МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ`Я УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров`я

З Б І Р Н И К Т Е С Т О В И Х З А В Д А Н Ь

для самоконтролю з фізичної реабілітації та спортивної медицини

для студентів медичного факультету за спеціальностями «Лікувальна справа», «Педіатрія»

Запоріжжя
2016

УДК 615.8(075.8)
ББК 53.54я73
З-41

Рецензенти:

Сиволап В. В., д.мед.н., професор, завідувач кафедри пропедевтики внутрішніх хвороб з доглядом за хворими Запорізького державного медичного університету.

Фетісова В. В., к.мед.н., доцент кафедри фізичної реабілітації та рекреації Запорізького національного технічного університету.

Укладачі:

Михалюк Є. Л., д.мед.н., професор, завідувач кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізвиховання і здоров`я Запорізького державного медичного університету.

Черепок О. О., к.мед.н., асистент кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізвиховання і здоров`я Запорізького державного медичного університету.

Малахова С. М., к.мед.н., доцент кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізвиховання і здоров`я Запорізького державного медичного університету.

Волох Н. Г., асистент кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізвиховання і здоров`я Запорізького державного медичного університету.

З-41 **Збірник тестових завдань** для самоконтролю з фізичної реабілітації та спортивної медицини для студентів медичного факультету спеціальностями «Лікувальна справа», «Педіатрія» / Є. Л. Михалюк, О. О. Черепок, С. М. Малахова, Н. Г Волох. - ЗДМУ, 2016. - 128 с.

УДК 615.8(075.8)
ББК 53.54я73

Збірник тестових завдань складено на основі діючого навчального плану та програми з навчальної дисципліни «Фізична реабілітація та спортивна медицина» для студентів вищих медичних навчальних закладів III-IV рівнів акредитації для напрямку підготовки 1201 «Медицина», для спеціальністей 7.12010001 – «Лікувальна справа», 7.12010002 – «Педіатрія», відповідно до освітньо-кваліфікаційної характеристики і навчального плану, затвердженого наказом МОЗ України № 539 від 08.07.2010 р. «Про внесення змін до Навчального плану підготовки фахівців освітньо-кваліфікаційного рівня «спеціаліст» кваліфікації «лікар» у вищих навчальних закладах IV рівня акредитації за спеціальностями «Лікувальна справа», «Педіатрія», «Медико-профілактична справа», затвердженого наказом МОЗ від 19.10.2009 р. № 749».

Збірник тестових завдань призначено для самостійної роботи студентів IV курсу медичних факультетів, які навчаються за фахом «Лікувальна справа» та «Педіатрія» при вивченні навчальної дисципліни «Фізична реабілітація та спортивна медицина».

Збірник тестових завдань обговорено та затверджено на засіданні циклової методичної комісії ЗДМУ з терапевтичних дисциплін та рекомендовано до видання Центральною методичною радою ЗДМУ (протокол № 2 від 24.11.16 р.)

© Є. Л. Михалюк, О. О. Черепок, С. М. Малахова, Н. Г Волох

ЗМІСТ

Тестові завдання 4

Ситуаційні задачі 81

Тестові завдання та ситуаційні задачі представлено у форматі «вибір правильної відповіді». Ви повинні вибрати найбільш вірну, з Вашої точки зору, відповідь на завдання серед наведених. В тестовому завданні завжди є вірна відповідь і вона лише одна (з дидактичною метою вірна відповідь позначена зірочкою).

Т е с т о в і з а в д а н н я

1. Які з перерахованих засобів ЛФК піддаються найбільш точному дозуванню:
   A. природні чинники природи
   B. загартувальні процедури
   C. *фізичні вправи
   D. масаж
   E. прогулянки
2. В останні 3-4 тижні вагітності із лікувальної гімнастики виключають вправи:
   A. для м’язів тазового дна
   B. на розслаблення
   C. для м’язів черевного пресу у вихідному положенні лежачи на спині
   D. *для дистальних відділіів кінцівок у вихідному положенні лежачи на спині
   E. дихальні вправи
3. Постійним протипоказом для призначення ЛФК є:
   A. температура тіла 40° С;
   B. гіпертонічний криз;
   C. легенева кровотеча;
   D. гемографічний інсульт;
   E. *гострий лейкоз.
4. Методами проведення занять з ЛФК є:
   A. ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна гімнастика, дозована ходьба.
   B. *гімнастичний, спортивно- прикладний, ігровий.
   C. лікувальний масаж, лікувальна гімнастика, ранкова гігієнічна гімнастика.
   D. індивідуальний, малогруповий, груповий, самостійний.
   E. щадний, щадно-тренуючий, тренуючий.
5. В період відносної іммобілізації при травмах ліктьового суглобу хворим рекомендують вправи для ураженого суглобу
   A. *активні та активні полегшені
   B. пасивні
   C. пасивні та активні з допомогою
   D. активні з обтяженням
   E. ізометричне напруження м'язів передпліччя

6. При проведенні процедури ЛФК інструктор не повинен:
   A. назвати вправу;
   B. назвати вихідне положення;
   C. розказати і показати виконання вправ;
   D. дати команду до початку виконання вправи;
   E. *виконувати вправу разом з пацієнтом.
7. На палатному режимі призначають:
   A. 8 вправ;
   B. 10 вправ;
   C. 12 вправ;
   D. 14 вправ;
   E. *16 вправ.
8. При помірному розширені судин на периферії кров від внутрішніх органів перерозподіляється до поверхні шкіри та м'язів, це:
   A. *покращує роботу лівого передсердя і лівого шлуночка ;
   B. не впливає на роботу лівого передсердя і лівого шлуночка;
   C. погіршує роботу лівого передсердя і лівого шлуночка;
   D. покращує роботу лівого передсердя і погіршує лівого шлуночка;
   E. погіршує роботу лівого передсердя та покращує лівого шлуночка;
9. До фізіологічних механізмів лікувальної дії фізичних вправ не належить:
   A. загально-тонізуюча дія
   B. трофічна дія
   C. формування компенсацій
   D. нормалізація порушених функцій
   E. *механічна дія
10. Протипоказаннями до призначення ЛФК є наступні стани, крім одного:
   A. *синусова тахікардія понад 100 уд/хв.
   B. збільшення ШОЄ понад 20-25 мм/год.
   C. артеріальна гіпотензія більше ніж 90/50 мм рт.ст.
   D. синусова брадікардія менш ніж 50 уд/хв.
   E. недостатність кровообігу I ступеня.
11. При розтиранні відбувається:
   A. звуження судин і сповільнення кровотоку;
   B. *розширення судин і прискорення кровотоку;
   C. розширення судин і сповільнення кровотоку;
   D. звуження судин і прискорення кровотоку;
   E. розтирання впливає на лімфообіг;
12. На які тканинні структури діє прийом масажу вібрація?
   A. шкіру та підшкірну жирову клітковину.
   B. сполучнотканинні утворення, суглоби, фасції та апоневрози.
   C. м'язові тканини.
   D. сухожилля.
   E. *на всі тканинні структури.
13. Не можна проводити масаж:
   A. лімфатичних вузлів

B. родимих плям
C. болючих затвердінь по ходу судин
D. *всі відповіді вірні
E. є невірні відповіді

14. В кабінеті ЛФК повинно бути гімнастичних палок не менше:
A. 4 шт;
B. *6 шт;
C. 8 шт;
D. 10 шт;
E. 12 шт.

15. При штрихуванні пальці прямі, максимально розігнуті, до масованої ділянки розміщені під кутом:
A. 10°
B. 20°
C. *30°
D. 40°
E. 50°

16. Протипоказаннями до призначення ЛФК є наступні стани, крім одного:
A. передінфарктний стан, гострий інфаркт міокарда
B. негативна динаміка ЕКГ
C. *недостатність кровообігу IIБ-III ст.
D. стабільна стенокардія
E. тромбоемболічні ускладнення

17. Розширення судин під час процедур масажу відбувається під впливом:
A. адреналіну та ацетилхоліну
B. *гістаміну та ацетилхоліну
C. гістаміну та адреналіну
D. інсуліну та гістаміну
E. адреналіну та інсуліну

18. Режими рухової активності на стаціонарному етапі реабілітації:
A. щадний, щадно-тренуючий, тренуючий.
B. ліжковий, палатний, щадний.
C. стабілізуючий фізичну працездатність, підтримуючий фізичну працездатність.
D. *суворий ліжковий, розширений ліжковий, палатний, вільний.
E. ліжковий, напівліжковий, щадний.

19. Погладжування:
A. *обов’язковий прийом масажу.
B. часто включають в процедуру масажу.
C. виконують лише у дітей.
D. виконують при м’язовій втомі.
E. виконують лише в косметичному масажі.

20. Недоліком лікувальної гімнастики є:
A. вибірковість дії;
B. легкість дозування;

C. *відсутність емоційності;
D. доступність по стану здоров’я;
E. доступність по обладнанню.

21. Тривалість вступного розділу процедури лікувальної гімнастики:
A. 1 хв;
B. 3 хв;
C. до 5 хв;
D. *5-10 хв;
E. 10-15 хв.

22. На палатному режимі вправи повторюють:
A. 4 рази;
B. *6 разів;
C. 8 разів;
D. 10 разів;
E. 12 разів.

23. Періоди ЛФК в клініці внутрішніх хвороб:
A. щадний, щадно-тренуючий, тренуючий
B. стабілізуючий, підтримуючий
C. *підготовчий, період одужання, підтримуючий
D. ліжковий, палатний, вільний
E. вступний, основний, заключний

24. Відповідь організму на процедуру масажу залежить від:
A. форми та клінічного перебігу хвороби
B. *методики проведення масажу
C. функціонального стану ЦНС
D. ділянки тіла, що масажується
E. положення тіла пацієнта

25. Фізичні вправи, як засіб ЛФК, визначаються як:
A. скорочення м'язів з різними фізичними навантаженнями.
B. рухи різноманітними частками тіла.
C. різноманітна рухова діяльність.
D. рухова діяльність на тренажерах, тредбанах.
E. *цілеспрямовані дозовані рухи тіла.

26. Відпочинок після масажу повинен бути:
A. 1-2 хв.
B. 3-5 хв.
C. 6-10 хв.
D. *15-30 хв.
E. 45-60 хв.

27. До форм проведення ЛФК не відноситься:
A. лікувальна гімнастика;
B. ігровий урок;
C. індивідуальні завдання для самостійних занять;
D. *фактори загартування;
E. теренкур.

28. До апаратного масажу не відносять:
    A. вібромасаж;
    B. пневмомасаж;
    C. синокардіальний масаж;
    D. банковий масаж;
    E. *точковий масаж;
29. Розминання можна проводити однією або двома руками:
    A. по току лімфи;
    B. проти току лімфи;
    C. за годинниковою стрілкою;
    D. в поперечному напрямку;
    E. *в різних напрямках;
30. Фізіологічні механізми лікувальної дії фізичних вправ:
    A. *тонізуючий, трофічний, формування компенсацій та нормалізація функцій.
    B. гуморальний, трофічний, формування компенсацій симптоматичний.
    C. нервово-рефлекторний, формування компенсацій та нормалізація функцій.
    D. механічний, тонізуючий, трофічний, формування компенсацій.
    E. стимулюючий, відновний, трофічний, нормалізація функцій.
31. Регуляція лімфообігу під час процедури масажу пов’язана з:
    A. прийомом розминання
    B. прийомом пиляння
    C. прийомом розтирання
    D. прийомом вібрації
    E. *прийомом погладжування
32. До завдань ЛФК відноситься:
    A. потенціювання дії лікарських засобів;
    B. *залучення хворого до активної участі в процесі виздоровлення;
    C. довготривалість або постійність використання ЛФК для лікування та профілактики рецидивів хвороби;
    D. легке дозування та вивчення реакції на навантаження;
    E. відсутність травматичного впливу.
33. Трудові вправи призначають при захворюваннях:
    A. органів дихання;
    B. органів травлення;
    C. *опорно-рухового апарату;
    D. серцево-судинної системи;
    E. ендокринної системи.
34. При адекватному фізичному навантаженні максимальне підвищення систолічного тиску повинно бути:
    A. *40 мм. рт. ст.;
    B. 50 мм. рт. ст.;
    C. 60 мм. рт. ст.;
    D. 70 мм. рт. ст.;

E. 80 мм. рт. ст.;

35. При виконанні фізичних вправ на ліжковому режимі пульс повинен зростати на:
A. 6 уд / хв;
B. *8 уд / хв;
C. 12 уд / хв;
D. 16 уд / хв;
E. 20 уд / хв;

36. Для догляду за шкірою з метою попередження її старіння використовують:
A. лікувальний масаж;
B. гігієнічний масаж;
C. *косметичний масаж;
D. сегментарно-рефлекторний масаж;
E. спортивний масаж;

37. До основних прийомів розминання відносять:
A. вижимання;
B. накочування;
C. *уривчасте;
D. зміщення;
E. натискування;

38. Лікувальна гімнастика, як основна форма ЛФК, складається із вправ:
A. з предметами, на снарядах, на тренажерах.
B. ізометричних, ізотонічних, ідеомоторних.
C. *загально-зміцнюючих, дихальних, спеціальних.
D. на розвиток сили, швидкості, спритності .
E. на розвиток витривалості і координації рухів.

39. Основні механізми лікувальної дії масажу на організм:
A. механічна місцева дія та гуморальний вплив
B. гуморальний та нервово-рефлекторний вплив
C. *механічна місцева дія, гуморальний та нервово-рефлекторний вплив
D. нервово-рефлекторний вплив та теплова дія
E. нервово-рефлекторний, гуморальний і фізичний вплив

40. В лікарні 1 посада лікаря ЛФК встановлюється на :
A. 100 ліжок;
B. 150 ліжок;
C. *200 ліжок;
D. 250 ліжок;
E. 300 ліжок.

41. Засобом лікувальної фізкультури є:
A. теренкур;
B. лікувальна гімнастика;
C. піші прогулянки;
D. *режим рухової активності;
E. біг підтюпцем.

42. Лімфатичні вузли масують прийомами:

A. погладжування;
B. розтирання;
C. погладжування і розтирання;
D. розминання;
E. *не масують;

43. Прийоми розтирання проводять в:
A. 2 етапи;
B. *3 етапи;
C. 4 етапи;
D. 5 етапів;
E. 6 етапів;

44. В третьому періоді вагітності (33-44 тижні) гімнастика включає:
A. динамічні вправи для кінцівок, загально-зміцнюючі вправи
B. пасивні вправи для кінцівок, загально-зміцнюючі вправи
C. вправи, які підвищують внутрішньо-черевний тиск
D. загальнозміцнюючі вправи, вправи для тренування діафрагмального типу дихання
E. *вправи для профілактики варикозного розширення вен та поліпшення кровообігу в ділянці малого тазу

45. Масаж шийно-комірцевої зони найбільш показано при захворюваннях:
A. *серцево-судинної системи
B. дихальної системи
C. органів травлення
D. периферичної нервової системи
E. ендокринної системи

46. Протипоказаннями до призначення ЛФК є наступні стани, крім одного
A. синусова тахікардія понад 100уд/хв.
B. синусова брадікардія менше ніж 50 уд/хв.
C. негативна динаміка ЕКГ
D. *поодинокі екстрасистоли
E. наростання недостатності кровообігу

47. Тривалість процедур ЛФК для неврологічних хворих при індивідуальній методиці занять:
A. 20 хв;
B. 25 хв;
C. *30 хв;
D. 35 хв;
E. 40 хв.

48. На ліжковому режимі вправи виконують в:
A. *повільному темпі;
B. середньому темпі;
C. швидкому темпі;
D. середньому і швидкому темпі;
E. повільному, середньому і швидкому темпі.

49. Температура повітря в кабінеті масажу повинна бути:

A. 17 – 18° С
B. 18 – 20° С
C. *20 – 22° С
D. 22 – 24° С
E. 24 – 26° С

50. До допоміжних прийомів розминання відносять:
A. *валяння;
B. пиляння;
C. строгання;
D. гладіння;
E. штрихування;

51. Для вирішення питання про можливість розширення рухового режиму:
A. проводять лікарсько-педагогічне спостереження
B. проводять антропометричне дослідження
C. *вивчають пульс і суб'єктивні дані до і після занять ЛФК
D. враховують результати соматоскопії
E. проводять стандартні функціональні проби або навантажувальні тести

52. Протипоказаннями до призначення лікувального масажу є всі, крім одного:
A. злоякісні пухлини
B. грибкові та вірусні захворювання шкіри
C. *вегето-судинна дистонія
D. загроза кровотечі
E. значні ушкодження шкіряного покрову

53. Гімнастичний зал повинен мати площу не менше:
A. 20 м2 ;
B. 25 м2 ;
C. 30 м2 ;
D. 35 м2 ;
E. *40 м2 ;

54. Режими рухової активності у санаторіях і під час амбулаторно-поліклінічного лікування хворих:
A. стабілізуючий фізичну працездатність і підтримуючий фізичну працездатність
B. *щадний, щадно-тренуючий, тренуючий, інтенсивнотренуючий
C. вільний, щадний, щадно-тренуючий, тренуючий
D. перехідний, вільний, щадний, тренуючий
E. ліжковий, палатний, вільний

55. Методична робота інструктора лікувальної фізкультури полягає в:
A. *складанні комплексів;
B. підборі фізичних вправ;
C. розробці показів та протипоказів до призначення ЛФК;
D. складанні методичних листів;
E. комплектуванні груп для занять;

56. В нормі затримка дихання на видиху в чоловіків становить:
A. 15 с;

B. 20 с;
C. 25 с;
D. *30 с;
E. 35 с.

57. Площа шкіри дорослої людини становить:
A. 0,9 – 1 м 2
B. 1,1 – 1,2 м 2
C. 1,3 – 1,4 м 2
D. *1,5 – 1,6 м 2
E. 1,7 – 1,8 м 2

58. До прийомів погладжування відноситься:
A. *гладіння;
B. пиляння;
C. строгання;
D. штрихування;
E. валяння;

59. Тривалість виконання вібрації не повинна перевищувати:
A. *10 с ;
B. 20 с;
C. 30 с;
D. 45 с;
E. 1 хв

60. На які тканинні структури діє прийом масажу розминання:
A. шкіру та підшкірну жирову клітковину
B. сполучно-тканинні структури фасції, сухожилля, суглоби та апоневрози
C. *м’язові тканини
D. окістя
E. на всі тканинні структури

61. Руки масажиста повинні бути:
A. чистими, сухими, теплими
B. з коротко підстриженими нігтями
C. без кілець, браслетів, часів та інших предметів, які можуть ушкодити шкіру пацієнта
D. *всі відповіді вірні
E. є невірні відповіді

62. Клас важкості інфаркту міокарда (ІМ) на стаціонарному етапі реабілітації залежить від:
A. суб'єктивного стану хворого.
B. глибини і обширності ураження, супутніх захворювань, віку хворого.
C. глибини і обширності ураження, віку хворого, коронарної недостатності.
D. *глибини і обширності ураження, ускладнень, коронарної недостатності.
E. ускладнень коронарної недостатності, віку хворого, супутніх захворювань.

