Тема: Здоровый образ жизни и вредные привычки

Выберите верные варианты ответов.

1. Различают три стадии никотиновой зависимости. По описаниям, приведенным ниже,

определите вторую стадию никотиновой зависимости.

а) эпизодическое курение не более 5 сигарет в день, никотиновой абстиненции не наблюдается (т. е. прекращение курения не вызывает никаких расстройств), небольшие изменения в деятельности нервной системы полностью обратимы.

б) постоянное курение от 1 до 1,5 пачек в день, вырабатывается привычка курить натощак, сразу после еды и среди ночи, привыкание к табаку очень сильное, прекращение курения вызывает тяжелое состояние курильщика. Выражены изменения в нервной системе и внутренних органах. Общая картина токсического разрушения организма характеризуется как заболевание;

в) постоянное курение от 5 до 15 сигарет в день, появляется небольшая физическая зависимость, прекращение курения вызывает трудно переносимую физическую и психическую зависимость, которая снимается при выкуривании очередной сигареты.

1. . Образование раковых опухолей у курильщиков вызывают:

а) эфирные масла, содержащиеся в табаке;

б) никотин;

в) радиоактивные вещества, содержащиеся в табаке.

1. . Пассивный курильщик - это человек:

а) выкуривающии до двух сигарет в день;

б) выкуривающий одну сигарету натощак.

в) находящийся в одном помещении с курильщиком.

1. . Отрицательное влияние алкоголя на органы человека характеризуется:

а) нарушением защитной функции печени, мозжечка, развитием туберкулеза;

б) развитием сахарного диабета, увеличением мочевого пузыря;

в) снижением защитной функции организма при переохлаждении.

1. . Алкоголизм - это:

а) заболевание на почве пьянства, в большинстве случаев с неблагоприятным

прогнозом;

б) умеренное потребление спиртных напитков;

Г ч

в) кратковременное состояние алкогольного опьянения.

1. . Болезни, возникающие в результате злоупотребления веществами, вызывающими кратковременное чувство благоприятного психического состояния, - это:

а) курение табака и алкоголизм;

С

б) пищевое отравление;

Г ч

в) наркомания и токсикомания.