

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА ПО ОСНОВАМ  
БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»**



**1. Что такое здоровый образ жизни?**

- 1) отказ от вредных привычек - употребления алкоголя, табакокурения, наркотиков
- 2) индивидуальная система привычек и поведения человека, обеспечивающая ему необходимый уровень жизнедеятельности и здоровое долголетие
- 3) комплекс знаний о здоровье человека

**2. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на индивидуальное здоровье человека?**

- 1) биологические
- 2) окружающая среда
- 3) физические
- 4) служба здоровья
- 5) культурные
- 6) индивидуальный образ жизни



**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ  
– ВЫБОР МОЛОДЫХ!**

VV-34.RU

**3. Укажите время наивысшей работоспособности человека в соответствии с суточными биологическими ритмами.**

- 1) с 8 до 10 часов
- 2) с 10 до 12 часов
- 3) с 12 до 14 часов
- 4) с 14 до 16 часов
- 5) с 16 до 18 часов
- 6) с 18 до 20 часов



**4. Какие из перечисленных микроорганизмов безвредны для человека?**

- 1) патогенные
- 2) сапрофиты
- 3) условно-патогенные

**5. Утомление — это:**

- 1) долговременное снижение работоспособности
- 2) систематическое ухудшение производственных показателей
- 3) временное снижение работоспособности
- 4) регулярное нарушение функций организма

**6. Укажите субъективные показатели самоконтроля в индивидуальной системе здорового образа жизни.**

- 1) самочувствие
- 2) работоспособность
- 3) частота сердечных сокращений
- 4) сон
- 5) артериальное давление
- 6) аппетит

**Мы за здоровый  
образ жизни !!!**



**7. Зоонозные инфекции передаются человеку через:**

- 1) укусы кровососущих насекомых
- 2) контакт с больным человеком
- 3) укусы или при тесном контакте с больным животным
- 4) пищу и воду

**8. Какие из указанных ниже заболеваний передаются контактно-бытовым путем?**

- 1) сифилис
- 2) бешенство
- 3) гонорея
- 4) чума
- 5) холера
- 6) грипп
- 7) грибковые заболевания на коже и ногтях.



**9. Инфекционные заболевания передаются человеку следующими путями:**

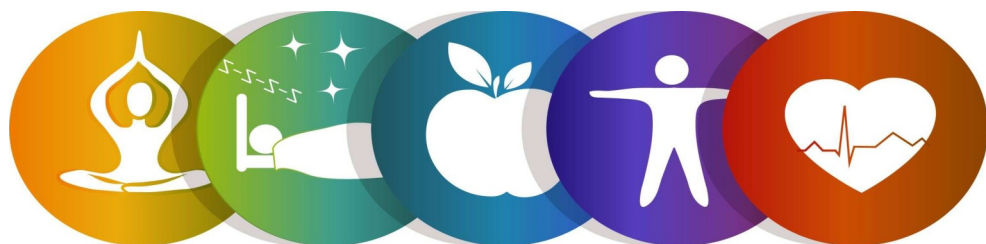
- 1) фекально-оральным
- 2) воздушно-капельным
- 3) воздушно-аэрозольным
- 4) через укусы или при тесном контакте с больными
- 5) жидкостным
- 6) механическим
- 7) контактным

**10. Какие из нижеперечисленных органов и систем относятся к иммунной системе человека?**

- 1) сердце
- 2) костный мозг
- 3) лимфатическая система
- 4) легкие
- 5) печень
- 6) селезенка
- 7) почки

**11. Недомогание, повышенная температура, боли в нижней части живота, жидкий стул с примесью крови являются симптомами:**

- 1) гепатита
- 2) ботулизма
- 3) дизентерии
- 4) дифтерии
- 5) краснухи
- 6) свинки