63. Одним із завдань стаціонарного етапу реабілітації хворих інфарктом міокарда є:

A. відновлення працездатності, повернення до професійної діяльності;
B. вторинна профілактика ІХС;
C. підвищення толерантності до фізичних навантажень;
D. *підніматися на 1 поверх по сходах;
E. психологічна реадаптація хворого;

64. На ліжковому режимі хворих інфарктом міокарда призначають форми лікувальної фізкультури:
A. піші прогулянки;
B. *лікувальну гімнастику;
C. теренкур;
D. біг підтюпцем;
E. ігровий урок;

65. До І програми фізичної реабілітації хворих інфарктом міокарда належить:
A. *МВІМ не ускладнений або з ускладненнями легкого ступеня;
B. ВВІМ з помірною або частою стенокардією або з тяжкими ускладненнями; МВІМ з тяжкими ускладненнями;
C. МВІМ з частою стенокардією в поєднанні з любими ускладненнями середньої важкості; ВВІМ з помірною стенокардією або ускладненнями середньої важкості; трансмуральний або циркуляторний субендокардіальний інфаркт міокарда неускладнений або з ускладненнями легкого або середнього ступеня;
D. МВІМ не ускладнений або з тяжкими ускладненнями;
E. всі відповіді не вірні

66. На ліжковому режимі хворим інфарктом міокарда в комплекс включають не більше:
A. 5 вправ;
B. 6 вправ;
C. *8 вправ;
D. 10 вправ;
E. 12 вправ;

67. Особливість дихальних вправ для хворих з гіпертонічною хворобою це:
A. форсоване дихання
B. *дихальні вправи із затримкою дихання на видиху
C. дихальні вправи із затримкою дихання на вдиху
D. звукова гімнастика
E. динамічні дихальні вправи з частим поверхневим диханням

68. Під час заняття на підтримуючому етапі реабілітації хворих на інфаркт міокарда ЧСС не повинна перевищувати:
A. 100 ударів за 1 хв.
B. 110 ударів за 1 хв.
C. *120 ударів за 1 хв.
D. 130 ударів за 1 хв.
E. 140 ударів за 1 хв.

69. Комплекс форм ЛФК при гіпертонічній хворобі на стаціонарному етапі реабілітації при вільному руховому режимі:

A. лікувальна гімнастика, ранкова гігієнічна гімнастика
B. лікувальна гімнастика, масаж
C. *лікувальна гімнастика, ранкова гігієнічна гімнастика, прогулянки, дозована ходьба, масаж
D. ранкова гігієнічна гімнастика, дозована ходьба
E. заняття на тренажерах, елементи спорту, трудотерапія

70. При гіпертонічній хворобі I ст доцільніше призначати:
A. гру в бадмінтон;
B. гру в волейбол;
C. *біг підтюпцем;
D. біг на короткі дистанції;
E. гру теніс;

71. У відповідності з рекомендаціями ВКНЦ (1983) фізичної реабілітації на стаціонарному етапі лікування виділяють:
A. 2 види програм;
B. 3 види програм;
C. *4 види програм;
D. 5 видів програм;
E. 6 видів програм;

72. На вільному режимі призначають:
A. 16 вправ;
B. 18 вправ;
C. 22 вправи;
D. *24 вправи;
E. 28 вправ.

73. В кінці палатного режиму у хворих з ІМ заняття триває:
A. 5-10 хв;
B. 10-15 хв;
C. *15-20 хв;
D. 20-25 хв;
E. 25-30 хв;

74. На ліжковому режимі при інфаркті міокарда (ІМ) ЛГ спрямована на:
A. стимуляцію скоротливості міокарта
B. тренування в підніманні по сходах
C. адаптацію до зростаючих фізичних навантажень
D. *стимуляцію екстракардіальних факторів кровообігу
E. підвищення рівня фізичного стану хворого

75. При гіпертонічній хворобі II ст вправи виконують:
A. спокійно, ритмічно, з обмеженою амплітудою;
B. швидко, ритмічно з обмеженою амплітудою;
C. *спокійно, ритмічно з повною амплітудою;
D. швидко, ритмічно з повною амплітудою;
E. швидко, не ритмічно, з обмеженою амплітудою;

76. Ускладнення інфаркту міокарда умовно поділяють на:
A. 2 групи;

B. *3 групи;
C. 4 групи;
D. 5 груп;
E. 6 груп;

77. На вільному режимі як додаткові заняття в другій половині дня хворий може виконуватии дозовану ходьбу на відстань спочатку до 200 м в темпі:
A. *70 кр/хв;
B. 80 кр/хв;
C. 90 кр/хв;
D. 100 кр/хв;
E. 110 кр/хв;

78. До III програми фізичної реабілітації хворих інфарктом міокарда належить:
A. МВІМ не ускладнений або з ускладненнями легкого ступеня;
B. МВІМ з частою стенокардією в поєднанні з любими ускладненнями середньої важкості;
C. ВВІМ з помірною стенокардією або ускладненнями середньої важкості; трансмуральний або циркуляторний субендокардіальний інфаркт міокарда неускладнений або з ускладненнями легкого або середнього ступеня;
D. *ВВІМ з помірною або частою стенокардією або з тяжкими ускладненнями;
E. МВІМ з тяжкими ускладненнями;

79. На ліжковому режимі хворим інфарктом міокарда в комплекс включають не більше:
A. 5 вправ;
B. 6 вправ;
C. *8 вправ;
D. 10 вправ;
E. 12 вправ

80. Основні спеціальні вправи для хворих із гіпотонічною хворобою:
A. вправи з швидкою зміною положення тіла у просторі.
B. *швидкісно-силові вправи та вправи з невеликим обтяженням (гантелі).
C. дихальні вправи з затримкою дихання на видиху.
D. вправи на розслаблення м’язових груп.
E. пасивні фізичні вправи для великих м’язових груп.

81. Найбільш оптимальні форми ЛФК у хворих зі стабільною стенокардією на стаціонарному етапі лікування (режим вільний):
A. *дозована ходьба по рівній місцевості у повільному або середньому темпі, заняття на тренажерах, масаж
B. дозований біг по рівній місцевості у швидкому темпі
C. процедура ЛГ з вправам статичного і швидкісно-силового характеру
D. ранкова гігієнічна гімнастика, процедура ЛГ з вправами на розслаблення
E. спортивні ігри, їзда на велосипеді, загартування водними процедурами

82. Тривалість занять ЛГ на суворому ліжковому режимі при інфаркті міокарда:
A. *3-5 хв.

B. 5-10 хв.
C. 20-30 хв.
D. 30-50 хв.
E. до 60 хв.

83. Лікувальна фізкультура в комплексному лікуванні хворих із захворюваннями серцево-судинної системи викликає:
A. алергічні реакції;
B. кумулятивний ефект;
C. *пролонговану дію медикаментів;
D. привикання;
E. інтоксикацію;

84. При гіпертонічній хворобі II ст призначають дозовану ходу в повільному темпі до:
A. 1 км;
B. *2 км;
C. 3 км;
D. 4 км;
E. 5 км;

85. До легких ускладнень інфаркту міокарда відносять:
A. синдром Дреслера;
B. набряк легень;
C. міграція водія ритму;
D. *перикардит;
E. рефлекторний шок;

86. На поліклінічному етапі реабілітації хворих ІМ II функціонального класу темп дозованої ходьби повинен бути до:
A. 130 кр/хв;
B. 120 кр/хв;
C. *110 кр/хв;
D. 100 кр/хв;
E. 90 кр/хв;

87. До IV програми фізичної реабілітації хворих інфарктом міокарда належить:
A. МВІМ не ускладнений або з ускладненнями легкого ступеня;
B. МВІМ з частою стенокардією в поєднанні з любими ускладненнями середньої важкості;
C. *ВВІМ з помірною або частою стенокардією або з тяжкими ускладненнями;
D. ВВІМ з помірною стенокардією або ускладненнями середньої важкості; трансмуральний або циркуляторний субендокардіальний інфаркт міокарда неускладнений або з ускладненнями легкого або середнього ступеня;
E. МВІМ з тяжкими ускладненнями;

88. Основними завданнями ЛФК для хворих із ішемічною хворобою є:
A. поліпшення коронарного та периферичного кровообігу, зменшення потреби міокарду у кисні

B. підвищення толерантності до фізичних навантажень
C. відновлення нормального стереотипу дихання
D. всі відповіді вірні
E. *є невірні відповіді

89. До екстракардіальних факторів кровообігу не належать:
A. *скорочення міокарду;
B. робота м'язів;
C. рухи в суглобах;
D. присмоктуюча дія грудної клітки;
E. рухи діафрагми;

90. В стані саморозслаблення пульс повинен:
A. *сповільнитися на 2-4 уд/хв;
B. сповільнитися на 4-6 уд/хв;
C. сповільнитися на 6-8 уд/хв;
D. зрости на 2-4 уд/хв;
E. зрости на 4-6 уд/хв;

91. До III програми фізичної реабілітації хворих інфарктом міокарда належить:
A. QIM не ускладнений або з ускладненнями легкого ступеня;
B. з частою стенокардією в поєднанні з любими ускладненнями середньої важкості;
C. *QIM з помірною стенокардією або ускладненнями середньої важкості; трансмуральний або циркуляторний субендокардіальний інфаркт міокарда неускладнений або з ускладненнями легкого або середнього ступеня;
D. з помірною або частою стенокардією або з тяжкими ускладненнями;
E. з тяжкими ускладненнями;.

92. Перед тим, як перевести хворого з інфарктом міокарда на палатний руховий режим, йому пропонують:
A. посидіти у ліжку 5 хв.
B. посидіти у ліжку 15 хв.
C. *постояти біля ліжка 5 хв.
D. походити по коридору 5 хв. у повільному темпі
E. виконати 20 присідань за 30 сек.

93. На вільному режимі при інфаркті міокарду ЛГ спрямована на:
A. поліпшення коронарного та периферичного кровообігу, стимуляція обміну речовин
B. *тренування в підніманні по сходах
C. підвищення толерантності організму до фізичних навантажень
D. заняття теренкуром
E. підвищення рівня фізичного стану хворого

94. Перед тим, як перевести хворого з інфарктом міокарда на вільний руховий режим, йому пропонують:
A. посидіти у ліжку 5 хв.
B. посидіти у ліжку 15 хв.
C. постояти біля ліжка 5 хв.

D. *походити по коридору 5 хв. у повільному темпі
E. виконати 20 присідань за 30 сек.

95. Формами застосування ЛФК є:
A. фізичні вправи, природні чинники, лікувальний масаж
B. *лікувальна гімнастика, теренкур, біг підтюпцем, ранкова гігієнічна гімнастика,

96. заняття на тренажерах
A. фізичні вправи, дозована ходьба
B. ранкова гігієнічна гімнастика, природні чинники, гімнастика у воді
C. лікувальна гімнастика, ранкова гігієнічна гімнастика, самостійні заняття хворого за завданням лікаря, оздоровчі форми фізкультури

97. ЛФК можна проводити при:
A. гострій стадії міокардиту;
B. приступі стенокардії;
C. *пульс у спокої 90 уд/хв;
D. тахіаритмічна форма миготливої аритмії;
E. екстрасистолії;

98. До важких ускладнень ІМ відносять:
A. стабільна гіпертензія (АТ більше 200/100)
B. стенокардія 5 разів на добу;
C. *шлуночкова пароксизмальна тахікардія;
D. різка екстрасистолія (не більше 1 хв)
E. синдром Дреслера;

99. До III програми фізичної реабілітації хворих інфарктом міокарда належить:
A. МВІМ не ускладнений або з ускладненнями легкого ступеня;
B. *МВІМ з частою стенокардією в поєднанні з любими ускладненнями середньої важкості;
C. ВВІМ з помірною стенокардією або ускладненнями середньої важкості; трансмуральний або циркуляторний субендокардіальний інфаркт міокарда неускладнений або з ускладненнями легкого або середнього ступеня;
D. ВВІМ з помірною або частою стенокардією або з тяжкими ускладненнями;
E. МВІМ з тяжкими ускладненнями;

100. Для вирішення питання про можливість розширення рухового режиму:
A. проводять лікарсько-педагогічне спостереження
B. проводять антропометричне дослідження
C. *вивчають пульс і суб'єктивні дані до і після занять ЛФК
D. враховують результати соматоскопії
E. проводять стандартні функціональні проби або навантажувальні тести

101. Для бігу не характерно:
A. легкість дозування
B. природність
C. емоційність
D. вибірковість дії

E. всі відповіді не вірні

102. Основними завданнями ЛФК для хворих із ішемічною хворобою є:
A. поліпшення коронарного та периферичного кровообігу, зменшення потреби міокарду у кисні
B. підвищення толерантності до фізичних навантажень
C. відновлення нормального стереотипу дихання
D. всі відповіді вірні
E. *є невірні відповіді

103. Протипоказанням для призначення ЛФК при гіпертонічній хворобі є артеріальний тиск:
A. 170/95 мм.рт.ст.
B. *180/100 мм.рт.ст.
C. 200/100 мм.рт.ст.
D. 210/100 мм.рт.ст.
E. 210/120 мм.рт.ст.

104. Для вирішення питання про можливість розширення рухового режиму:
A. проводять лікарсько-педагогічне спостереження
B. проводять антропометричне дослідження
C. *вивчають пульс і суб'ктивні дані до і після занять ЛФК
D. враховують результати соматоскопії
E. проводять стандартні функціональні проби або навантажувальні тести

105. Протипоказанням до призначення ЛФК є:
A. синусова тахікардія 95 уд/хв..
B. збільшення ШОЕ до 15 мм/год
C. артеріальний тиск 100/60 мм.рт.ст.
D. *брадикардія з ЧСС 45 уд/хв..
E. недостатність кровообігу I ступеню

106. При гіпертонічній хворобі I ст тривалість заняття ЛГ:
A. 10-15 хв;
B. 20-40 хв;
C. *40-60 хв;
D. 60-70 хв;
E. 70-80 хв;

107. У II групи хворих ІХС для занять ЛФК рівень допустимих фізичних навантажень повинен становити:
A. 71-80 % потрібного максимального споживання кисню (ПМСК)
B. 60-70 % ПМСК;
C. *40-59 % ПМСК;
D. 30-49 % ПМСК;
E. 20-30 % ПМСК;

108. До II програми фізичної реабілітації хворих інфарктом міокарда належить:
A. *мілковогнищевий інфаркт міокарда (МВІМ) з частою стенокардією в поєднанні з любими ускладненнями середньої важкості;

великовогнищевий інфаркт міокарда (ВВІМ) не ускладнений або з ускладненнями легкого ступеня;
B. МВІМ з частою стенокардією в поєднанні з любими ускладненнями середньої важкості;
C. ВВІМ з помірною стенокардією або ускладненнями середньої важкості;
D. МВІМ з помірною стенокардією або любими ускладненнями середньої важкості;
E. ВВІМ неускладнений або з ускладненнями легкого ступеню;

109. Співвідношення загальнотонізуючих і дихальних вправ при гіпертонічній хворобі І ст повинно бути:
A. 1 : 1;
B. 2 : 1;
C. *3 : 1;
D. 1 : 2;
E. 1 : 3;

110. Основними завданнями ЛФК для хворих із стенокардією є:
A. *поліпшення коронарного та периферичного кровообігу, зменшення потреби міокарду у кисні
B. підвищення толерантності до фізичних навантажень
C. відновлення нормального стереотипу дихання
D. всі відповіді вірні
E. є невірні відповіді

111. При гіпертонічній хворобі ІІ ст на вільному режимі тривалість заняття ЛГ:
A. 15-20 хв;
B. 20-25 хв;
C. 25-30 хв;
D. 30-35 хв;
E. *35-40 хв;

112. Основні спеціальні вправи при гіпертонічній хворобі це:
A. *циклічні рухи у повільному та середньому темпі, вправи на розслаблення, на рівновагу, дихальні вправи із затримкою на видиху.
B. ациклічні рухи у швидкому темпі, вправи з обтяженням, дихальні вправи із затримкою на вдиху.
C. циклічні рухи у швидкому темпі, вправи на розслаблення, дихальні вправи із затримкою на вдиху, вправи на рівновагу.
D. циклічні рухи у повільному та середньому темпі, вправи з тривалими статичними зусиллями, вправи на рівновагу.
E. вправи із статичними навантаженнями, тонізуючі дихальні вправи, спортивні ігри.

113. Співвідношення загальнотонізуючих і дихальних вправ при гіпотонічній хворобі повинно бути:
A. 1 : 1;
B. 2 : 1;
C. *3 : 1;

D. 1 : 2;
E. 1 : 3;

114. У III групи хворих ІХС для занять ЛФК стенокардія спокою виникає:
A. 5-6 разів на тиждень;
B. 5-6 разів на місяць;
C. 1-2 рази на день;
D. *1-2 рази на місяць;
E. 1-2 рази на тиждень;

115. На вільному режимі вправи виконують в:
A. повільному темпі;
B. середньому темпі;
C. швидкому темпі;
D. *середньому і швидкому темпі;
E. повільному, середньому і швидкому темпі.

116. До легких ускладнень інфаркту міокарда не відносять:
A. *синдром Дреслера;
B. синусова брадикардія;
C. рідка екстрасистолія;
D. перикардит;
E. стенокардія не частіше 1 раз на добу;

117. Для ранкової гігієнічної гімнастики не характерно:
A. легкість дозування
B. природність
C. емоційність
D. вибірковість дії
E. *всі відповіді не вірні

118. При гіпертонічній хворобі II ст на палатному режимі тривалість заняття ЛГ:
A. 15-20 хв;
B. *20-25 хв;
C. 25-30 хв;
D. 30-35 хв;
E. 35-40 хв;

119. Для лікувальної гімнастики не характерно:
A. легкість дозування
B. *природність
C. емоційність
D. вибірковість дії
E. доступність за обладнанням

120. На ліжковому режимі вправи виконують з вихідного положення:
A. сидячи
B. *лежачи
C. стоячи
D. лежачи і сидячи
E. сидячи і стоячи

121. Основні завдання ЛФК при реабілітації хворого на інфаркт міокарда (ІМ) на суворому ліжковому руховому режимі:
A. розширення рухової активності, підвищення адаптації до зростаючих навантажень побутового характеру
B. *стимуляція екстракардіальних факторів кровообігу, посилення репаративних прооцесів у міокарді, поступове розширення рухової активності
C. розвиток компенсаторних можливостей серцево-судинної системи, вторинна профілактика загострень ішемічної хвороби серця (ІБС)
D. поліпшення периферичного кровообігу, підвищення адаптації до зростаючиих фізичних навантажень, відновлення працездатності
E. запобігання ускладненням, поліпшення периферичного кровообігу, стимуляція екстракардіальних факторів кровообігу і обміну у міокарді
122. Під час заняття на підтримуючому етапі реабілітації хворих на інфаркт міокарда ЧСС не повинна перевищувати:
A. 100 уд/хв.
B. *110 уд/хв.
C. *120 уд/хв.
D. 130 уд/хв.
E. 140 уд/хв.
123. Для піших прогулянок не характерно:
A. легкість дозування
B. природність
C. емоційність
D. *вибірковість дії
E. доступність за обладнанням
124. На вільному режимі хворим інфарктом міокарда в комплекс включають не більше:
A. 5 вправ;
B. 8 вправ;
C. 16 вправ;
D. 18 вправ;
E. * 24 вправ;
125. На палатному режимі вправи виконують в:
A. повільному темпі;
B. *середньому темпі;
C. швидкому темпі;
D. середньому і швидкому темпі;
E. повільному, середньому і швидкому темпі.
126. На вільному режимі хворих інфарктом міокарда призначають форми лікувальної фізкультури:
A. * ранкову гігієнічну гімнастику, піші прогулянки, лікувальну гімнастику;
B. ранкову гігієнічну гімнастику, лікувальну гімнастику;
C. теренкур, лікувальну гімнастику
D. біг підтюпцем;

E. ігровий урок.

127. На палатному режимі хворих інфарктом міокарда призначають форми лікувальної фізкультури:
A. піші прогулянки, лікувальну гімнастику;
B. *ранкову гігієнічну гімнастику, лікувальну гімнастику;
C. теренкур, лікувальну гімнастику
D. біг підтюпцем;
E. ігровий урок;

128. Особливість дихальних вправ для хворих з гіпертонічною хворобою це:
A. форсоване дихання
B. *дихальні вправи із затримкою дихання на видиху
C. дихальні вправи із затримкою дихання на вдиху
D. поверхневе часте дихання
E. дихальні вправи із заримкою дихання на вдиху і видиху

129. При гіпертонічній хворобі II ст на тренуючому режимі тривалість заняття ЛГ:
A. 15-20 хв;
B. 20-25 хв;
C. 25-30 хв;
D. 30-35 хв;
E. *35-40 хв;

130. Заняття лікувальною гімнастикою при ревматизмі на ліжковому режимі триває:
A. *10 - 12 хв;
B. 13 – 15 хв;
C. 16 – 18 хв;
D. 18 – 20 хв;
E. 20 – 25 хв;

131. На ліжковому режимі хворих інфарктом міокарда тривалість заняття ЛГ:
A. *3-5 хв;
B. 6-8 хв;
C. 8-10 хв;
D. 10-12 хв;
E. 13-15 хв;

132. Комплекс форм ЛФК при гіпертонічній хворобі на стаціонарному етапі реабілітації при ліжковому руховому режимі:
A. *лікувальна гімнастика, ранкова гігієнічна гімнастика
B. лікувальна гімнастика, масаж
C. лікувальна гімнастика, ранкова гігієнічна гімнастика, прогулянки, дозована ходьба, масаж
D. ранкова гігієнічна гімнастика, дозована ходьба
E. заняття на тренажерах, елементи спорту, трудотерапія

133. На ліжковому режимі хворим інфарктом міокарда призначають форми лікуввальної фізкультури:
A. піші прогулянки

B. *лікувальну гімнастику
C. теренкур
D. всі відповіді вірні
E. є невірні відповіді

134. В кінці палатного режиму у хворих з ІМ заняття триває:
A. 5-10 хв.
B. 10-15 хв.
C. * 15-20 хв.
D. 25-30 хв.
E. 35-40 хв.

