

Otázky ke zkoušce z předmětu „Ochrana veřejného zdraví“ - bc zdravotní laborant 6.semestr

Info: Otázky vycházejí z konkrétně odučené výuky, vytvořili je přímo jednotliví vyučující, kteří témata odpřednášeli. Předpokládá se, že u zkoušky je student schopen na dané téma **samostatně souvisle pohovořit a vysvětlit je, během přiměřeně dlouhé doby**, tedy nikoliv je jednou či dvě větami během pár vteřin, a samozřejmě **věcně správně**. Základním předpokladem k tomu je předchozí aktivní absolvování příslušné výuky.

Úvod: primární a sekundární prevence. Ochrana a podpora zdraví. Příčiny a determinanty nemoci.

Priority primární prevence:

1. Prevence: druhy, cíle, význam
2. Priority primární prevence v českém programu Zdraví 21
3. Hlavní příčiny úmrtnosti obyvatel ČR, jejich rizikové determinanty
4. Oxidační stres, jeho zdroje a možnosti prevence
5. Nemoci z povolání a nemoci související s prací - charakteristiky
6. Riziková pracoviště, související povinnosti provozovatelů a pracovníků
7. Nejvyšší přípustné koncentrace: postupy při stanovení
8. Ergonomie: význam, příklady využití
9. Rizikové faktory pracovního prostředí: druhy, příklady

Voda a zdraví:

10. Mikrobi a viry přenášené vodou a s tím spojená alimentární onemocnění
11. Pitná voda a chemické kontaminanty – zdravotní důsledky
12. Tvrdost vody a kardiovaskulární onemocnění, význam vápníku a hořčíku
13. Indikátory fekálního znečištění pitné vody, význam stanovení
14. Význam stanovení dusičnanů a dusitanů
15. Typ limitu „mezí hodnota“ a „nejvyšší mezí hodnota“, význam z hlediska zdravotního posuzování
16. Zdravotní zabezpečení pitné vody desinfekcí

Hodnocení genotoxického rizika:

17. Testy na detekci genových mutací a chromozómových aberací – hodnocení genotoxického rizika
18. Význam cytogenetické analýzy lymfocytů periferní krve
19. Amesův test – princip, bakteriální kmeny, přídatné mutace, význam metabolické aktivace
20. Využití Amesova testu
21. Hodnocení profesionální expozice genotoxickým látkám
22. Genotoxický účinek, biologické důsledky změn genetického materiálu

Životní styl a jeho role v ochraně veřejného zdraví:

23. Determinanty zdraví, role a význam životního stylu mezi nimi, modelové průběhy vývoje individuálního zdraví dle různých kombinací determinant

24. Hlavní příčiny kardiovaskulárních onemocnění, jejich členění do skupin (dle ovlivnitelnosti), role faktorů životního stylu pro riziko aterosklerózy
25. Hlavní příčiny rakoviny
26. Výživové faktory- jejich členění, efekt na veřejné a individuální zdraví
27. Alkohol –efekt na zdraví, doporučení
28. Pohybová aktivita –efekt na zdraví, doporučení

Analýza zdravotních rizik, BET, expozice těžkým kovům a dalším látkám z životního a pracovního prostředí:

29. Naznačte metodický přístup k optimalizaci zdravotního rizika.
30. Vysvětlíte pojmy **nebezpečnost** (hazard) a **riziko** (risk).
31. Jaké jsou možné metodické postupy identifikace nebezpečnosti?
32. Vyhodnocení vztahu dávka – účinek
33. Prahový a bezprahový účinek chemických látek.
34. Metody hodnocení expozice chemickým látkám
35. Biologické expoziční testy.
36. Materiály pro BET s ohledem na biologický poločas.
37. Hodnocení BET, jednotlivec, skupina

Výživová doporučení:

38. Výživová doporučení a spotřeba potravin
39. Výživová doporučení a nutriční parametry
40. Výživová doporučení a kulinářské technologie a výroba potravin
41. Co je 10 kroků k pevnému zdraví
42. Jaké jsou potravinové skupiny a jejich porce
43. Co je to glykemický index, příklady a využití
44. Metody zjišťování výživové spotřeby
45. Tuky ve výživě člověka- zdroje, doporučení
46. Choroby hromadného výskytu s etiologickou účastí výživy v rozvinutých zemích
47. Vápník v potravinách, doporučená dávka
48. Sodík jeho zdroje a možnosti omezení
49. Zdroje jódu, doporučení

Životní prostředí a zdraví:

50. Fyzikální příčiny poškození zdraví, přehled

51. Teplo a poškození zdraví, tepelná zátěž
52. Poškození zdraví hlukem
53. Poškození zdraví neionizujícím zářením, preventivní a ochranná opatření
54. Poškození zdraví ionizujícím zářením, preventivní a ochranná opatření
55. Chemické látky a životní prostředí
56. Charakteristika účinků chemických látek, LD50, ADI
57. Smog, typy smogu, podíl člověka a přírodních faktorů na jejich vzniku
58. Globální problémy spojené s chemickými látkami v ŽP – ozonová díra, globální oteplování a kyselé deště
59. Životní prostředí a GMO