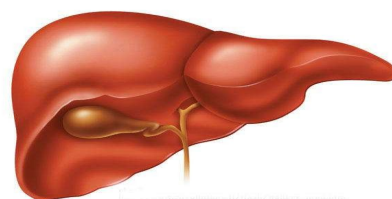
**12. Возбудитель какого заболевания обладает исключительно высокой устойчивостью во внешней среде и развивается даже при полном отсутствии кислорода?**

- 1) гриппа
- 2) дизентерии
- 3) гепатита
- 4) дифтерии
- 5) краснухи
- 6) ботулизма



**13. Особенно пагубно, приводя к развитию хронического гепатита и цирроза, алкоголь влияет на:**

- 1) печень
- 2) железы внутренней секреции
- 3) сердце
- 4) головной мозг



**14. Наиболее сильное отрицательное воздействие на организм человека при курении оказывает сильный яд:**

- 1) аммиак
- 2) углекислота
- 3) никотин
- 4) табачный деготь

**15. К наркотикам относятся:**

- 1) все психоактивные вещества
- 2) психоактивные вещества, включенные в официальный список наркотических средств
- 3) пары бензина
- 4) все средства, предназначенные для лекарственных целей
- 5) аэрозольные ядовитые вещества
- 6) пары ацетона

**16. Укажите последовательность оказания первой медицинской помощи при ранении.**

- 1) удалить стерильным пинцетом из раны, не касаясь ее, свободно лежащие инородные тела (обрывки одежды, осколки стекла и т. д.)
- 2) обработать кожу вокруг раны
- 3) остановить кровотечение
- 4) наложить на рану ватно-марлевую повязку
- 5) доставить пострадавшего в лечебное учреждение

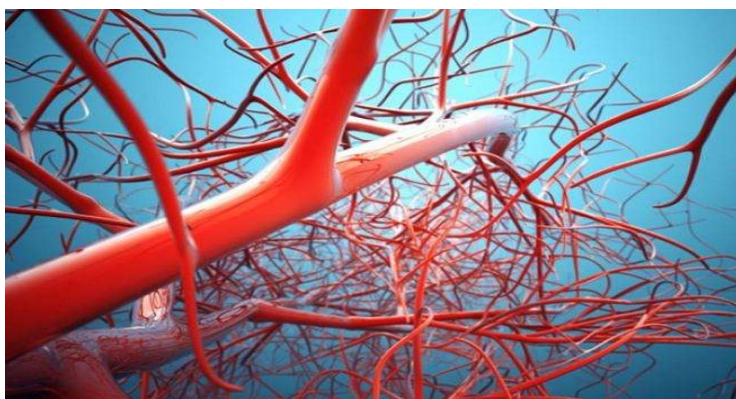


*«Здоровье гораздо более зависит от наших привычек и питания, чем от врачебного искусства».*

*Д. Леббок*

**17. На какие виды подразделяют кровотечения в зависимости от характера поврежденных сосудов?**

- 1) венозное
- 2) артериальное
- 3) носовое
- 4) поверхностное
- 5) капиллярное
- 6) глубокое
- 7) паренхиматозное
- 8) наружное
- 9) внутреннее



**18. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к кровоостанавливающему жгуту?**

- 1) фамилию, имя, отчество пострадавшего и дату наложения жгута
- 2) время получения ранения и дату наложения жгута
- 3) точное время и дату наложения жгута, фамилию наложившего этот жгут

**19. На какое время накладывают кровоостанавливающий жгут на поврежденную конечность зимой?**

- 1) не более 1 часа
- 2) не более 2 часов
- 3) не более 3 часов
- 4) не более 4 часов

**20. Признаками ушиба являются:**

- 1) кровотечение
- 2) боль, припухлость
- 3) бледность кожи
- 4) нарушение функции поврежденной части тела

**Ответы внесите в БЛАНК ОТВЕТОВ и отправьте на электронный адрес: [ruskotru@mail.ru](mailto:ruskotru@mail.ru)**

**Мы за здоровый  
образ жизни !!!**