135. На поліклінічному етапі реабілітації хворих ІМ II функціонального класу тривалість заняття лікувальною гімнастикою повинна бути:
A. до 15 хв
B. до 20 хв
C. до 25 хв.
D. * до 30 хв.
E. до 35 хв.

136. Хворому на бронхіальну астму при наближенні приступу ядухи необхідно:
A. збільшити об'єм вдиху та видиху водночас із збільшенням частоти дихання
B. робити посилений форсований видих напружуючи м'язи
C. *розслабити м'язи і робити короткий поверхневий вдих носом та подовжений видих через рот
D. зробити динамічні дихальні вправи з акцентом на вдих
E. ЛФК протипоказана

137. Коли у хворого діагностується затяжний приступ ядухи з різко наростаючою вентиляційною недостатністю:
A. призначають метод вольового обмеження об’єму легеневої вентиляції
B. *лікувальну фізкультуру не призначають
C. призначають дихальні вправи з подовженим видихом і вимовою звуків
D. призначають вправи для м’язів плечового поясу
E. використовують дренажні вправи

138. До особливостей ЛФК при захворюваннях органів дихання відноситься:
A. простота вправ;
B. *використання фізичних вправ з предметами;
C. чітка залежність від періоду та важкості захворювання;
D. прості вихідні положення;
E. довготривалість.

139. Які спеціальні вправи проводять при плоскостопості, щоб досягнути виправлення деформації стопи?
A. дихальні вправи на розтягування
B. рефлекторні вправи, дихальні вправи
C. *спеціальні види ходьби, коригуючі вправи
D. ідеомоторні вправи, загальнозміцнюючі вправи

E. вправи з предметами, загально-зміцнюючі вправи

140. З метою запобігти застійним явищам у черевній порожнині призначають:
A. вправи для напруження м’язів живота
B. *статичні і динамічні дихальні вправи
C. вправи для дистальних відділів кінцівок
D. загально-зміцнюючі вправи
E. рефлекторні та ідеомоторні вправи

141. Види коригуючих вправ при сколіозі:
A. статичні та динамічні
B. активні та пасивні
C. ізометричні
D. ідеомоторні
E. *симетричні та асиметричні

142. Які спеціальні вправи проводять при плоскостопості, щоб досягнути виправлення деформації стопи?
A. дихальні вправи, вправи на розтягування
B. рефлекторні вправи, дихальні вправи
C. *спеціальні види ходьби, коригуючі вправи для стопи і постави, загально-зміцнюючі вправи
D. ідеомоторні вправи, загально-зміцнюючі вправи
E. вправи з предметами, загально-зміцнюючі вправи

143. Після завершення бронхоспазму хворому слід використовувати:
A. повільне дихання без вольового керування.
B. глибоке дихання з паузами на вдиху і видиху.
C. дихання з форсованим видихом.
D. дихання з форсованим вдихом.
E. *дихальні вправи з промовою звуків на подовженому видиху.

144. При фіксації верхньої та середньої правої частини грудної клітки в положенні лежачи на лівому боці дихальна екскурсія буде більшою у:
A. нижніх сегментах лівої легені;
B. верхніх сегментах лівої легені;
C. *нижніх сегментах правої легені;
D. верхніх сегментах правої легені;
E. середніх сегментах лівої легені.

145. Відтік з бронхоектазів нижніх відділів легень буде збільшуватись з положення:
A. лежачи на правому боці;
B. лежачи на лівому боці;
C. *колінно – ліктьового;
D. лежачи на спині з піднятим головним кінцем на 20 – 30 см;
E. сидячи на кріслі.

146. На ліжковому режимі при бронхіальноій астмі показані форми ЛФК:
A. *індивідуальні завдання для самостійних занять;
B. піші прогулянки;
C. теренкур;

D. ігровий урок;
E. елементи спортивних вправ;

147. Основні методичні принципи проведення ЛФК при радикуліті:
A. вибір безбольового вихідного положення
B. виконання вправ без ривків і надмірного напруження
C. поступове збільшення амплітуди рухів
D. *всі відповіді вірні
E. є невірні відповіді

148. Які з перерахованих засобів ЛФК піддаються найбільш точному дозуванню:
A. природні чинники
B. загартувальні процедури
C. *фізичні вправи
D. масаж
E. прогулянки

149. При артриті лівого колінного суглоба масаж потрібно починати з:
A. *лівого стегна;
B. правого стегна;
C. лівої гомілки;
D. правої гомілки;
E. лівого колінного суглоба.

150. При переломах дна та краю вертлужної впадини хворого піднімають з ліжка
A. *в другому періоді
B. в першому періоді
C. призначають у другому періоді з 3-4 тижня
D. призначається через 4-6 тижнів
E. в третьому періоді

151. Основні завдання ЛФК при пневмонії:
A. *посилити крово-та лімфообіг у легенях для розсмоктування ексудату, відновити нормальний стереотип дихання, прискорити дезинтоксикацію організму.
B. збільшити життєву ємкість легень, підвищити неспецифічний опір організму.
C. збільшити рухливість грудної клітки, діафрагми та силу дихальних м'язів, запобігти розвитку емфіземи легень.
D. сприяти відновленню рівноваги між симпатичною та пара¬симпатичною частинами вегетативної нервової системи.
E. зняти бронхоспазм, навчити хворого вільно керувати дихальними фазами, паузами між ними та глибиною дихання.

152. Головним завданням ЛФК при бронхіальній астмі є:
A. забезпечення еластичності легеневої тканини;
B. *покращення дихання: подовження видиху;
C. активізація тканинного обміну та окислювально-відновних процесів в організмі;

D. попередження утворення злук в плевральній порожнині;
E. посилення крово- та лімфообігу.

153. Масаж носа та носогубного трикутника при захворюваннях органів дихання триває:
A. *1,5 – 2 хв;
B. 2 – 3 хв;
C. 3,5 – 4 хв;
D. 4 – 4,5 хв;
E. 4,5 – 5 хв;

154. Регуляція лімфообігу під час процедури масажу пов'язана головним чином з прийомом:
A. розминання
B. *погладжування
C. розтирання
D. вібрації
E. з ударними прийомами

155. Під час проведення ЛГ при захворюваннях суглобів рухи потрібно виконувати:
A. у фронтальній осі;
B. у сагітальній осі;
C. рухи кругом вертикальної осі;
D. кругові рухи;
E. *по всіх осях кожного суглобу.

156. При артриті правого колінного суглоба масаж потрібно починати з:
A. лівого стегна;
B. *правого стегна;
C. лівої гомілки;
D. правої гомілки;
E. лівого колінного суглоба.

157. Завдання ЛФК при бронхіальній астмі:
A. зняти бронхоспазм, відновити нормальний стереотип дихання, сприяти відновленню рівноваги між смпатичним та парасимпатчним відділами вегетативної нервової системи
B. збільшити рухливість грудної клітки, діафрагми, запобігти розвитку емфіземи легень, збільшити силу дихальних м'язів
C. всі відповіді вірні
D. протидіяти утворенню ателектазів і плевральних зрощень, прискорити розсмоктування інфільтратів, прискорити дезинтоксикацію організму
E. *є невірні відповіді

158. В комплексі ЛГ при плевриті ключовими вправами повинні бути:
A. вправи для нижніх і верхніх кінцівок.
B. динамічні дихальні вправи з промовою звуків та звукосполучень.
C. регламентоване форсоване часте дихання з акцентом на вдих.
D. дихальні вправи з подовженим видихом через губи, складені в трубочку, діафрагмальне дихання.

E. *вправи з нахилами і поворотами тулуба.

159. До основних завдань ЛФК при плевриті не відносять:
A. прискорення розсмоктування ексудату
B. поліпшення крово- і лімфообігу у легенях і плеврі, збільшення ЖЄЛ
C. активізація рухливості грудної клітки та діафрагми
D. запобігання утворення ателектазів та плевральних зрощень
E. *запобігання розвитку емфіземи легень

160. Головним завданням при плевриті є:
A. забезпечення еластичності легеневої тканини;
B. покращення дихання: подовження видиху;
C. активізація тканинного обміну та окислювально-відновних процесів в організмі;
D. *попередження утворення злук в плевральній порожнині;
E. посилення крово- та лімфообігу.

161. Лікувальна фізкультура при коксартрозах спрямована на розвиток:
A. *внутрішньої ротації та відведення стегна;
B. внутрішньої ротації та приведення стегна;
C. зовнішньої ротації та відведення стегна;
D. зовнішньої ротації та приведення стегна;
E. нормалізація розгинання.

162. Внаслідок поєднання вправ з насильним розтягуванням тканин суглобу, що викликає біль, може виникнути:
A. застій в периартикулярній волокнистій тканині;
B. *протибольова рефлекторна контрактура;
C. внутрісуглобовий випіт і синовіїт;
D. розростання волокнистої тканини;
E. дефект меніску.

163. До особливостей ЛФК при захворюваннях органів дихання не відноситься:
A. *простота вправ;
B. використання фізичних вправ з предметами;
C. чітка залежність від періоду та важкості захворювання;
D. використання різних вихідних положень;
E. використання фізичних вправ для окремого патологічного процесу.

164. Протипоказом до призначення ЛФК при ексудативному плевриті є висота стояння ексудату на рівні:
A. 4 ребра;
B. 3 ребра;
C. 2 ребра;
D. 1 ребра;
E. *всі відповіді вірні.

165. Які спеціальні вправи проводять при плоскостопості, щоб досягнути виправлення деформації стопи?
A. дихальні вправи, вправи на розтягування
B. рефлекторні вправи, дихальні вправи

C. *спеціальні види ходьби, коригуючі вправи для стопи і постави, загально-зміцнюючі вправи
D. ідеомоторні вправи, загально-зміцнюючі вправи
E. вправи з предметами, загально-зміцнюючі вправи

166. При прийомі розминання м'язи повинні бути:
A. значно напружені
B. розслаблені
C. стан м'язів значення немає
D. незначним чином напружені
E. *в фізіологічному звичному стані

167. Протипоказаннями до призначення ЛФК при плевритах є наступні стани крім одного:
A. температура тіла 37,0°С
B. велика кількість ексудату
C. значна болючість в грудній клітці
D. *відсутність шуму від тертя плеври
E. гострий запальний процес

168. При пневмонії у дитини шкільного віку ЛФК на палатному руховому режимі складається з:
A. *масажу грудної клітки, загально-зміцнюючих та дренажних вправ, статичних і динамічних дихальних вправ, дихання з опором
B. пасивних вправ для кінцівок, ідеомоторних вправ, лікувального масажу
C. активних вправ для кінцівок, рефлекторних вправ, лікувального масажу
D. рефлекторних вправ, активних вправ, ідеомоторних вправ
E. активних дихальних вправ, діафрагмального дихання

169. Протипоказом до призначення ЛФК при ексудативному плевриті є висота стояння ексудату на рівні:
A. *4 ребра;
B. 5 ребра;
C. 6 ребра;
D. 7 ребра;
E. всі відповіді вірні;

170. Під час проведення ЛГ при захворюваннях суглобів рухи потрібно виконувати:
A. у фронтальній осі;
B. у сагітальній осі;
C. рухи кругом вертикальної осі;
D. *по всіх осях кожного суглобу.
E. кругові рухи;

171. При артриті ліктьового суглобу лівої руки масаж потрібно починати з:
A. лівого передпліччя;
B. правого передпліччя;
C. *лівого плеча;
D. правого плеча;
E. лівого ліктьового суглобу.

172. Особливість дихальних вправ для хворих з гіпертонічною хворобою це:
A. форсоване дихання
B. *дихальні вправи із затримкою дихання на видиху
C. дихальні вправи із затримкою дихання на вдиху
D. поверхневе часте дихання
E. дихальні вправи із заримкою дихання на вдиху і видиху
173. На які тканинні структури діє прийом масажу розтирання:
A. на всі тканинні структури
B. шкіру та підшкірну жирову клітковину
C. м'язові тканин
D. окістя
E. *сполучно-тканинні структури, фасції, сухожилля, суглоби, та апоневрози
174. Відповідь організму на процедуру масажу залежить від:
A. форми та клінічного перебігу хвороби
B. *методики проведення масажу
C. функціонального стану ЦНС
D. ділянки тіла, що масажується
E. положення тіла пацієнта
175. Головним тренуючим засобом на палатному режимі при бронхіальній астмі є:
A. заняття ЛГ в положенні лежачи
B. повільна ходьба по палаті
C. заняття ЛГ в кабінеті ЛФК
D. заняття на тренажерах
E. *дихальна гімнастика
176. Які спеціальні вправи призначаються при плевритах:
A. *вправи з затримкою дихання на видиху з одночасним розгинанням, обертанням і поворотами тулуба
B. вправи, які зміцнюють м'язи черевного пресу
C. нахли тулуба у хворий бік з паузою на вдиху
D. нахили тулуба з регламентованими дихальними вправами та вимовлянням звуків та звукосполучень
E. вправи, які подовжують видих
177. Режими рухової активності в клініці внутрішніх хвороб:
A. щадний, щадно-тренуючий, тренуючий
B. стабілізуючий, підтримуючий
C. підготовчий період одужання, підтримуючий
D. *ліжковий, палатний, вільний
E. вступний, основний, заключний
178. Особливістю спеціальних дихальних вправ при плевритах є:
A. регламентоване дихання з подовженим видихом і паузою на видиху
B. регламентоване дихання із затримкою на видиху і з одночасними нахилами тулуба в ураженй бік

C. *регламентоване дихання із затримкою на вдиху і з одночасними нахилами тулуба у здоровий бік
D. форсоване дихання
E. регламентоване дихання із промовою звуків та звукосполучень

179. Щоб продренувати верхні сегменти правої легені, хворого потрібно положити:
A. на лівий бік з опущеним головним кінцем;
B. *на лівий бік з піднятим головним кінцем;
C. на правий бік з опущеним головним кінцем;
D. на правий бік з піднятим головним кінцем;
E. на живіт.

180. Щоб продренувати нижні сегменти правої легені, хворого потрібно положити:
A. * на лівий бік з опущеним головним кінцем;
B. на лівий бік з піднятим головним кінцем;
C. на правий бік з опущеним головним кінцем;
D. на правий бік з піднятим головним кінцем;
E. на живіт

181. Спортивна медицина – це наука, яка вивчає:
A. вплив занять спортом на організм спортсмена.
B. вплив занять фізичною культурою на організм людини.
C. *позитивний та негативний вплив фізичних навантажень різної інтенсивності на організм здорової та хворої людини.
D. вплив гіподинамії на організм здорової людини.
E. вплив гіпердинамії на організм здорової людини.

182. Головна мета спортивної медицини:
A. організація проведення занять фізичною культурою та спортом.
B. підвищення працездатності спортсменів.
C. профілактика та лікування захворювань у спортсменів.
D. оптимізація рухової активності людини для збереження та зміцнення здоров’я.
E. *оптимізація рухової активності людини для збереження та зміцнення здоров’я.

183. Методи дослідження фізичного розвитку:
A. зовнішній огляд, пальпація, перкусія, аускультація.
B. *соматоскопія і антропометрія.
C. методи стандартів, антропометричного профілю, індексів, кореляції.
D. загальний та спортивний анамнез, лікарське обстеження органів і систем.
E. функціональні проби.

184. У спортсменів у межах фізіологічних закономірностей в стані спокою часто вислуховують:
A. *посилені або приглушені тони серця.
B. аритмічні тони серця.
C. органічні систолічні шуми.
D. акцент другого тону на аорті.

E. посилення першого тону над верхівкою серця.

185. Під час комбінованої функціональної проби Летунова застосовують наступні фізичні навантаження:
A. біг на місці 3 хв. у темпі 180 кроків за 1 хв., 20 присідань за 30 сек., біг на місці протягом 15 сек. з високим підніманням стегон.
B. біг на місці 15 сек. з високим підніманням стегон. 20 присідань за 30 сек., біг на місці 3 хв. у темпі 180 кроків за 1 хв.
C. 20 присідань за 30 сек.. біг на місці в максимальному темпі з високим підніманням стегон протягом 15 сек., біг на місці 3 хв. у темпі 180 кроків за 1 хв.
D. *20 присідань за 30 сек., 60 підскоків за 30 сек.. біг на місці 3 хв. у темпі 150 кроків за 1 хв.
E. 60 підскоків за 30 сек.. біг на місці 3 хв. у темпі 120 кроків за 1 хв.

186. Для дистонічної реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження характерним є:
A. на фоні незначного прискорення пульсу та підвищення систолічного тиску діастолічний тиск знижується до „0”.
B. на фоні значного прискорення пульсу систолічний тиск різко знижується, діастолічний тиск досягає „0”.
C. *на фоні значного прискорення пульсу і підвищення систолічного тиску діастолічний тиск знижується до „0” протягом 2 хв. і більше.
D. всі показники збільшуються.
E. всі показники зменшуються.

187. Функціональний систолічний шум після проби з фізичним навантаженням:
A. посилюється.
B. не змінюється.
C. посилюється або слабшає.
D. *слабшає або зникає.
E. змінює тембр.

188. У здорових нетренованих чоловіків час затримки дихання на вдиху (проба Штанге) коливається у межах:
A. *40-60 сек.
B. 50-60 сек.
C. 20-30 сек.
D. 40-50 сек.
E. 20-40 сек.

189. До підготовчої медичної групи зараховують:
A. осіб, які мають незначні відхилення у стані здоров за у мови достатнього фізичного розвитку.
B. осіб, що мають відхилення в стані здоров постійного або тимчасового характеру, які потребують значного обмеження фізичного навантаження.
C. осіб з недостатнім фізичним розвитком без відхилень в стані здоров.
D. осіб без відхилень у стані здоров’я з нормальним фізичним розвитком.

E. *осіб, які мають недостатній фізичний розвиток, незначні чи тимчасові відхилення у стані здоров’я або недостатньо фізично підготовлені.

190. Під час тестування фізичної працездатності застосовують:
A. *велоергометр, тредміл, тредбан, степ-ергометр.
B. степ-ергометри.
C. 12-хвилинний та 1,5-мильний тести.
D. сходинку Мастера.
E. велоергометр.

