΑΡΚΙΝΟΣ
	ΣΤ) ΨΥΧΙΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ/ ΨΥΧΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ
ΝΟΣΗΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΑ ΟΠΟΙΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΥΠΟΒΛΗΘΕΙ ΔΙΕΘΝΗΣ ΔΗΛΩΣΗ	Ζ) ΧΟΛΕΡΑ

21

8. Να μεταφέρετε τις παρακάτω προτάσεις στο τετράδιό σας, ορθά συμπληρωμένες. 22

- α. Για να μπορέσει η υγιεινή να πετύχει το σκοπό της, χρειάζεται την ενεργητική συμμετοχή του ατόμου, ώστε να είναι ικανό να αποφασίζει με _____, έχοντας _____ και _____ των στόχων που έχει για την υγεία του.
- β. Το Μεσαίωνα, που οι επιδημίες θέριζαν την ανθρωπότητα, η καραντίνα (απομόνωση πλοίων και ανθρώπων για _____ μέρες) ήταν το μόνο μέτρο προστασίας.
- γ. Τα αερογενή νοσήματα μεταδίδονται από άτομο σε άτομο με _____ και (βήχας, φτάρνισμα, απλή εισπνοή). Η νοσηρότητα απ' τα νοσήματα αυτά είναι αρκετά μεγάλη, ιδιαίτερα κατά το _____, και αυτό οφείλεται στο συνωστισμό σε κλειστούς χώρους και στην έλλειψη _____ και στη μείωση της άμυνας του οργανισμού, λόγω του ψύχους.
- δ. Υγρασία είναι το ποσό των _____ σε ένα κυβικό μέτρο αέρα.
- ε. Η _____ ακτινοβολία είναι απαραίτητη γιατί μετατρέπει την προβιταμίνη D, που υπάρχει στις τροφές, σε βιταμίνη D.
- στ. Ο _____ δημιουργεί νέφος και συνθήκες άπνοιας.
- ζ. Το γάλα από αιγοπρόβατα που πάσχουν από _____ πυρετό περιέχει βρουκέλλες.
- η. Στους χημικούς παράγοντες που επιδρούν βλαπτικά στην υγεία των εργαζομένων ανήκουν τα εξής:
- σκόνη _____, _____ και • _____ στις βιομηχανικές περιοχές.

9. Παρακάτω, παρατίθενται μέτρα προφύλαξης της υγείας. Να κατατάξετε κάθε μέτρο προφύλαξης στην κατηγορία πρόληψης στην οποία αυτό υπάγεται, σύμφωνα με τις γνώσεις σας.

23

ΣΤΗΛΗ Α	ΣΤΗΛΗ Β
Μέτρα Προφύλαξης	Κατηγορία Πρόληψης
Σχολαστικό πλύσιμο φρούτων και λαχανικών	
Σωστή διατροφή και αποφυγή ζαχαρούχων τροφών στα ενδιάμεσα των γευμάτων από άτομο που πάσχει από τερηδόνα	
Περιοδικές εξετάσεις σε εργαζόμενους που αισθάνονται υγιείς	
Απομάκρυνση εργαζομένων που πάσχουν από κάποια επαγγελματική πνευμονοπάθεια από χώρους εργασίας στους οποίους ανευρίσκονται μεγάλες ποσότητες από βλαπτικές σκόνες	
Αξιοποίηση προστατευτικής ενδυμασίας, όπως ολόσωμες φόρμες, από υγιείς εργαζόμενους, όταν στο χώρο εργασίας χρησιμοποιούνται ουσίες που προκαλούν ερεθισμό στο δέρμα	

10. Να μεταφέρετε τις παρακάτω προτάσεις στο τετράδιό σας, ορθά συμπληρωμένες.
- α. Ο ατμοσφαιρικός αέρας, υπό φυσιολογικές συνθήκες, πρέπει να περιέχει άζωτο σε ποσοστό ____ %.
- β. Διαταραχές λόγω χαμηλής ατμοσφαιρικής πίεσης εμφανίζονται στους ορειβάτες σε υψόμετρο πάνω από ____ μέτρα.

- γ. Η προστασία από φυσικές πηγές ακτινοβολίας δεν είναι εύκολη. Τα τελευταία χρόνια γίνεται προσπάθεια γι' αυτό και ιδιαίτερα για την προστασία από το _____ .
- δ. Η συνηθισμένη θερμοκρασία συντήρησης τροφίμων στο ψυγείο είναι έως ____°C.
- ε. Ο πρώτος από τους σκληρούς ιστούς του δοντιού που προσβάλλεται κατά τη δημιουργία και εξέλιξη της τερηδόνας είναι η _____.
- στ. Η κατάλληλη σχετική υγρασία σε μία κατοικία είναι ____ - ____ %.
- ζ. Οι επαγγελματικές πνευμονοπάθειες αναφέρονται από την αρχαιότητα, όπως οι _____ στην Αρχαία Αίγυπτο.
- η. Τα κυριότερα αίτια για τις αλλεργικές δερματίτιδες είναι η επαφή με και _____.
- θ. Στα πλαίσια της ατομικής καθαριότητας του σώματος, η θερμοκρασία του νερού στο ντουζ πρέπει να είναι ____ - ____ °C.
- ι. Σύμφωνα με τις γνώσεις σας, ένας λοιμογόνος παράγοντας που ενδέχεται να βρίσκεται στα λεμφοκύτταρα του αίματος των ατόμων που έχουν προσβληθεί είναι ο _____.

24

ΘΕΜΑ Β

ΕΜΓ'

11. Παρακάτω σας δίνονται κάποιες ημερομηνίες. Να καταγράψετε γιατί κάθε μία από αυτές αποτελεί σημαντικό ορόσημο για την επιστήμη της Υγιεινής.
- 1998
 - 1775

24