191. Класи фізичного стану людини не визначають за допомогою:
A. гарвардського степ-тесту.
B. субмаксимального тесту PWC170.
C. 12-хвилинного та 1,5-мильного тестів Купера.
D. *проби Штанге.
E. тесту Наваккі.

192. Фізіологічні передумови для тестування загальної фізичної працездатності:
A. *її зв’язок з аеробними можливостями організму, продуктивністю системи транспортування кисню.
B. її зв’язок з комплексом антропометричних показників.
C. її зв’язок з реакціями адаптації організму.
D. її зв’язок з механізмами компенсаторних пристосувань.
E. її зв’язок з потужністю м’язів.

193. Комплексна методика лікарського обстеження осіб, що займаються різними видами фізичних вправ, включає:
A. оцінка функціональних можливостей людини під час тренувань та змагань.
B. оцінка фізичного розвитку та фізичної підготовленості.
C. збір загального та спортивного анамнезу, зовнішній огляд, загальне лікарське обстеження органів і систем.
D. дослідження функціонального стану основних фізіологічних систем у стані спокою.
E. *збір загального та спортивного анамнезу, стоматоскопію, антропометрію, загальне лікарське обстеження, функціональне дослідження.

194. Відновні засоби в спортивній медицині:
A. фізіологічні, фізичні.
B. *медико біологічні, психологічні, педагогічні.
C. епідеміологічні, патогномонічні.
D. психологічні, фізіологічні.
E. педагогічні, фізичні.

195. Ортостатична проба дозволяє оцінити функціональний стан:
A. серцево-судинної системи.
B. центральної нервової системи.
C. вегетативної нервової системи.
D. *симпатичний відділ вегетативної нервової системи.

E. парасимпатичний відділ вегетативної нервової системи.

196. Тимчасове зниження працездатності при нормальному фізіологічному стані, це:
A. *втома.
B. перевтома.
C. порушення координації.
D. різке зростання систолічного АТ.
E. різке зростання ЧСС.

197. Типи реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження
A. нормостенічний, астенічний, гіперстенічний, дистонічний, атонічний.
B. нормотонічний, гіпотонічний, гіпертонічний, дискінетичний.
C. *нормотонічний, астенічний, гіпертонічний, дистонічний, східчастий.
D. нормостенічний, атонічний, гіпертонічний, східчастий, дискінетичний.
E. астенічний, гіпертонічний, діскінетичний, східчастий.

198. До групи психологічних засобів відновлення відносять:
A. седативні препарати.
B. *аутогенне тренування.
C. адаптогенне.
D. масаж.
E. гідротерапія.

199. Основні завдання, що вирішують при проведенні більшості функціональних проб:
A. оцінка характеру реакції органів і систем на функціональні проби.
B. дослідження механізмів адаптації організму до умов, що змінилися.
C. *виявлення прихованих порушень функції органів і систем.
D. всі відповіді вірні.
E. є невірні відповіді.

200. Хронічне фізичне перенапруження у спортсменів найчастіше може призвести до ураження:
A. *ЦНС, серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату. Печінки, нирок, системи крові.
B. опорно-рухового апарату.
C. ендокринної системи.
D. серцево-судинної системи.
E. органів травлення.

201. Під час проведення проби Генчі обстежуваний робить:
A. звичайний вдих.
B. *звичайний видих.
C. максимальний вдих.
D. максимальний видих.
E. субмаксимальний видих.

202. При скаргах спортсменам на болі в області серця перш за все необхідно провести:
A. фонокардіографію.
B. полікардіографію.

C. ехокардіографію.
D. реовазографію.
E. *електрокардіографію

203. Головний прояв економізації фізіологічних функцій в стані спокою у тренованих осіб це:
A. прискорення та поглиблення дихання.
B. скорочення фази діастоли.
C. *синусова брадикардія.
D. синусова тахікардія.
E. збільшення хвилинного обсягу серця.

204. Під час проведення соматоскопії оцінюють:
A. масу та довжину тіла, товщину підшкірної жирової клітковини, силу м'язів.
B. тип тілобудови, окружності шиї, грудної клітки, талії, ЖЄЛ, силу м'язів кисті та спини.
C. зріст, вагу тіла, діаметр плеча, грудної клітки, таза, рухомість у суглобах, поставу хребта.
D. рельєф та силу мускулатури. Форми грудної клітки, спини і хребта, форми ніг, рухомість у суглобах.
E. *стан шкіри, ступінь розвитку м'язів та жировідкладень, поставу, форми грудної клітки, спини, хребта, форми ніг, стан склепіння стопи, тип тіло будови.

205. Лікарський контроль – основний розділ спортивної медицини, який вивчає:
A. *фізичний розвиток, функціональні здібності та стан здоров'я осіб, що займаються різними видами рухової активності.
B. ступінь стомлення під час занять фізичною культурою та спортом.
C. процеси адаптації основних фізіологічних систем до фізичних навантажень.
D. організації та умови проведення навчально-тренувальних занять та змагань.
E. психофізичний стан в процесі занять фізичною культурою та спортом.

206. Методи оцінки фізичного розвитку:
A. зовнішній огляд, пальпація, перкусія, аускультація.
B. соматоскопія, антропометрія.
C. *методи стандартів, антропометричного профілю, індексів, кореляції.
D. збір загального та спортивного анамнезу, соматоскопія, антропометрія.
E. загальне лікарське обстеження органів і систем.

207. Основним розділом роботи лікаря зі спортивної медицини є:
A. диспансеризація спортсменів.
B. лікарсько-педагогічний контроль.
C. *лікарський контроль за станом здоров'я осіб, що займаються спортом та фізичною культурою.
D. тестування спортивної працездатності.
E. лікування захворювань та травм у спортсменів.

208. Основними ознаками довгострокової адаптації серцево-судинної системи до оптимальних фізичних навантажень (особливо на розвиток витривалості) є:
A. синусова брадикардія, фізіологічна гіпотонія, значно виражена гіпертрофія міокарду.
B. синусова брадикардія, помірна гіпертонія, гіпертрофія переважно лівих відділів міокарду.
C. *синусова брадикардія, фізіологічна гіпотонія, помірна гіпертрофія міокарду з відповідним розвитком коронарного кровоточу.
D. синусова брадикардія, гіпотонія, гіпертрофія переважно правих відділів міокарду.
E. синусова тахікардія, фізіологічна гіпертонія, помірна гіпертрофія міокарду з відповідним розвитком коронарного кровотоку.
209. Проби з затримкою дихання характеризують переважно стан:
A. центральної нервової системи.
B. вегетативної нервової системи.
C. системи зовнішнього дихання.
D. *серцево-судинної системи.
E. дихального центру.
210. Нормальний період відновлення пульсу і артеріального тиску під час проби 20 присідань за 30 сек.
A. до кінця 1-ої хв..
B. *у чоловіків до 2,5 хв., у жінок – до 3 хв.
C. у чоловіків 4 хв., у жінок 5 хв.
D. від 3 до 10 хв.
E. не обов’язково відновлюється.
211. Заборона тренувальних занять в період менструації необхідна у випадках:
A. *дисменореї.
B. необхідності виконання мінімальних зусиль.
C. достатньої тренованості організму.
D. у жінок репродуктивного віку.
E. у підлітків.
212. Органічний систолічний шум після проби з фізичним навантаженням:
A. слабшає.
B. *посилюється.
C. не змінюється.
D. змінює тембр.
E. зникає.
213. Яке дозоване фізичне навантаження слід використовувати під час масового профілактичного огляду для визначення функціонального стану серцево-судинної системи у мало тренованих осіб:
A. комбіновану пробу С.П. Летунова.
B. *20 присідань за 30 сек.
C. сходження на сходинку висотою 33 см. – 5 хв.
D. сходження на сходинку висотою 40 см. – 5 хв.

E. гарвардський степ-тест.

214. У здорових нетренованих чоловіків час затримки дихання на видиху (проба Генчі) складає:
A. 20-30 сек.
B. 15-25 сек.
C. 10-20 сек.
D. 15-30 сек.
E. *25-40 сек.

215. Абсолютним протипоказанням до проведення проб із зростаючим фізичним навантаженням є:
A. *коронарна недостатність з частими нападами стенокардії, загроза інфаркту міокарда.
B. компенсована серцево-легенева недостатність.
C. поодинокі екстрасистоли.
D. артеріальна гіпертензія з тиском 160/100 мм.рт.ст.
E. низький вольтаж зубців на ЕКГ.

216. За якими параметрами визначається тип реакції серцево-судинної системи на стандартне фізичне навантаження:
A. зміни частоти серцевих скорочень.
B. зміни систолічного та діастолічного артеріального тиску.
C. *збудливість пульсу, характер змін систолічного, діастолічного та пульсового АТ.
D. зміни частоти пульсу та дихання.
E. зміни частоти серцевих скорочень та пульсового АТ.

217. Купером для визначення фізичної працездатності в системі оздоровчих занять фізичною культурою запропонований 12-хвилинний тест. Яке фізичне навантаження повинен виконати обстежуваний?
A. біг на місці.
B. ходьба на місці.
C. *ходьба або біг (за можливостями) на стадіоні.
D. велоергометричне навантаження.
E. підіймання та спуск на сходинці (степ-тест).

218. Для нормотонічного типу реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження характерним є:
A. *збільшення пульсу до 60-80%, помірне підвищення систолічного АТ, деяке (до 10%) зниження діастолічного АТ, збільшення пульсового АТ до 60-80 %.
B. збільшення пульсу до 60-80%, помірне зниження систолічного, діастолічного і пульсового АТ.
C. збільшення пульсу до 60-80%, значне підвищення систолічного, діастолічного і пульсового АТ.
D. збільшення пульсу понад 100%, незначне підвищення систолічного, діастолічного, зменшення пульсового АТ.
E. збільшення пульсу понад 100%, значне підвищення систолічного АТ, значне зниження діастолічного АТ.

219. Значний ступінь втоми під час занять фізичними вправами характеризується наступними зовнішніми ознаками:
A. значне почервоніння або блідість шкіри, надмірне потовиділення.
B. ускладнене дихання, особливо при видиху, надмірна задишка.
C. неточність виконання команд, невпевнений крок.
D. *всі відповіді вірні.
E. є невірні відповіді.
220. Для тестування фізичної працездатності найбільш інформативним є:
A. *субмаксимальний тест PWC170.
B. Гарвардський степ-тест.
C. тести Купера 12-хвилинний і 1,5-мильний.
D. проба 20 присідань за 30 сек.
E. комбінована проба Летунова.
221. Після проби 20 присідань за 30 сек. у обстежуваного збільшився пульс з 12 уд. за 10 сек. до 25 уд. за 10 сек., АТ підвищився з 120/80 до 180/95 мм.рт.ст. Визначити тип реакції серцево-судинної системи:
A. нормотонічний.
B. *гіпертонічний.
C. гіпотонічний.
D. дистонічний.
E. східчастий.
222. Кліностатична проба дозволяє оцінити функціональний стан:
A. серцево-судинної системи.
B. центральної нервової системи.
C. вегетативної нервової системи.
D. симпатичний відділ вегетативної нервової системи.
E. *парасимпатичний відділ вегетативної нервової системи.
223. У здорових нетренованих жінок час затримки дихання на вдиху (проба Штанге) коливається у межах:
A. 40-60 сек.
B. 50-60 сек.
C. 15-30 сек.
D. *30-40 сек.
E. 20-40 сек.
224. Про нормальну реактивність симпатичного відділу вегетативної нервової системи після зміни положення тіла з горизонтального у вертикальне свідчать зміни:
A. збільшення частоти пульсу на 0-8 уд/хв
B. *збільшення частоти пульсу на 10-16 уд/хв
C. збільшення частоти пульсу на 20-25 уд/хв
D. зменшення частоти пульсу на 10-16 уд/хв
E. зменшення частоти пульсу на 8-14 уд/хв
225. Під час проведення проби Штанге обстежуваний робить:
A. звичайний вдих.
B. звичайний видих.

C. максимальний вдих.
D. максимальний видих.
E. *субмаксимальний вдих.

226. До основної медичної групи зараховують переважно:
A. осіб, які мають незначні відхилення у стані здоров'я, з недостатнім фізичним розвитком та мало фізично підготовлені.
B. осіб, що мають відхилення в стані здоров'я постійного або тимчасового характеру, які потребують значного обмеження фізичного навантаження.
C. осіб з недостатнім фізичним розвитком без відхилень в стані здоров'я.
D. *осіб без відхилень у стани здоров'я з нормальним фізичним розвитком.
E. осіб, які мають недостатній фізичний розвиток. Незначні чи тимчасові відхилення у стані здоров'я або недостатньо фізично підготовлені.

227. Найчастіше причинами раптової смерті у спортсменів можуть бути:
A. травми та ушкодження опорно-рухового апарату.
B. неправильна методика лікарсько-педагогічних спостережень.
C. тренування та змагання в хворобливому стані.
D. недоліки фізичного розвитку, слабкість м'язів.
E. *гострі фізичні перенапруження, що виникають внаслідок надмірних навантажень.

228. Печінковий больовий синдром у спортсменів є:
A. фізіологічною особливістю.
B. перед патологічним станом.
C. *патологічним станом.
D. зустрічається лише у спортсменів-підлітків.
E. зустрічається у спортсменів, що порушують режим харчування.

229. Ураження серцево-судинної системи внаслідок гострого фізичного перенапруження:
A. непритомність, колапс, шок.
B. серцева недостатність.
C. інфаркт міокарду.
D. *всі відповіді вірні.
E. є невірні відповіді.

230. Основні завдання комплексного лікарського обстеження осіб, що займаються різними видами фізичних вправ:
A. визначення рівня фізичного розвитку, типу тіло будови, загальний лікарський огляд.
B. Визначення рівня фізичного розвитку, типу тілобудови, проведення лікарсько педагогічних спостережень.
C. дослідження та оцінка функціонального стану і функціональних здібностей організму.
D. визначення та оцінка рівня фізичного розвитку, дослідження загальної фізичної працездатності.
E. *визначення та оцінка рівня фізичного розвитку, функціонального стану і функціональних здібностей організму та стану здоров'я.

231. Які основні показники фізичного розвитку досліджують методом антропометрії:
A. масу та довжину тіла, окружності шиї, грудної клітки, талії, товщину жировідкладень, тип тілобудови, рухомість у суглобах.
B. тип тілобудови, окружності шиї, грудної клітки, талії, ЖЄЛ, поставу хребта, форму ніг, стан склепіння стопи.
C. *зріст (стоячи та сидячи), вагу тіла, окружності та екскурсію грудної клітки, ЖЄЛ, силу м'язів кисті та спини. Ступінь жировідкладень.
D. рельєф та силу мускулатури, форми грудної клітки, спини і хребта, форму ніг, рухомість у суглобах.
E. стан шкіри, ступінь розвитку м'язів та жировідкладень. Поставу, форми грудної клітки, спини, хребта, форму ніг, стан склепіння стопи, тип тілобудови.
232. Типи тілобудови людини:
A. нормотонічний, атонічний, гіпертонічний.
B. нормотонічний, гіпотонічний, гіпертонічний.
C. астенічний, гіпертонічний.
D. нормотонічний, дистонічний, гіпертонічний.
E. *нормостенічний, астенічний, гіперстенічний.
233. Функціональні проби це:
A. вплив на організм різних факторів для вивчення реакції фізіологічних систем на той чи інший вплив.
B. вплив на організм різних факторів зовнішнього середовища для вивчення реакції фізіологічних систем на той чи інший вплив.
C. *точно дозований вплив на організм різних факторів для вивчення реакції фізіологічних систем на той чи інший вплив.
D. точно дозований вплив на організм різних факторів зовнішнього середовища для вивчення реакції фізіологічних систем на той чи інший вплив.
E. всі відповіді не вірні
234. Про нормальну реактивність парасимпатичного відділу вегетативної нервової системи після змін положення тіла з вертикального у горизонтальне свідчать зміни:
A. збільшення частоти пульсу на 0-8 уд/хв.
B. збільшення частоти пульсу на 10-16 уд/хв.
C. зменшення частоти пульсу на 20-25 уд/хв.
D. *зменшення частоти пульсу на 8-14 уд/хв.
E. зменшення частоти пульсу на 10-16 уд/хв.
235. В нормі товщина підшкірної жирової клітковини у чоловіків складає:
A. 0 - 0,5 см.
B. *0,8 – 1,0 см.
C. 1,5 – 2,0 см.
D. 2,0 – 2,5 см.
E. 2,5 – 3,0 см.
236. Нормальні форми грудної клітки:

A. циліндрична, конічна, запала, куряча.
B. кругла, плоска, круглозапала.
C. *циліндрична, конічна, плоска, перехідні форми.
D. цилінроконічна, лійкоподібна.
E. нормостенічна, астенічна, гіперстенічна.

237. Під час проведення більшості функціональних проб оцінюють:
A. вихідні дані показників.
B. час відновлення показників до вихідного рівня.
C. зміни показників під впливом чинника, що впливає.
D. вихідні дані показників та час їх відновлення після проби.
E. *вихідні дані показників, їх зміни під впливом проби, час відновлення.

238. Патологічними типами реакції серцево-судинної системи на стандартне фізичне навантаження є:
A. нормотонічний, гіпертонічний, гіпотонічний, дистонічний.
B. *гіпертонічний, астенічний, східчастий, дистонічний.
C. нормотонічний, гіпотонічний, (астенічний).
D. гіпертонічний, астенічний.
E. нормотонічний, астенічний, дистонічний.

239. Показаннями до проведення навантажувального тестування у клініці є всі, крім одного:
A. оцінка функціонального стану та функціональних здібностей організму, вибір та корекція рухового режиму.
B. виявлення прихованих (латентних) форм захворювань кардіореспіраторної системи.
C. *виявлення та диференціальна діагностика захворювань опорно-рухового апарату.
D. оптимізація індивідуальних програм фізичної реабілітації та оцінка їх ефективності.
E. визначення придатності до трудової діяльності (лікарсько-трудова експертиза).

240. Фізіологічною передумовою субмаксимального тесту PWC170 є існування:
A. *лінійної залежності між потужністю навантаження і ЧСС в діапазоні оптимального режиму.
B. лінійної залежності між загальною фізичною працездатністю та ЧСС певної величини.
C. лінійної залежності між фізичними можливостями організму та ЧСС.
D. функціональних резервів серцево-судинної системи під час фізичних навантажень.
E. зворотньо-пропорційної залежності між потужністю навантаження і ЧСС в межах заданого режиму.

241. Для гіпертонічного типу реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження характерним є:
A. збільшення пульсу до 60-80%, помірне підвищення систолічного АТ, деяке зниження діастолічного АТ, збільшення пульсового АТ.

B. збільшення пульсу до 60-80%, помірне зниження систолічного, діастолічного і пульсового АТ.
C. збільшення пульсу на 100% помірне підвищеня систолічного АТ, зменшення діастолічного і пульсового АТ.
D. збільшення пульсу понад 100%, незначне підвищення систолічного, діастолічного, зменшення пульсового АТ.
E. *збільшення пульсу понад 100%, значне підвищення систолічного і діастолічного АТ.

242. Абсолютним протипоказанням до проведення тестів із зростаючим фізичним навантаженням є:
A. гіпотонічна хвороба.
B. *стабільна стенокардія.
C. блокада серця I-II ступеня.
D. інфаркт міокарда в анамнезі (4міс).
E. ожиріння III ступеня.

243. Функціональною ознакою досягнення порогу толерантності до фізичного навантаження є:
A. помірне зниження пульсового АТ.
B. підвищення систолічного АТ до 170 мм.рт.ст.
C. зростання ЧСС до межі 180 мінус вік.
D. горизонтальне зниження сегменту ST до 0,1 мВ.
E. *виникнення загостреного і високого зубця Т.

244. Пробу 20 присідань за 30 хв. проводять після відпочинку протягом:
A. 1 хв.
B. *5 хв.
C. 30 хв.
D. 1 години.
E. 1 доби.

245. Основним завданням лікарсько-педагогічних спостережень є:
A. оцінка санітарно-гігієнічних умов проведення занять.
B. визначення фізичного розвитку осіб, що займаються фізичною культурою та спортом.
C. проведення функціональних проб.
D. визначення загальної фізичної працездатності.
E. *оцінка умов організації та методики проведення занять, впливу тренувальних навантажень на організм.

246. Основні розділи заняття з фізичного виховання, оздоровчого та спортивного тренування:
A. *вступний, основний, заключний.
B. щадний, щадно-тренуючий, тренуючий.
C. щадний, тонізуючий, тренуючий.
D. щадний, щадно-тренуючий, тренуючий, інтенсивно-тренуючий.
E. вступний, тренуючий, відновний.

247. Для оцінки правильності розподілу фізичних навантажень на тренуванні використовуються методи:

A. соматоскопії та антропометрії.
B. *визначення щільності та фізіологічної кривої заняття.
C. оцінки фізичних якостей та фізичної підготовленості.
D. загального лікарського обстеження органів і систем.
E. дослідження загальної фізичної працездатності.

248. Електрокардіограма спортсменів з дистрофією міокарда I стадії характеризується:
A. *зниженням амплітуди зубця Т, поява синдрому Tv1>Tv6.
B. зниженням амплітуди зубця R.
C. збільшенням амплітуди зубця Т, поява синдрому Tv1<Tv6.
D. зниженням вольтажу всіх зубців ЕКГ.
E. підвищенням вольтажу всіх зубців ЕКГ.

249. Для виявлення патогенетичних механізмів і характеристики дистрофічних процесів в міокарді ЕКГ реєструють під час:
A. дихальних функціональних проб.
B. проб з фізичним навантаженням.
C. фармакологічних проб.
D. всі відповіді вірні.
E. *всі відповіді не вірні.

250. Гіпертонічні стани у спортсменів найчастіше виникають:
A. при фізичних навантаженнях на витривалість.
B. при фізичних навантаженнях динамічного характеру.
C. *при фізичних навантаженнях статичного характеру.
D. ніколи не виникають.
E. незалежно від виду фізичних навантажень.

251. Субмаксимальний тест з фізичним навантаженням необхідно зупинити в наступних випадках, крім одного:
A. ускладене дихання, надмірна задишка..
B. різка блідість шкірних покровів, надмірне потовиділення.
C. виражена втома, слабкість, головокружіння.
D. приступ болю за грудиною.
E. *підвищення систолічного АТ більше, ніж на 25 % від початкового рівня.

252. До фармакологічних засобів відновлення не відносять:
A. адаптогени.
B. ноотропи.
C. вітаміни і коферменти.
D. *анаболічні стероїди.
E. антиоксиданти.

253. Під час вирішення питання допуску до занять фізичною культурою або спортом наявність вогнищ хронічної інфекції слід вважати:
A. станом, при якому можна дати допуск.
B. відносним протипоказанням до занять.
C. *абсолютним протипоказанням до занять.
D. станом, при якому можна рекомендувати тільки заняття в підготовчій медичній групі.

E. станом, при якому можна рекомендувати тільки заняття в спеціальній медичній групі.

254. Лікарсько – фізкультурний диспансер – це лікувально-профілактичний заклад, призначений для:
A. *організаційно-методичного керівництва лікарсько-фізкультурною службою в регіоні.
B. медико-біологічного забезпечення тільки збірних команд та їх резерву.
C. для стаціонарного лікування спортсменів.
D. широкого оздоровлення населення шляхом застосування засобів фізичної культури.
E. диспансеризація населення.

255. Систолічний артеріальний тиск у стані спокою у спортсменів часто:
A. знижується до 70-80 мм.рт.ст.
B. *знижується до 95-100 мм.рт.ст.
C. суттєво не відрізняється від тиску у нетренованих.
D. підвищується до 130 мм.рт.ст.
E. підвищується до 140 мм.рт.ст.

256. До підготовчої медичної групи зараховують:
A. осіб, які мають значні відхилення у стані здоров’я за умови достатнього фізичного розвитку.
B. *осіб з недостатнім фізичним розвитком без відхилень або з незначними відхиленнями у стані здоров’я.
C. осіб з недостатнім фізичним розвитком.
D. осіб, що мають відхилення в стані здоров’я постійного або тимчасового характеру, які потребують значного обмеження фізичного навантаження.
E. осіб без відхилень у стані здоров’я і з нормальним фізичним розвитком.

257. Досліджуючи фізичний розвиток застосовують:
A. *соматоскопію, антропометрію.
B. антропометрію, велоергометрію.
C. степергометрію.
D. велоергометрію.
E. електрокардіографію.

258. Антропометричний профіль креслять на основі методу:
A. антропометричних індексів.
B. кореляції.
C. *антропометричних стандартів.
D. перцентилів.
E. індексу Кетле.

259. Для гіпотонічного типу реакції серцево-судинної системи на помірне фізичне навантаження характерним є:
A. прискорення пульсу на 60-80%, помірне підвищення систолічного тиску та деяке зниження діастолічного тиску.
B. прискорення пульсу більше 100%, значне підвищення систолічного тиску, підвищення діастолічного тиску.

C. прискорення пульсу більше 100, значне зменшення систолічного та діастолічного тиску.
D. *прискорення пульсу на 120-150 %, незначне підвищення систолічного і діастолічного тиску, суттєве зменшення пульсового тиску.
E. показники не змінюються у порівнянні зі станом фізіологічного спокою.

260. Підвищеною реакцією на ортостатичну пробу є:
A. збільшення частоти пульсу на 5-7 уд /хв., відразу після підйому.
B. *збільшення частоти пульсу на 7-9 уд/хв. відразу після підйому.
C. збільшення частоти пульсу на 10-16 уд/хв. відразу після підйому.
D. збільшення частоти пульсу на 17- і вище уд/хв. відразу після підйому.
E. зменшення частоти пульсу на 10-16 уд/хв. відразу після підйому.

261. Для тестування фізичної працездатності не використовують:
A. Гарвардський степ-тест
B. субмаксимальний тест PWC170
C. тести Купера 12-хвилинний і 1,5-мильний.
D. тест Наваккі.
E. *комбіновану пробу Летунова.

262. Недостатньо тренованим особам найбільш притаманно:
A. *сильніша, ніж нормальна реакція на ортостатичну пробу, яка засвідчує підвищену реактивність симпатичної частини вегетативної нервової системи.
B. нормо тонічний тип реакції після проби 20 присідань за 30 сек.
C. сильніша, ніж нормальна, реакція на кліностатичну пробу, яка засвідчує підвищену реактивність парасимпатичної частини вегетативної нервової системи.
D. час затримки дихання на видиху 25-40 сек.
E. тривалість затримки дихання під час вдиху 40-60 сек.

263. Після проби 20 присідань за 30 сек. у обстежуваного збільшився пульс з 12 уд. за 10 сек. до 26 уд. за 10 сек., артеріальний тиск змінився з 110/70 до 115/85 мм.рт.ст. Визначити тип реакції серцево-судинної системи:
A. нормотонічний.
B. гіпертонічний.
C. *гіпотонічний.
D. дистонічний.
E. східчастий.

264. Виконання навантаження з потужністю 3 Вт/кг протягом 2 хв. в тесті Наваккі свідчать про:
A. низьку працездатність у нетренованих осіб.
B. задовільну працездатність у нетренованих осіб.
C. *нормальну працездатність у нетренованих осіб.
D. задовільну працездатність у спортсменів.
E. нормальну працездатність у спортсменів.

265. Абсолютним протипоказанням до проведення проб з фізичним навантаженням є:
A. *загроза інфаркту міокарда.

B. компенсовано серцево-легенева недостатність.
C. низький вольтаж зубців на ЕКГ.
D. артеріальна гіпертензія з тиском 160/100 мм. рт. ст.
E. поодинокі екстрасистоли.

266. Клінічною ознакою досягнення порогу толерантності до фізичного навантаження є:
A. підвищення глибини і частоти дихання.
B. *різка блідість шкірних покривів з надмірним потовиділенням.
C. підвищення АТ до 180/90 мм. рт. ст.
D. зростання ЧСС до межі 170 уд/хв.
E. зниження пульсового АТ.

267. Моторна щільність занять при оздоровчому тренуванні повинна складати:
A. 20-30%
B. 40-50%
C. *60-70%
D. 80-90%
E. 100%

268. Перевтома, це:
A. пошкодження опорно-рухового апарату.
B. порушення обміну адреналіну.
C. *перенапруження коркових процесів.
D. тривалий спазм периферичних судин.
E. гостра серцева недостатність.

269. Період суперкомпенсації в процесі відновлення після фізичних навантажень це:
A. повернення працездатності до вихідного рівня.
B. *підвищення працездатності над вихідним рівнем.
C. зниження працездатності в порівнянні з вихідним рівнем.
D. стан абсолютного спокою.
E. залучення активного відпочинку.

270. Фізіологічна крива необхідна для:
A. *регулювання фізичного навантаження під час тренування.
B. оцінки типу реакції серцево-судинної системи на функціональну пробу.
C. оцінка толерантності до фізичного навантаження.
D. оцінки аеробної здатності організму.
E. контролю за числом дихань під час виконання навантажень.

271. Серед різних проявів патології у спортсменів найбільш часто зустрічається:
A. захворювання дихальної системи.
B. захворювання ЛОР- органів.
C. патологія шлунково-кишкового тракту.
D. захворювання опорно-рухового апарату.
E. *захворювання серцево-судинної системи.

272. Гостра судинна недостатність при фізичному перенапруженні може проявлятися:

A. підвищенням систолічного АТ.
B. зменшення пульсового тиску.
C. *непритомністю, колапсом, шоком.
D. збільшенням пульсового тиску.
E. зниженням діастолічного АТ.

273. Ураження ЦНС при хронічному фізичному перенапруженні проявляється:
A. різко вираженими вегетативними розладами.
B. *розвитком неврозу.
C. порушенням мозкового кровообігу.
D. черепно-мозковими травмами.
E. порушенням координації рухів.

274. При скаргах на перебої в роботі серця насамперед необхідно зробити:
A. ехокардіографію.
B. полікардіографію.
C. *електрокардіографію.
D. фоноракдіографію.
E. телерентгенографію.

275. Функціональні екстрасистоли після фізичного навантаження:
A. *значно зменшуються або зникають.
B. не змінюються.
C. значно збільшуються.
D. зменшуються або збільшуються.
E. не змінюються або збільшуються.

276. Яка з протеїнурій відноситься до функціональних:
A. при закритих травмах нирок.
B. при нефроптозі.
C. при нефропатіях.
D. *при незначних навантаженнях.
E. при нирково-кам’яній хворобі.

277. Медико-біологічні засоби відновлення забезпечують:
A. усунення загальної та локальної втоми.
B. підвищення адаптаційних можливостей організму.
C. поліпшення обміну речовин та енергії у стомлених м’язах і нервових центрах.
D. *всі відповіді вірні.
E. є невірні відповіді.

278. Найбільшу оздоровчу ефективність активний відпочинок виявляє у разі застосування його:
A. перед виконанням фізичних навантажень.
B. під час виконання фізичних навантажень.
C. *в коротких перервах між навантаженнями.
D. у відповідному періоді після тренувальних навантажень.
E. у будь-який час.

279. Головними завданнями лікарсько-фізкультурної служби є всі, крім одного:

A. визначення стану здоров'я і відповідності фізичних навантажень функціональним можливостям організму
B. надання своєчасної кваліфікованої допомоги при відхиленнях у стані здоров'я, що виникають під впливом неадекватних фізичних навантажень
C. координація діяльності відділень і кабінетів реабілітації лікувально-профілактичних закладів
D. *санітарно-гігієнічне та медичне забезпечення спортивно-масових заходів та навчально-тренувальних зборів
E. диспансеризація населення

280. Діастолічний артеріальний тиск спортсменів у стані спокою:
A. підвищується до 90 мм.рт.ст.
B. підвищується до 95 мм.рт.ст.
C. суттєво не відрізняється від тиску у нетренованих
D. *знижується до 60-70 мм.рт.ст
E. знижується до 50-55мм.рт.ст

281. У спортсменів приглушеність тонів серця при аускультації вважається фізіологічною, якщо вона зумовлена:
A. вираженою гіпертрофією міокарду внаслідок фізичного навантаження.
B. підвищення тонусу симпатичного відділу вегетативної нервової системи
C. *значним розвитком м'язів у місцях, де вислуховують серце
D. зниженням тонусу симпатичного відділу вегетативної нервової системи
E. зменшенням ударного обсягу серця

282. Для оптимального дозування фізичних навантажень в похилому віці перед усім треба орієнтуватися на стан:
A. опорно-рухового апарату
B. нервової системи
C. дихальної системи
D. *серцево-судинної системи
E. системи травлення

283. Вікові межі допуску дітей до занять спортом в групах спеціалізації:
A. акробатика, спортивна гімнастика 5-6 р.
B. *баскетбол, волейбол 12-14 р.
C. художня гімнастика, стрибки у воду, фігурне катання 6-8 р.
D. легка атлетика 10-11р.
E. плавання 11-12 р.

284. Для гіпотонічного типу реакції серцево-судиної системи на фізичне навантаження характерним є:
A. збільшенням пульсу до 60-8-%, помірне підвищення систолічного АТ, деяке зниження систолічного АТ, збільшення пульсового АТ до 60-80 %
B. *збільшення пульсу на 120-150%, підвищення САТ та ДАТ, суттєве зменшення пульсового АТ
C. збільшення пульсу понад 100%, значне зменшення систолічного і діастолічного, пульсового АТ
D. збільшення пульсу понад 100%, незначне підвищення систолічного, діастолічного, зменшення пульсового АТ

E. збільшення пульсу понад 100%, значне підвищення систолічного АТ, зниження діастолічного до АТ до 0.

285. Про нормальний тонус симпатичного відділу вегетативної нервової системи при проведені ортостатичної проби свідчить стабілізація частоти пульсу через 3 хв стояння у порівняні з вихідними даними на рівні:
A. *підвищеному на 6-10 уд/хв
B. підвищеному на 11-16 уд/хв
C. підвищеному на 17-18 уд/хв
D. збільшеному на 19-20 уд/хв
E. зменшеному на 6-10 уд/хв

286. Пульсовий артеріальний тиск непрямо відображає:
A. коронарний кровотік
B. *ударний обсяг серця
C. хвилиний обсяг серця
D. загальний периферичний опір
E. кінцевий діастолічний об'єм лівого шлуночка серця

287. Функціональними критеріями порогу толерантності до фізичного навантаження у тренованої особи є всі, крім одного :
A. аритмія з політопними екстрасистолами
B. підвищення систолічного АТ до 240 мм.рт.ст.
C. *ЧСС на рівні "180-вік у роках"
D. підвищення діастолічного АТ до 120 мм.рт.ст
E. миготлива аритмія

288. Після проби 20 присідань за 30 сек. у обстежуваного збільшився пульс з 12 до 26 уд. за 10 сек; АТ змінився з 110/70 до 165/0 мм.рт.ст. Визначити тип реакції серцево-судинної системи:
A. нормотонічний
B. гіпотонічний
C. гіпертонічний
D. *дистонічний
E. східчастий

289. Середній рівень фізичної працездатності практично здорової нетренованої людини характеризується здатністю виконувати роботу потужністю:
A. чоловіки - 4,2Вт/кг, жінки - 2,7Вт/кг
B. *чоловіки - 2,4Вт/кг, жінки - 1,7Вт/кг
C. чоловіки - 1,5Вт/кг, жінки - 1,0Вт/кг
D. чоловіки - 1,0Вт/кг, жінки - 0,5Вт/кг
E. чоловіки - 3,5Вт/кг, жінки - 2,5Вт/кг

290. Клінічною ознакою досягнення порогу толерантності до фізичного навантаження є:
A. *поява болю за грудиною
B. часте і глибоке дихання
C. підвищене потовиділення
D. незначна гіперемія обличчя

E. серцебиття

291. Відносним протипоказанням до проведення проб і зростаючим фізичним навантаженням є:
A. стабільна стенокардія
B. синусова тахікардія більш ніж 100уд/хв
C. артеріальна гіпертензія з тиском 170/100 мм.рт.ст
D. *компенсована серцево-легенева недостатність
E. синусова брадикардія з ЧСС менш ніж 55 уд/хв.

292. Вид фізичного навантаження , який виконується в тесті Наваккі:
A. східчасте зростання навантаження з періодами відпочинку
B. *східчасте зростання навантаження без періодів відпочинку
C. одномоментне безперевне рівномірне навантаження
D. усі відповіді вірні
E. правильних відповідей не має

293. Рухова якість, від якої в найбільшому ступеню залежить фізична працездатність:
A. сила
B. спритність
C. *витривалість
D. швидкість
E. координація

294. До ЕКГ ознак досягнення порогу толерантності при навантажувальному тестуванні відноситься:
A. зменшення амплітуди зубця R на 25%
B. скорочення інтервалу PQ
C. збільшення амплітуди зубця Т у грудних відведеннях в 3 рази порівняно з вихідною висотою
D. незначне уповільнення атріовентрикулярної провідності
E. *підвищення сегменту ST на 0,1 мВ від ізолінії

295. До абсолютних протипоказань при проведенні проб з дозованим фізичним навантаженням не відноситься
A. гострий тромбофлебіт
B. *неповна блокада правої ніжки пучка Гіса
C. пароксизмальна тахікардія
D. гостра простуда з лихоманкою
E. аневризма аорти

296. При розрахунку потужності фізичного навантаження при степергометрії використовують всі показники за винятком одного:
A. *ріст стоячи
B. вага тіла
C. висота сходинки
D. темп сходження
E. поправочний коефіцієнт

297. В основу кількісної оцінки рівня соматичного здоров’я людини за Г.Л. Апанасенко покладено:

A. максимальну анаеробну здатність
B. максимальну аеробно-анаеробну здатність
C. максимальну анаеробну ємність
D. *максимальну аеробну здатність
E. максимальну силу м’язів

298. Після перенесеного гострого пієлонефриту не рекомендують:
A. заняття легкою атлетикою
B. заняття футболом
C. *заняття плаванням
D. заняття фехтуванням
E. заняття боксом

299. До безпосередньої причини виникнення гострої судинної недостатності під час заняття спортом не відноситься:
A. різка зупинка після інтенсивного руху
B. удар в голову
C. *навантаження на фоні наявності вогнищ хронічної інфекції
D. гостра травма з больовим синдромом
E. натужування при підйомі великої ваги

300. ЕКГ спортсменів з дистрофією міокарда після проби з фізичним навантаженням в більшості випадків
A. погіршується
B. *нормалізується
C. не змінюється
D. знижується вольтаж зубців ЕКГ
E. підвищується вольтаж зубців ЕКГ

301. Найчастіше гостра дистрофія міокарду розвивається у спортсменів, які тренують переважно:
A. *витривалість
B. сила
C. швидкісно-силові якості
D. координацію
E. спритність

302. У нормі протеїнурія після інтенсивно фізичного навантаження повинна знакати не пізніше ніж:
A. 6 годин
B. 12 годин
C. 24 годин
D. *48 годин
E. 72 годин

303. Повний розрив ахілового сухожилля вимагає лікування:
A. консервативного
B. *оперативного
C. в залежності від виду спорту
D. мануальної терапії
E. фізіотерапії

304. Лікарсько - фізкультурна служба має наступні цілі, крім однієї:
A. медичне забезпечення високих спортивних досягнень та оздоровчої фізичної культури
B. організація та проведення відновних лікувальних заходів
C. збереження здоров'я спортсменів та підвищення їх спортивної майстерності в умовах максимальних навантажень
D. *організація та проведення диспансерних обстежень населення
E. всебічне сприяння ефективності фізичної культури як засобу зміцнення здоров'я населення
305. До форм роботи з лікарського контролю не належить:
A. визначення резервів здоров'я та адаптаційного потенціалу організму осіб, що займаються фізичною культурою та спортом
B. профілактика спортивного травматизму, що виникають внаслідок нераціональних занять фізичними вправами
C. *розробка різноманітних допінгових засобів
D. пропаганда оздоровчого впливу фізичної культури, здорового способу життя серед населення
E. організація та проведення заходів щодо відновлення спортивної працездатності після змагань
306. Вирішальний фактор, який зменшує гемодинамічне навантаження на серце під час тренувань:
A. підвищення систолічного АТ
B. *зниження загального периферичного опору судин
C. підвищення діастолічного АТ
D. зниження пульсового АТ
E. зменшення коронарного кровообігу
307. При динамометрії кистей динамометр стискується:
A. в опущеній вниз руці, одноразово
B. в опущеній вниз руці, тричі
C. у відведеній в бік зігнутій у лікті руці, одноразово
D. *у відведеній в бік руці, тричі
E. піднятій руці, рвучко
308. Орієнтовні терміни відновлення групових занять фізичними вправами після деяких гострих захворювань
A. *ангіна, гострий отит, грип -2-4 тижні
B. бронхіт, ГРВЗ-5-6 тижнів
C. гостре інфекційне захворювання -3 місяці
D. гепатит вірусний-2 роки
E. струс мозку -2-4 тижні
309. Вікові межі допуску дітей до занять спортом у початковій групі
A. бокс-7-8р
B. плавання-5-6 р
C. художня гімнастика-10-11р
D. *волейбол-10-12р
E. гірськолижний спорт -16-18р

310. Оцінка Гарвардського степ-тесту є середньою при показниках індексу:
A. 80-89
B. менше, ніж 55
C. 90 і більше
D. *65-79
E. 55-64
311. У здорових, але нетренованих жінок час затримки дихання на видиху (проба Генчі) коливається у межах:
A. 50-60 сек
B. *15-30 сек
C. 10-20 сек
D. 25-40 сек
E. 40-50 сек
312. Нормальною реакцією на ортостатичну пробу є:
A. збільшення частоти пульсу на 18-20 уд/хв після підйому
B. збільшення частоти пульсу на 10-12 уд/хв. після підйому
C. збільшення частоти пульсу на 6-8 уд/хв. відразу після підйому
D. збільшення частоти пульсу на 2-6 уд/хв .відразу після прийому
E. *збільшення частоти пульсу на 10-16 уд/хв. відразу після прийому
313. У молодих нетренованих жінок значення тесту PWC 170 в середньому дорівнює:
A. 3 Вт/кг
B. 2,7 Вт/кг
C. 2 Вт/кг
D. *1,7Вт/кг
E. 1 Вт/кг
314. Клінічною ознакою досягнення порогу толерантності до фізичного навантаження є :
A. поява гіперемії обличчя, збільшення глибини дихання
B. *різке утруднене дихання особливо під час вдиху
C. підвищення систолічного АТ до 180 мм.рт.ст.
D. зростання ЧСС до 170 уд/хв
E. зниження діастолічного АТ до 60 мм.рт.ст.
315. Функціональним критерієм порогу толерантності до фізичного навантаження є:
A. поява синусової тахіаритмії
B. підвищення систолічного АТ до 180 мм.рт.ст.
C. *ЧСС на рівні ”180-вік пацієнта у роках”
D. зростання діастолічного тиску до 90 мм.рт.ст.
E. втрата рівноваги
316. Фізичну працездатність визначають за допомогою наступних тестів крім одного:
A. *проби Мартіне (20 присідань за 30 сек)
B. субмаксимальної проби PWC 170
C. 12 хвилинного та 1,5 мильного тестів Купера

D. тесту Наваккі
E. Гарвардського степ-тесту

317. До стимуляторів відновних процесів відносять:
A. процес розслаблення
B. *процес втоми
C. процес перевтоми
D. процес збудження
E. абсолютний спокій

318. До групи психологічних засобів відновлення відносять:
A. седативні препарати
B. адаптогени
C. *аутогенне тренування
D. масаж
E. гідротерапія

319. Період суперкомпенсації це:
A. період втоми, коли знижується працездатність
B. *період відновного процесу, коли працездатність перевищує вихідний рівень
C. період відновного процесу, коли знижується фізична працездатність
D. процес, не пов'язаний з фізичною працездатністю
E. максимально можливий рівень фізичної працездатності

320. Тимчасове зниження працездатності при нормальному фізичному стані це:
A. *втома
B. перевтома
C. порушення координації
D. різке зростання систолічного АТ
E. різке зростання ЧСС

321. Для дифдіагностики дистрофічних процесів в міокарді ЕКГ реєструють:
A. під час проби Штанге
B. підчас проби Генчі
C. *після прийому В - адреноблокаторів
D. під час пневмотахометрії
E. після прийому спазмолітиків

322. Дітям, батьки яких страждають на гіпотонічну хворобу, доцільно рекомендувати заняття, що переважно розвивають
A. швидкість
B. *силу
C. спритність
D. витривалість
E. координацію

323. ЕКГ спортсменів з дистрофією міокарда після проби з фізичним навантаженням в більшості випадків:
A. погіршується
B. *нормалізується

C. не змінюється
D. знижується вольтаж зубців ЕКГ
E. підвищується вольтаж зубців ЕКГ

324. Синусова брадикардія у тренованих осіб може бути обумовлена:
A. підвищенням тонусу блукаючого нерва
B. зниженням тонусу симпатичної НС
C. дистрофією міокарду внаслідок фізичного перенапруження
D. *усіма перерахованими факторами
E. жодна з перерахованих

325. При гострому фізичному перенапруженні на ЕКГ відзначається:
A. скорочення інтервалів PQ, QT
B. деформація комплексу QRS
C. *зміщення сегменту ST нижче ізолінії на 0,2 мV
D. зменшення амплітуди зубця R на 25%
E. синусова тахікардія

326. При ушкодженні Ахіллового сухожилля необхідно:
A. нанести локально Фіналгон
B. опустити та тримати ногу на підлозі
C. накласти стискаючу повязку вище зони ушкодження
D. *забезпечити відносний спокій для нижньої кінцівки
E. провести масаж

327. Яка з гідропроцедур найбільш ефективна для ліквідації втоми та відновлення фізичної працездатності після інтенсивних фізичних навантажень:
A. теплі ванни
B. прохолодні ванни
C. гарячі ванни
D. контрастні гідропроцедури, вібраційні ванни
E. *струменевий душ (Шарко)

328. До фармакологічних засобів відновлення відносять:
A. коферменти, ерготропні речовини, препарати пластичної дії
B. адаптогени, антиоксиданти
C. гепатопротектори, ноотропи
D. *всі перераховані засоби
E. жодне з перерахованих засобів

329. Вкажіть, що не являється ознакою фізичного розвитку фізкультурника:
A. форма спини
B. розвиток м‘язів
C. форма ніг
D. жировідкладення
E. *позиція серця

330. Вкажіть середню величину силового показника для здорової 20-річної жінки:
A. 10 – 20
B. 20 – 30

C. 30 – 40
D. *40 – 50
E. 50 – 60

331. Вкажіть найбільш неблагоприємну форму стопи:
A. нормальна
B. сплощена
C. *плоска
D. порожниста
E. рівна

332. Вкажіть протипокази для вимірювання станової сили:
A. слабкий фізичний розвиток
B. *вагітність
C. надлишок ваги
D. порушення постави
E. сколіоз I ступеню

333. Виберіть середній варіант екскурсії грудної клітки у здорового 20-літнього чоловіка (при зрості 170 см):
A. 2 см
B. 12 см
C. 20 см
D. *8 см
E. 10 см

334. Як оцінюється середній ступінь відкладеного жиру:
A. малий
B. *помірний
C. підвищений;
D. нормальний;
E. знижений.

335. Вкажіть інтервал середнього зросту для 20-літнього чоловіка.
A. 155 – 165 см
B. 165 – 175 см
C. 175 – 185 см
D. *170 – 180 см
E. 180 – 200 см

336. Відмітьте, яка форма спини буває внаслідок різко вираженого шийного лордозу і грудного кіфозу:
A. плоска
B. нормальна
C. *сутула
D. сплощена
E. кругловігнута

337. Яка з точок дотику не повинна використовуватись при вимірюванні зросту стоячи:
A. п’ятки
B. сідниці

C. міжлопаткова ділянка
D. *потилиця
E. ікроножні м’язи

338. Як правильно накладати спереду сантиметрову стрічку у жінок при вимірюванні обводу грудної клітки:
A. під молочними залозами
B. на рівні сосків
C. над білясосковим ореолом
D. під білясосковим ореолом
E. *над молочними залозами на рівні прикріплення 4-го ребра до грудини

339. Виберіть основний критерій, який визначає форму спини:
A. форма грудної клітки
B. *форма хребта
C. стан м’язів
D. стан підшкірної жирової клітковини
E. стан кісткового апарату людини

340. Який показник визначає функціонильний стан органів дихання при вимірюванні обводу грудної клітки:
A. обвід під час максимального вдиху
B. обвід під час максимального видиху
C. обвід в стані спокою
D. *екскурсія грудної клітки
E. рухомість нижнього реберного краю

341. Вкажіть, що не відноситься до зовнішніх ознак фізичного розвитку?
A. постава
B. мускулатура
C. форма ніг
D. форма спини
E. *косоокість

342. Який розділ лікарсько-контрольної карти фізкультурника дає можливість оцінити фізичний розвиток ?
A. паспортна частина
B. анамнез життя
C. суб’єктивні дані
D. *антропометричні обстеження
E. функціональні проби серця

343. Вкажіть найбільш благоприємну форму стопи:
A. *нормальна
B. сплощена
C. напівсплощена
D. плоска
E. порожниста

344. Вкажіть, що не відноситься до зовнішніх проявів сколіозу
A. *кругла спина
B. асиметрія трикутників талії

C. асиметрія шийно-плечових кутів
D. асиметрія положення лопаток
E. асиметрія положення гребнів клубових кісток

345. Вкажіть допустимий радіус кривизни фізіологічного вигину грудного відділу хребта:
A. 0-2 см
B. *2-4 см
C. 4-6 см
D. 6-8 см
E. 8-10 см

346. Вкажіть правила накладання сантиметрової стрічки спереду у жінок при вимірюванні обводу грудної клітки:
A. під молочними залозами;
B. по найбільш виступаючій частині молочних залоз;
C. *у місці прикріплення 4 ребра до грудини
D. над молочними залозами;
E. у місці прикріплення 6–го ребра до грудини.

347. При переломах дна та краю вертлужної впадини хворого піднімають з ліжка
A. *в другому періоді
B. в першому періоді
C. призначають у другому періоді з 3-4 тижня
D. призначається через 4-6 тижнів
E. в третьому періоді

348. Вкажіть неправильну оцінку форми ніг:
A. правильні;
B. 0-подібні;
C. прямі;
D. *криві
E. Х-подібні;

349. Яка форма спини буде внаслідок збільшення радіусу шийного лордозу та грудного кіфозу до 5 см ?
A. плоска;
B. сплощена;
C. *округла;
D. нормальна;
E. кругло-вігнута

350. Який критерій не використовується при оцінці конституційного типу тілобудови?
A. розвиток м’язів;
B. епігастральний кут;
C. форма грудної клітки;
D. співвідношення поздовжніх та поперечних розмірів тіла;
E. *трикутники талії;

351. Вкажіть функціональні проби, що не характеризують функціональні можливості серцево-судинної системи:
A. проба з 20 присіданнями;
B. велоергометрична проба;
C. *проба Штанге;
D. ортостатична проба;
E. клиностатична проба.
352. Вкажіть функціональні проби, що використовуються для вивчення функціонального стану вегетативної нервової системи:
A. проба з 20 присіданнями;
B. велоергометрична проба;
C. проба Штанге;
D. проба Генчі;
E. *ортостатична;
353. Вкажіть функціональні проби, що використовуються для визначення функціонального стану дихальної системи:
A. проба з 20 присіданнями;
B. велоергометрична проба;
C. *проба Штанге;
D. ортостатична;
E. клиностатична
354. В підгострий період захворювання опорно-рухового апарату при лікуванні положенням нижню кінцівку вкладають у положенні лежачи на спині при розгинанні в кульшовому суглобі на:
A. 140 °
B. 150 °
C. 160 °
D. *170 °
E. 180 °
355. Протипоказанням проведення ЛГ при пневмонії є наступні стани, крім одного:
A. значна інтоксикація
B. дихальна недостатність 3 ст.
C. температура тіла вища 380С
D. *ШОЕ до 15 мм/год
E. тахікардія понад 100 скорочень за хвилину
356. Які з перерахованих засобів ЛФК піддаються найбільш точному дозуванню:
A. природні чинники природи
B. загартувальні процедури
C. *фізичні вправи
D. масаж
E. прогулянки
357. Відпочинок після масажу повинен бути:
A. 1-2 хв.

B. 3-5 хв.
C. 6-10 хв.
D. *15-30 хв.
E. 45-60 хв.

358. Постійним протипоказом для призначення ЛФК є:
A. гіпертонічний криз;
B. температура тіла 40° С;
C. легенева кровотеча;
D. гемографічний інсульт;
E. *гострий лейкоз.

359. Недоліком лікувальної гімнастики є:
A. вибірковість дії;
B. легкість дозування;
C. *відсутність емоційності;
D. доступність по стану здоров'я;
E. доступність по обладнанню.

360. Який вид навантаження використовується при проведенні проби Мартіне:
A. біг підтюпцем
B. зміна положення тіла
C. затримка дихання
D. 15- секундний біг
E. *20 присідань

361. Функціональний стан якої системи вивчається при проведенні проби з 20 присіданнями:
A. вегетативної нервової системи
B. дихальної
C. *серцево-судинної системи
D. ендокринної
E. центральної нервової системи

362. Який з типів реакції серцево-судинної системи на пробу з 20 присіданнями відносяться до сприятливих типів ?
A. *нормотонічний
B. гіпертонічний
C. дистонічний
D. астенічний;
E. східчастий

363. Який з типів реакції серцево-судинної системи свідчить про найзначніше зниження функціональної здатності серцево-судинної системи при проведенні проби Мартіне ?
A. нормотонічний
B. гіпертонічний
C. *астенічний
D. дистонічний
E. східчастий

364. Яка функціональна проба призначена для визначення аеробної здатності організму
A. проба Мартіне
B. субмаксимальний тест PWC170
C. Гарвардський степ-тест
D. *тест Купера
E. тест Навакі
365. Для нетренованих практично здорових юнаків середні показники проби Штанге знаходяться в межах:
A. 20-40 с;
B. *40-60 с;
C. 30-50 с;
D. 60-80 с;
E. 80-100 с
366. Для нетренованих практично здорових дівчат середні показники проби Штанге знаходяться в межах:
A. *20-40 с;
B. 40-60 с;
C. 50-70 с;
D. 60-80 с;
E. 80-100с
367. При проведенні проби Руф'є необхідно вивчити показники:
A. *пульсу;
B. пульсу та АТ;
C. пульсу, АТ та дихання;
D. артеріального тиску;
E. пульсу та дихання
368. Жінка Р., 45 років, без відхилень у стані здоров"я, при проведенні теста Купера за 12 хв подолала 1 кілометр. Оцініть фізичний стан за Купером:
A. *ФК – I – дуже поганий;
B. ФК – II – поганий;
C. ФК – III – задовільний;
D. ФК – IV –добрий;
E. ФК –V – відмінний;
369. При проведенні проби Руф'є у студентки Л. 20 років індекс Руф'є був 4,8. Дайте оцінку функціональним резервам серця:
A. атлетичне серце;
B. серце середньої людини: добре;
C. *сердце середньої людини: дуже добре;
D. серцева недостатність середнього ступеня;
E. серцева недостатність високого ступеня
370. При бронхоектатичній хворобі ЛФК на палатному руховому режимі складається з:
A. *масажу грудної клітки, загально-цміцнюючих та дренажних вправ, статичних і динамічних дихальних вправ, дихання з опором

B. пасивних вправ для кінцівок, ідеомоторних вправ, лікувального масажу
C. активних вправ для кінцівок, рефлекторних вправ, лікувального масажу
D. рефлекторних вправ, активних вправ, ідеомоторних вправ
E. активних дихальних вправ, діафрагмального дихання

371. Протипоказанням проведення ЛГ при бронхоектатичній хворобі є наступні стани, крім одного:
A. значна інтоксикація
B. дихальна недостатність 3 ст.
C. температура тіла вища 380С
D. *ШОЕ до 15 мм/год
E. тахікардія понад 100 скорочень за хвилину

372. Під час проведення діафрагмального дихання:
A. *піднімається грудна клітка та зміщується вперед черевна стінка при вдиху;
B. піднімається грудна клітка та зміщується вперед черевна стінка при видиху;
C. піднімається грудна клітка та втягується передня черевна стінка при вдиху;
D. опускається грудна клітка та зміщується вперед передня черевна стінка при вдиху;
E. опускається грудна клітка та втягується передня черевна стінка при видиху.

373. Яка функціональна проба використовується для визначення стану вегетативної нервової системи
A. проба Мартіне
B. проба Штанге
C. проба Генчі-Сабразе
D. *ортостатична
E. проба Летунов

374. Масаж живота найбільш показано при захворюваннях:
A. серцево-судинної системи
B. дихальної системи
C. *органів травлення
D. периферичної нервової системи
E. ендокринної системи

375. Масаж грудної клітки найбільш показано при захворюваннях:
A. серцево-судинної системи
B. *дихальної системи
C. органів травлення
D. периферичної нервової системи
E. ендокринної системи

376. У немовляти в пологовому будинку виявлена кривошия. В якому віці слід призначити погладжуючий масаж?
A. 2 тижні
B. *1 місяць

C. 2 місяці
D. 6 місяців
E. 10-12 місяців

377. При плевриті ЛФК на вільному руховому режимі складається з:
A. масажу грудної клітки, загально-цміцнюючих та дренажних вправ, статичних і динамічних дихальних вправ, дихання з опором
B. пасивних вправ для кінцівок, ідеомоторних вправ, лікувального масажу
C. *активних вправ для кінцівок, вправ з нахилами, лікувального масажу
D. рефлекторних вправ, активних вправ, ідеомоторних вправ
E. активних дихальних вправ, діафрагмального дихання

378. При фіксації нижньої та середньої правої частини грудної клітки в положенні лежачи на лівому боці дихальна екскурсія буде більшою у:
A. нижніх сегментах лівої легені;
B. верхніх сегментах лівої легені;
C. нижніх сегментах правої легені;
D. *верхніх сегментах правої легені;
E. середніх сегментах лівої легені.

379. Які з перерахованих методів дослідження дозволяють визначити рухомість хребта, силу і витривалість м'язів спини і черевного пресу при сколіотичній хворобі?
A. динамометрія кисті, станова сила.
B. проба Генчі, станова сила, ортостатична проба.
C. *нахили тулуба і дотиканням підлоги долонями, станова сила, утримання ніг у вихідному положенні на спині під кутом 45° протягом 1,5-2 хв.
D. проба Штанге, станова сила.
E. кліностатична проба, утримання ніг у в.п. на спині під 90° 3 хв.

380. Фізіологічні механізми лікувальної дії фізичних вправ:
A. *тонізуючий, трофічний, формування компенсацій та нормалізація функцій.
B. гуморальний, трофічний, формування компенсацій симптоматич¬ний.
C. нервово-рефлекторний, формування компенсацій та нормалізація функцій.
D. механічний, тонізуючий, трофічний, формування компенсацій.
E. стимулюючий, відновний, трофічний, нормалізація функцій.

381. Хворому на ліжковому режимі для компенсаторного збільшення дихальної поверхні лівої легені слід періодично лежати на:
A. лівому боці, використовуючи діафрагмальний тип дихання;
B. на спині, використовуючи грудний тип дихання;
C. *на правому боці, використовуючи діафрагмальний тип дихання;
D. на лівому боці, використовуючи грудний тип дихання;
E. на правому боці, використовуючи грудний тип дихання.

382. Мужчина 50 років. До якої пограничної частоти серцевих скорочень йому можна давати навантаження на велоергометрі при визначенні фізичної працездатності ?
A. *130 уд. в 1 хв

B. 140 уд в 1 хв
C. 150 уд в 1 хв
D. 160 уд в 1 хв
E. 170 уд в 1 хв

383. Виявіть клінічну ознаку, яка не вимагає припинення тестування на фізичну працездатність
A. приступ стенокардії при відсутності змін на ЕКГ
B. приступ стенокардії з наявністю змін на ЕКГ
C. *підвищення систолічного тиску на 25 %
D. зниження систолічного артеріального тиску на 25 %
E. безпричинна відмова хворого від продовження проби

384. Виявіть електрокардіографічну ознаку, яка не вимагає припинення тестування на фізичну працездатність
A. *зменшення амплітуди зубця R на 40 % порівняно зі спокоєм
B. зменшення амплітуди зубця R на 50 % порівняно зі спокоєм
C. виражене порушення передсердно-шлуночкової провідності
D. підйом сегмента ST на 0,3 мВ при опущенні його в протилежних відведеннях
E. підйом сегмента ST на 0,4 мВ при опущенні його в протилежних відведеннях.

385. Під час проведення звукової гімнастики краще вимовляти звуки:
A. о – о;
B. к – к;
C. *р – р;
D. д – д;
E. т – т.

386. При бронхіальній астмі на початку курсу ЛГ вправи виконують з вихідного положення:
A. лежачи на спині;
B. *сидячи на кріслі;
C. стоячи;
D. лежачи на животі;
E. лежачи на правому боці.

387. При артриті ліктьового суглобу лівої руки масаж потрібно починати з:
A. лівого передпліччя;
B. правого передпліччя;
C. *лівого плеча;
D. правого плеча;
E. лівого ліктьового суглобу.

388. В підгострий період захворювання опорно-рухового апарату при лікуванні положенням нижню кінцівку вкладають у положенні лежачи на спині при розгинанні в колінному суглобі на:
A. *140 °
B. 150 °
C. 160 °

D. 170 °
E. 180 °

389. Захворювання органів дихання можуть виникати внаслідок:
A. обмеження рухомості грудної клітки і легень
B. порушення провідності дихальних шляхів;
C. зменшення дихальної поверхні легень;
D. зниження еластичності легеневої паренхіми;
E. всі відповіді вірні.

390. Принцип дренажу: ділянку (сегмент) що дренуємо, необхідно розмістити:
A. в нижніх сегментах легені;
B. *над біфуркацією трахеї;
C. під біфуркацією трахеї;
D. верхніх сегментах легені;
E. середніх сегментах легені.

391. При фіксації верхньої та середньої лівої частини грудної клітки в положенні лежачи на правому боці дихальна екскурсія буде більшою у:
A. *нижніх сегментах лівої легені;
B. верхніх сегментах лівої легені;
C. нижніх сегментах правої легені;
D. верхніх сегментах правої легені;
E. середніх сегментах лівої легені.

392. авданням реабілітації при емфіземі легень є:
A. сприяння зменшенню спазму бронхів і бронхіол;
B. покращення дихання: подовження вдиху;
C. укріплення дихальних м’язів, особливо тих, що задіяні у видиху – зниження підвищеного тонусу дихальної мускулатури;
D. активізувати трофічні процеси в тканинах;
E. всі відповіді не вірні;

393. При захворюваннях органів дихання виконання фізичних вправ проявляється профілактичною дією. Це:
A. покращення нервово-психічного тонусу
B. корекція механізму дихання;
C. зняття та зменшення бронхоспазму;
D. вироблення та вдосконалення навичок самоконтролю;
E. всі відповіді вірні.

394. При захворюваннях органів дихання постановка рук на пояс або гімнастичний снаряд сприяє:
A. розвантаженню від їхньої ваги грудної клітки і утрудненню глибокого дихання;
B. *розвантаженню від їхньої ваги грудної клітки і полегшенню глибокого дихання;
C. розвантаженню від їхньої ваги грудної клітки і полегшенню поверхневого дихання;
D. розвантаженню від їхньої ваги грудної клітки і утрудненню поверхневого дихання;

E. всі відповіді не вірні;

395. Дренажне положення при лівосторонньому ексудативному плевриті:
A. на лівий бік з опущеним головним кінцем;
B. на лівий бік з піднятим головним кінцем;
C. на правий бік з опущеним головним кінцем;
D. на правий бік з піднятим головним кінцем;
E. *всі відповіді не вірні.

396. При захворюваннях органів дихання використання носо-глоткового рефлексу сприяполегшенню дихання, головним чином:
A. вдиху;
B. видиху;
C. вдиху та видиху;
D. всі відповіді не вірні;
E. всі відповіді вірні.

397. При фіксації верхньої та середньої правої частини грудної клітки в положенні лежачи на лівому боці дихальна екскурсія буде більшою у:
A. нижніх сегментах лівої легені;
B. верхніх сегментах лівої легені;
C. *нижніх сегментах правої легені;
D. верхніх сегментах правої легені;
E. середніх сегментах лівої легені.

398. В комплекс ЛГ при пневмонії включають наступні вправи, крім одного:
A. вправи для нижніх і верхніх кінцівок.
B. динамічні дихальні вправи з промовою звуків та звукосполучень.
C. *регламентоване форсоване часте дихання з акцентом на вдих.
D. дихальні вправи з подовженим видихом через губи, складені в трубочку, діафрагмальне дихання.
E. вправи з нахилами і поворотами тулуба.

399. Щоб продренувати нижні сегменти лівої легені, хворого потрібно положити:
A. на лівий бік з опущеним головним кінцем;
B. на лівий бік з піднятим головним кінцем;
C. *на правий бік з опущеним головним кінцем;
D. на правий бік з піднятим головним кінцем;
E. на живіт.

400. Які спеціальні вправи призначаються при плевритах:
A. *вправи з затримкою дихання на видиху з одночасним розгинанням, обертанням і поворотами тулуба
B. вправи, які зміцнюють м’язи черевного пресу
C. нахли тулуба у хворий бік з паузою на вдиху
D. нахили тулуба з регламентованими дихальними вправами та вимовлянням звуків та звукосполучень
E. вправи, які подовжують видих

401. Під час виконання вправ ЛГ при бронхіальній астмі роблять паузи відпочинку протягом:

A. 5 – 10 с;
B. 10 – 20 с;
C. *20 – 30 с;
D. 30 – 40 с;
E. 40 – 45 с.

402. Під впливом масажу в тканинах організму активізуються:
A. *ацетилхолін та гістамін
B. інсулін
C. молочна кислота
D. серотонін
E. ніякі речовини не активізуються

403. Що покладено в основу оцінки фізичної працездатності графічним методом при проведенні субмаксимального тесту PWC170
A. лінійна залежність між частотою дихання та ЧСС
B. лінійна залежність між частотою дихання та виконаною роботою
C. *лінійна залежність між ЧСС та виконаною роботою
D. лінійна залежність між ЧСС та артеріальним тиском
E. лінійна залежність між виконаною роботою та артеріальним тиском

404. Назвіть метод, який не дає можливості визначити фізичну працездатність
A. *проба Мартіне
B. проба Наваккі
C. субмаксимальний тест PWC170
D. тест Купера
E. Гарвардський степ-тест

405. Які показники діяльності серцево-судинної системи необхідно мати для оцінки фізичної працездатності при використанні субмаксимального теста PWC170
A. ЧСС та артеріальний тиск
B. *ЧСС
C. артеріальний тиск
D. ЧСС та частота дихання
E. частота дихання

406. Положення пацієнта під час масажу залежить від:
A. мети масажу
B. характеру патологічного процесу
C. анатомо-топографічних особливостей масованої ділянки
D. *від усього перерахованого
E. всі відповіді не вірні

407. Для виконання масажу не підходить положення:
A. лежачи
B. сидячи
C. напівсидячи
D. *стоячи
E. підходять усі з перерахованих положень

408. Найповніше розслаблення м’язів кінцівок досягається у:

A. положення стоячи
B. положенні сидячи
C. *середньому фізіологічному положенні кінцівки
D. положенні лежачи
E. положенні лежачи на правому боці

409. Чи застосовується положення пацієнта на животі з опущеними за край стола ногами:
A. так, без обмежень
B. ні в жодному випадку
C. *застосовується при больовому синдромі в нижній частині спини при короткотривалому масажі
D. застосовується при больовому синдромі в нижній частині спини
E. застосовується при больовому синдромі в грудному відділі хребта

410. Якому положенню слід віддавати перевагу при масажі шийно-комірцевої ділянки:
A. лежачи на животі
B. лежачи на спині
C. *сидячи
D. сидячи з опорою чолом на схрещені руки
E. стоячи

411. Техніка масажу – це:
A. дозування масажного впливу та поєднання прийомів у вигляді сеансу та курсу масажу
B. поєднання механічного впливу різних частин тіла і апаратів
C. використання під час одного сеансу різних систем масажу
D. *використання різних частин руки чи тіла для виконання того чи іншого прийому
E. поєднання механічного впливу апаратів

412. Профілактичний масаж – це:
A. масаж, проведений для здорових у період підготовки до змагань
B. масаж, проведений для хворих у період загострення захворювання. Частіше всього у весняно-осінні періоди року
C. *масаж, проведений для хворих у період затихання хвороби (ремісії). З метою профілактики можливого хронічного захворювання, частіше всього у весняно-осінні періоди року
D. масаж, проведений для прискорення відновлення функцій органів і систем при захворюваннях і травмах
E. масаж, проведений для прискорення відновлення працездатності

413. Загальний масаж – це:
A. *масаж усього тіла, від маківки до п’ят
B. масаж певної ділянки тіла
C. масаж вузько обмежених ділянок на поверхні тіла
D. виконання масажних прийомів на самому собі
E. масаж спини

414. Масажист повинен:

A. добре знати анатомо-топографічні особливості організму людини і фізіологічну дію прийомів масажу
B. дотримуватися гігієнічних вимог
C. зняти годинник та предмети. Які можуть травмувати шкіру пацієнта
D. *все перераховане
E. всі відповіді не вірні

415. Загальний масаж проводиться через:
A. 30 хвилин після їди
B. *1-2 години після їди
C. 2-3 години після їди
D. 4-5 годин після їди
E. 5-6 хвилин після їди

416. До опорно-рухового апарату відноситься все, крім:
A. *судини
B. суглоби
C. м’язи
D. з’язки
E. кістки

417. Масаж сприяє:
A. Накопиченню молочної кислоти і продуктів розпаду у м’язах
B. *Виведенню молочної кислоти і продуктів розпаду з м’язів
C. Накопиченню молочної кислоти у м’язах
D. Накопиченню продуктів розпаду у м’язах
E. Виведенню продуктів розпаду з м’язів

418. Назвіть механізми дії масажу:
A. механічний, рефлекторний, біологічний
B. *механічний, нервово-рефлекторний, гуморальний
C. механічний, нервовий, гуморальний
D. механічний, нервово-рефлекторний, біологічний
E. рефлекторний, біологічний

419. Масаж проводять:
A. *за током лімфи
B. проти току лімфи
C. незалежно від шляхів відтоку лімфи
D. все перераховане вірно
E. все перераховане не вірно

420. При середньофізіологічному положенні наступає:
A. максимальне напруження м’язів кінцівки
B. *максимальне розслаблення м’язів кінцівки
C. максимальне розтягнення м’язів кінцівки
D. нічого з перерахованого
E. мінімальне розслаблення м’язів кінцівки

421. Починати і закінчувати загальний масаж потрібно з:
A. вібрації
B. *погладжування

C. розтирання
D. розминання
E. розтирання і розминання

422. Протипоказами до масажу є:
A. захворювання шкіри інфекційної, грибкової та нез'ясованої етіології
B. висока температура
C. нагнійні процеси будь-якої локалізації
D. *все перераховане
E. всі відповіді не вірні

423. Показами до масажу є все, крім:
A. хронічних захворювань легень
B. травм та захворювань опорно-рухового апарату
C. *злоякісних пухлин різної локалізації
D. порушення обміну речовин
E. остеохондроз

424. При масажі правильно:
A. *поєднувати всі прийоми масажу
B. використовувати найефективніші прийоми
C. використовувати тільки окремі прийоми
D. нічого з перерахованого
E. всі відповіді не вірні

425. Перерви між курсами масажу повинні бути не менше:
A. 1-2 дні
B. 3-4 дні
C. *10-20 днів
D. 1-2 роки
E. 40-60 днів

426. Вкажіть, що не характерно для прогладжування:
A. впливає на поверхневі пласти шкіри
B. можна проводити проти току лімфи
C. *збільшує швидкість виведення молочної кислоти з м'язів
D. має рефлекторний вплив на нервову систему
E. всі відповіді не вірні

427. Погладжування характеризується:
A. зсуванням шкірної складки
B. *зсування шкірної складки відсутнє
C. вплив на глибокі структури шкіри
D. нічого з перерахованого
E. вплив на м'язи

428. При погладжуванні відбувається:
A. посилення видільної функції сальних і потових залоз
B. злущення ороговілих клітин зовнішнього шару шкіри
C. приток крові до шкіри
D. *все перераховане

E. всі відповіді не вірні

429. Для погладжування не характерно:
A. *підвищення місцевої температури
B. зменшення нервової напруги
C. виникнення знеболювального ефекту
D. нічого з перерахованого
E. збільшення нервової напруги

430. Охоплююче погладжування переважно застосовують для:
A. *кінцівок
B. спини
C. живота
D. голови
E. пальців

431. Площинне погладжування переважно застосовують для:
A. кінцівок
B. *спини
C. шиї
D. пальців
E. голови

432. Хрестоподібне погладжування переважно використовують для:
A. *кінцівок
B. спини
C. живота
D. голови
E. шиї

433. На погладжування відводиться від загального часу масажу:
A. *2-3%
B. 10-15%
C. 30-50%
D. 60%
E. 20-30%

434. При проведенні погладжування пальці повинні бути:
A. зведені
B. напівзігнуті
C. *розведені
D. вірної відповіді немає
E. напіврозведені

435. Правильно проведений масаж сприяє:
A. збільшенню болю
B. *зменшенню болю
C. ніяк не впливає на біль
D. нічого з перерахованого
E. підвищує артеріальний тиск

436. Прийоми інтенсивного розтирання використовують на одній ділянці не довше:

A. *15-20 с
B. 30-60 с
C. 2-3 хв
D. 5хв
E. 8хв

437. Під час розтирання:
A. *утворюють складку шкіри
B. не утворюють складку шкіри
C. ковзають поверхнево
D. вірна відповідь відсутня
E. відтягують шкіру

438. Для прийому розтирання не характерно:
A. розширюються артерії шкіри
B. *зниження місцевої температури
C. підвищення місцевої температури
D. посилюється лімфоутворення та лімфовідток
E. розширюються вени шкіри

439. Найглибше розтирання відбувається при масуванні:
A. пальцями
B. долонею
C. ребром долоні
D. *кулаком
E. вірна відповідь відсутня

440. У здорових нетренованих чоловіків величина PWC-170 коливається в межах:
A. 250 – 280 Вт;
B. 200 – 250 Вт;
C. 180 – 200 Вт;
D. *120 – 180 Вт;
E. 100 – 120 Вт.

441. Розтирання з донавантаженням – це, коли:
A. масують одночасно двома руками
B. *одну кисть ставлять на іншу
C. масують однією рукою, налягаючи всім тілом
D. вірна відповідь відсутня
E. масують однією рукою

442. Для скорочення м’яза потрібні солі:
A. калію
B. *кальцію
C. магнію
D. натрію
E. хлору

443. Рецептори рефлекторної дуги можуть міститися у:
A. шкірі
B. м’яза

C. кістках
D. *все перераховане вірно
E. внутрішніх органах

444. До складу центральної нервової системи людини не входить:
A. головний мозок
B. спинний мозок
C. *периферичні нерви
D. все перераховане
E. всі відповіді не вірні

445. Масаж:
A. *прискорює лімфообіг
B. сповільнює лімфообіг
C. не впливає на лімфообіг
D. пригнічує функцію лімфатичних вузлів
E. всі відповіді не вірні

446. Чи можна розминати лімфатичні вузли при масажі?
A. так
B. *ні
C. обережно
D. тільки після нанесення масажного крему
E. всі відповіді не вірні

447. Розминання – це:
A. поверхневий прийом масажу
B. *глибокий прийом масажу
C. підготовчий прийом масажу
D. вірна відповідь відсутня
E. проміжний прийом масажу

448. Розминання виконується:
A. *після розтирання
B. перед розтиранням
C. після вібрації
D. замість погладжування
E. замість вібрації

449. На розминання відводиться від загального часу масажу:
A. 2-3%
B. 10-15%
C. 30-50%
D. *60%
E. 70%

450. Для розминання не характерно:
A. сприяє підвищенню еластичності шкіри
B. усуває больові ущільнення у м’язах
C. *не впливає на кровоток у м’язах
D. зменшує набряк тканини після травм і при захворюваннях
E. сповільнює лімфотік

451. Для розминання характерно все, крім:
A. покращує живлення кістки і сприяє утворенню кісткового мозолю
B. *мінімальний вплив на м’язи
C. усуває ущільнення в сухожиллях і зв’язках
D. значно посилює лімфовідток
E. вірна відповідь відсутня
452. Витискання найбільш ефективне для:
A. *м’язів
B. шкіри
C. судин
D. кісток
E. підшкірної клітковини
453. Глибоке розминання проводять до:
A. зникнення больових відчуттів
B. появи виражених больових відчуттів
C. *появи перших больових відчуттів
D. нічого з перерахованого
E. вірна відповідь відсутня
454. Вібрацію на одному місці слід проводити не довше:
A. *15 с
B. 60 с
C. 3 хв
D. 5 хв
E. 2 хв
455. Вібрація:
A. знижує рефлекси
B. *підвищує рефлекси
C. не впливає на рефлекси
D. нічого з перерахованого
E. сповільнює рефлекси
456. При поплескуванні долоня масажиста:
A. з розведеними широко пальцями
B. *склепінчаста „човником”
C. зігнута в середніх фалангах
D. нічого з перерахованого
E. стиснута в кулак
457. Вібрація з високою частотою має:
A. тонізуючу дію
B. *заспокійливу дію
C. в залежності від техніки масажу
D. нічого з перерахованого
E. всі відповіді вірні
458. Вібрація:
A. *підвищує вентиляцію бронхів
B. не впливає на вентиляцію бронхів

C. правильна відповідь відсутня
D. знижує вентиляцію бронхів
E. частково знижує вентиляцію бронхів

459. Постукування виконується:
A. вказівним пальцем
B. середнім пальцем
C. кулаком
D. *все перераховане вірно
E. всі відповіді не вірні

460. У здорових нетренованих жінок середня величина PWC–170 коливається в межах:
A. 25 – 75 Вт;
B. *75 – 125 Вт;
C. 125 –150 Вт;
D. 50 – 180 Вт
E. 180 – 220 Вт

461. При проведенні Гарвардського степ-тесту для чоловіків використовується сходинка висотою:
A. 60 см;
B. *50 см;
C. 40 см;
D. 30 см;
E. 20 см.

462. Рубання виконується:
A. внутрішньою поверхнею кисті
B. зовнішньою поверхнею кисті
C. *ліктьовим краєм кисті
D. кулаком
E. вказівним пльцем

463. Вібрація з низькою частотою має:
A. тонізуючу дію
B. *заспокійливу дію
C. в залежності від техніки масажу
D. нічого з перерахованого
E. частково заспокійливу дію

464. Переривчасту вібрацію застосовують на:
A. напружених м’язах
B. наполовину напружених м’язах
C. *розслаблених м’язах
D. все перераховане вірно
E. всі відповіді не вірні

465. Прийом „рухи” – це:
A. одна з технік масажу
B. *ряд фізичних вправ, які використовуються з метою впливу на окремі м’язові групи і суглоби

C. ряд масажних прийомів, поєднаних між собою
D. ряд фізичних вправ із застосуванням механічних пристроїв
E. ряд масажних прийомів, не поєднаних між собою

466. У „рухах” приймають участь:
A. кістки
B. нерви
C. зв’язки
D. *все перераховане
E. м’язи

467. Згинання і розгинання – це рухи навколо:
A. сагітальної площини
B. *фронтальної площини
C. поздовжньої осі
D. нічого з перерахованого
E. всі відповіді не вірні

468. Відведення і приведення – це рухи навколо:
A. *сагітальної осі
B. фронтальної осі
C. поздовжньої осі
D. нічого з перерахованого
E. всі відповіді не вірні

469. Ротація – це рухи навколо:
A. сагітальної осі
B. фронтальної осі
C. *поздовжньої осі
D. нічого з перерахованого
E. всі відповіді не вірні

470. Анкілоз – це:
A. нормальна рухомість суглобів
B. патологічно обмежена рухомість у суглобі
C. *нерухомість
D. патологічно підвищена рухомість у суглобі
E. нічого з перерахованого

471. Контрактура – це:
A. нормальна рухомість суглобів
B. *патологічно обмежена рухомість у суглобі
C. нерухомість
D. незначно зменшена рухомість суглобів
E. патологічно підвищена рухомість у суглобі

472. Для поперечносмугастих м’язів більш виснажливим є:
A. *статичні навантаження
B. динамічні навантаження
C. не залежить від виду навантаження
D. нічого з перерахованого
E. всі відповіді не вірні

473. До координаційних вправ належить:
A. біг на сто метрів з перешкодами
B. вправи на перекладині
C. *складання мозаїки
D. стрибки у висоту
E. стрибки у довжину
474. При енергійних швидких масажних рухах відбувається:
A. заспокоєння
B. *збудження
C. все перераховане
D. нічого з перерахованого
E. всі відповіді не вірні
475. Граблеподібне погладжування виконується:
A. подушечкою великого пальця
B. подушечкою вказівного пальця
C. подушечкою середнього пальця
D. *кількома пальцями одночасно
E. долонею
476. Щипцеподібне погладжування застосовують на :
A. великих рівних площинах тіла
B. вузьких ділянках тіла, які можна охопити долонею
C. *вузьких ділянках тіла, які можна охопити пальцями
D. на усіх ділянках тіла
E. на руках
477. Тривалість процедур ЛФК для терапевтичних хворих на ліжковому режимі:
A. 5 хв;
B. 10 хв;
C. *15 хв;
D. 20 хв;
E. 25 хв;
478. Можна вибірково впливати на певні групи м’язів чи систем, використовуючи форми ЛФК:
A. піші прогулянки;
B. *індивідуальні завдання для самостійних занять;
C. біг;
D. ігровий урок;
E. елементи спортивних вправ.
479. Тривалість процедур ЛФК при травмах хребта після іммобілізації при груповій методиці занять:
A. 15 хв
B. 20 хв
C. 25 хв
D. 35 хв
E. *45 хв

480. Тривалість процедур ЛФК при травмах хребта після іммобілізації при індивідуальній методиці занять:
A. 15 хв;
B. 20 хв;
C. 25 хв;
D. *35 хв;
E. 45 хв;
481. Комплекс лікувальної гімнастики з дозованим фізичним навантаженням на ліжковому режимі триває:
A. 5 хв;
B. *10 хв;
C. 15 хв;
D. 20 хв;
E. 25 хв.
482. Визначення здібностей до ефективного спортивного удосконалення проходить на ступені спортивного відбору
A. попередній
B. *проміжній
C. заключній
D. всі відповіді вірні
E. всі відповіді не вірні
483. Стан спортсмена, який є наслідком довготривалого тренування оцінюється у контролі
A. *етапному контролі
B. поточному контролі
C. оперативному контролі
D. близькому контролі
E. віддаленому контролі
484. Під час вагітності спортивне тренування має бути
A. зранку
B. після обіду
C. продовжене
D. продовжене при забороні участі у змаганнях
E. *припинене
485. У додатковому обстеженні немає потреби у випадку
A. допуску до тренувань після перенесених захворювань
B. *після перемоги у змаганнях
C. перед змаганнями
D. після місячного відпочинку у міжсезоння
E. після переломів
486. Сидіння на ліжку протягом 20 хвилин звісивши ноги, 2-3 рази на день хворим ІМ дозволяється на
A. Іа ступені активності
B. Іб ступені активності
C. *ІІа ступені активності

D. IIб ступені активності
E. IIIа ступені активності

487. Вживання їжі, сидячи за столом, хворим ІМ дозволяється на
A. I а ступені активності
B. I б ступені активності
C. IIа ступені активності
D. *IIб ступені активності
E. IIIа ступені активності

488. Ходьба по палаті хворим ІМ дозволяється на
A. I а ступені активності
B. I б ступені активності
C. IIа ступені активності
D. *IIб ступені активності
E. IIIа ступені активності

489. Вихід в коридор хворим ІМ дозволяється на
A. I а ступені активності
B. I б ступені активності
C. IIб ступені активності
D. *IIIа ступені активності
E. IIIб ступені активності

490. На санаторному етапі у хворих ІМ виділяють наступну кількість класів важкості
A. два
B. три
C. *чотири
D. п'ять
E. шість

491. Лікувальна гімнастика тривалістю 25 хвилин груповим методом у хворих ІМ застосовується
A. не застосовується
B. застосовується у окремих хворих
C. застосовується на III б ступені активності
D. *застосовується на V ступені активності
E. застосовується на VI ступені активності

492. Лікувальна гімнастика тривалістю 30-40 хвилин із ЧСС до 100-110 поштовхів на хвилину у хворих ІМ
A. не застосовується
B. застосовується у окремих хворих
C. застосовується на IV ступені активності
D. застосовується на V ступені активності
E. *застосовується на VI ступені активності

493. Лікувальна гімнастика тривалістю 35-40 хвилин з ЧСС 100-120 поштовхів на хвилину у хворих ІМ
A. не застосовується
B. застосовується у окремих хворих

C. застосовується на V ступені активності
D. застосовується на VI ступені активності
E. *застосовується на VII ступені активності

494. Тренуюча ходьба у хворих ІМ на санаторному етапі
A. не застосовується
B. застосовується у окремих хворих
C. застосовується на VI ступені активності
D. застосовується на VII ступені активності
E. *є одним із основних елементів реабілітації

495. Рекомендована чисельність 3-ї групи для занять фізкультурою осіб літнього віку (осіб)
A. *10-15
B. 15-20
C. 20-25
D. 25-30
E. 15-30

496. Рекомендована чисельність 1-ї групи для занять фізкультурою осіб літнього віку (осіб)
A. *20-25
B. 10-15
C. 15-20
D. 10-20
E. 26-30

497. При переломах фаланг ІІІ пальця кисті в перший тиждень проводять згинання та розгинання
A. *активні для І та ІІ, пасивні для IV та V пальців
B. пасивні для здорових пальців
C. пасивні для IV та V пальців
D. активні для IV та V , пасивні для І та ІІ пальців
E. активні для здорових пальців

498. При внутрішньосуглобних переломах фаланг пальців кисті масаж
A. *виключається в зв'язку із можливістю утворення надмірної кісткової мозолі
B. призначається обов'язково для більш ефективного відновлення функції
C. призначається при наявності показань
D. призначається рідко для більш ефективного відновлення функції
E. іноді призначається

499. При реплантації пальців кисті у другому періоді переважають рухи
A. *пасивні із помірною амплітудою
B. активні із допомогою
C. активні із максимальною амплітудою
D. пасивні із максимальною амплітудою
E. активні із мінімальною амплітудою

500. При ураженні згиначів пальців та кисті у другому періоді призначають

A. *активну розробку функції розгинання при обмеженні розробки згинання
B. активну розробку функції згинання
C. активну розробку функції згинання та розгинання
D. активну розробку функції розгинання
E. всі відповіді вірні

С и т у а ц і й н і з а д а ч і

1. Хвора К.,35 років хворіє бронхіальною астмою інфекційно-алергійного ґенезу. Які спеціальні вправи слід виконати після ліквідації бронхоспазму?

A. *статичні дихальні вправи з вимовою свистячих, дзижчачих звуків на подовженому видиху, вправи на розслаблення м”язів грудної клітки.
B. вправи на розслаблення м”язів грудної клітки.
C. не потрібно ніяких вправ
D. статичні і динамічні дихальні вправи
E. вправи прикладного характеру

2. Хворий М., 28 років, оперований з приводу гострого апендициту . На який день після операції пацієнт може займати сидяче положення ?

A. *1 – й день
B. 2 – й день
C. 3- й день
D. 4– й день
E. 5– й день

3. Хворий В. 25 років Діагноз: перелом великогомілкової кістки правої ноги. Перелом отримав 10 днів тому. Імобілізація гіпсова пов’язка. Вкажіть в якому лікувальому періоді знаходиться хворий?

A. передімобілізації
B. *іммобілізації
C. постіммобілізації
D. відновний
E. початковий

4. Внаслідок довгої тимчасової акінезії, пов’язаної з іммобілізацією, ліжковим режимом, виникли вторинні зміни в тканинах: м’язові атрофії, зморщення і потовщення суглобової сумки, втрата її еластичності, зменшення кількості синовіальної рідини в порожнині суглоба, розволокнення, фіброзні зміни суглобового хряща, остеопороз. В якому періоді лікування потрібно було призначити ЛФК:

A. *Іммобілізації;
B. Постіммобілізаційний;
C. Відновний;
D. Правильна відповідь Б;
E. Правильна відновідь Б і В.

5. Після огляду хворого з приводу болю у поперековій ділянці був поставлений діагноз остеохондроз поперекового відділу хребта. На що буде спрямована лікувальна гімнастика :

A. розслаблення м’язів тулуба та кінцівок ;
B. покращення кровопостачання нервового корінця;
C. *розслаблення м’язів тулуба та кінцівок, покращення кровопостачання нервового корінця;
D. розслаблення м’язів тулуба;
E. розслаблення м’язів кінцівок.

6. До дільничого терапевта звернувся хворий зі скаргама на: задишку, яка виникає при ходьбі, фізичному навантаженні, кашель під час якого він напружується, у нього червоніє обличя, верхня частина грудної клітки, набрякають вени шиї. З анамнезу: 3 роки тому у хворого був діагностований хронічний бронхіт. Які основні принципи профілактики даного захворювання:

A. Використовують вправи на розслаблення м’язів, статичні і динамічні дихальні вправи, вправи для збільшення рухомості діафрагми, грудної клітки і хребта, загальноукріплюючі вправи;
B. Обов’язкове дотримання принципу розсіювання фізичного навантаження – чергування простих фізичних вправ для різних м’язових груп. Фізичні вправи виконуються плавно, повільно, невимушено, з подовженим видихом;
C. В процедурі лікувальної гімнастики багато пауз для відпочинку.;
D. В комплекс лікувальної гімнастики включають статичні дихальні вправи з участю в акті дихання передньої черевної стінки ;
E. *Всі відповіді вірні;

7. Хворому К., 44 роки, діагностовано правобічну середньодольову бронхопневмонію. Призначено дихальну гімнастику. Яке положення підчас процедури є найбільш оптимальне?

A. *у сидячому положенні з невеликим нахилом вперед чи назад
B. у сидячому положенні з невеликим нахилом вперед
C. у сидячому положенні з невеликим нахилом назад
D. у сидячому положенні з великим нахилом вперед чи назад,
E. стоячи, із легко нахиленим тулобом вперед

8. У хворого 39 років, з який з дитинства хворів на бронхіальну астму, з приходом весни почастішали приступи ядухи, після огляду лікар порадив проводити тренування при ходьбі, починати з вироблення навичків зі своїм диханням. Хворий спочатку повинен:

A. *виконувати на 1-2 кроки вдих, і на 3-4 кроки – видих поступово збільшуючи кількість кроків на видосі ;
B. при ходьбі глибоко дихати;
C. йти повільно і на 1-2 кроки робити вдих, і на 3-4 кроки видих;
D. стрибати на скакалці і старатись дихати глибоко;
E. немає пральної відповіді.

9. У пацієнта перелом середньої третини плечової кістки, йому рекомендовано курс ЛФК. На які періоди поділяється курс ЛФК в залежності від етапу стаціонарного лікування хворого?

A. Догоспітальний, госпітальний, відновлення.
B. Стаціонарний, постстаціонарний.
C. *Іммобілізації, постімобілізації, відновний.
D. Іммобілізаційний, не іммобілізаційний.
E. Доопераційний, відновний

10. Студент після захворювання на пневмонію приступив до навчання. На який термін він має бути тимчасово звільнений від занять фізичною культурою?

A. 1 тиж.
B. *4-8 тиж.
C. 2 тиж.
D. 1,5 тиж.
E. 2-4 тиж.

11. У пацієнта пневмонія, які вправи було б доцільно включити в комплекс ЛФК?

A. Згинання-розгинання китиць, ступнів.
B. Присідання.
C. Біг.
D. *Вправи з широкими рухами, що розширюють грудну клітку.
E. Ходьба.

12. Хворий В., звернувся до лікаря після захворювання пневмонією, лікар порадив робити йому дихальні вправи. Яких вимог в першу чергу повинен дотримуватися хворий?

A. *Рівномірне, глибоке і повне дихання
B. Часте дихання
C. Дихання з частотою 19 дихальних рухів за 1 хвилину
D. Всі відповіді неправильні
E. Всі відповіді правильні

13. У пацієнта Н. діагностовано бронхіальну астму. Вкажіть протипоказання до призначення комплексу вправ ЛФК?

A. Висока температура тіла.
B. Зростання ШОЕ.
C. Легенева кровотеча.
D. Протипоказів немає
E. *Астматичний статус;наростання легенево-серцевої недостатності з декомпенсацією цих систем.

14. Хворий 55 років страждає пневмосклерозом. З анамнезу життя – 7 років працював гірником. Лікар призначив масаж грудної клітки і м’язів спини. З якою метою лікар призначив масаж?

A. *З лікувальною метою
B. З профілактичною метою
C. З діагностичною метою

D. Правильної відповіді немає
E. Всі відповіді вірні

15. Під час первинного огляду хворого із хронічним бронхітом у фазі ремісії лікар попросив пацієнта виконати пробу із затримкою дихання на висоті звичайного вдиху. Що це за проба?

A. Ромберга
B. *Штанге
C. Троянова-Тренделенбурга
D. Щоткіна-Блюмберга
E. Жодної вірної відповіді

16. Хворий К 30 років після ампутації правої нижньої кінцівки знаходиться на лікуванні. На що повинна бути спрямована основна умова при призначенні лікувальних вправ?

A. Попередження утворення контрактур в ділянці збережених суглобів, для забезпечення носіння протезу
B. Для забезпечення тонусу здоровій кінцівці
C. Жодної вірної відповіді
D. *Вірно А і В
E. ЛФК протипоказане

17. Хворому М., 34 роки, діагностовано лівобічну середньодольову бронхопневмонію. Призначено дихальну гімнастику. Яке положення підчас процедури є найбільш оптимальне?

A. *у сидячому положенні з невеликим нахилом вперед чи назад
B. у сидячому положенні з невеликим нахилом вперед
C. у сидячому положенні з невеликим нахилом назад
D. у сидячому положенні з великим нахилом вперед чи назад,
E. стоячи, із легко нахиленим тулобом вперед

18. Хворому К., 44 роки, діагностовано правобічну верхньодольову бронхопневмонію. Призначено дихальну гімнастику. Яке положення підчас процедури є найбільш оптимальне?

A. *у сидячому положенні з невеликим нахилом вперед чи назад
B. у сидячому положенні з невеликим нахилом вперед
C. у сидячому положенні з невеликим нахилом назад
D. у сидячому положенні з великим нахилом вперед чи назад,
E. стоячи, із легко нахиленим тулобом вперед

19. Під час обстеження лікар виявив сплощені стопи. Який метод використав лікар для дослідження?

A. *Плантографічний по Чижину
B. Динамометричний
C. Антропометричний
D. Усі відповіді вірні
E. Немає правильної відповіді

20. Хлопець 20 років, під час занять з баскетболу пошкодив коліно, раптово відчув локальну болючість в області суглобової щілини, біль посилювався

при повороті гомілки, «блокаду» (обмеження рухів у колінному суглобі). Діагностовано частковий розрив медіального меніска. Ваші рекомендації?

A. Операція видалення меніска
B. Вичікувальна тактика
C. *Лікувальна гімнастика в формі полегшених вправ на пошкоджену кінцівку
D. Правильно А і В
E. Немає вірної відповіді

21. Школяр 10 років проходить курс лікувальної фізкультури після травми в плечовому суглобі. На основі якого принципу визначають дозованість вправ?

A. *Кількість вправ підбираються індивідуально
B. Кількість вправ стандартна для даного віку
C. Кількість і тривалість вправ повинні бути максимальними
D. Немає вірної відповіді
E. Лікувальна фізкультура не показана

22. Хворий Б. страждає неускладненим хронічним бронхітом. Чи показане йому лікування фізкультурою?

A. Ні, не показане.
B. Показане у фазі загострення
C. *Лише у фазі ремісії
D. Усі відповіді вірні
E. Немає вірної відповіді

23. У хворої 30-ти років діагностовано крупозну пневмонію. Застосування антибіотиків дало можливість ефективно боротися із цим захворюванням. Інтенсивно проведено лікування гострої пневмонії з широким і раннім застосуванням лікувальної гімнастики попереджує рецидив захворювання. Лікувальна гімнастика при гострих пневмоніях показано в стадії:

A. *Розрішення безпосередньо після зменшення t^0 тіла.
B. Стадія червоного спечінкування
C. Стадія сірого спечінкування
D. Усі відповіді вірні.
E. Жодної відповіді вірної

24. Хворий Д. страждає на виражений інтоксикаційний синдром. Відмічається підвищена температура тіла, дихальна недостатність. Чи є протипоказання до ЛФК у даного хворого?

A. *Протипоказано
B. Не протипоказано
C. Протипоказано при пульсі більше 100 на хвилину.
D. Непротипоказано при пульсі менше 100 на хвилину
E. Вірні відповіді В та Д

25. Хворий Д. 40-ка років хворіє на бронхіальну астму з дитинства. Йому призначені процедури ЛФК. Які завдання ставить перед собою лікар ЛФК?

A. Зняти бронхоспазм, нормалізувати механіку дихання.
B. Нормалізувати функцію зовнішнього дихання, укріпити вегетативну нервову систему.

C. Підвищити стійкість організму до шкідливого зовнішнього середовища.
D. *Правильні усі відповіді
E. Правильно А та С.

26. Хворий А. при падінні зламав ключицю. На який день після репозиції відламків і накладання фіксуючої пов'язки призначають лікувальну гімнастику
A. *Через 2-3 дні
B. У перший день
C. Після 7-ми днів
D. Після зарощення перелому
E. На 5-6 день

27. У хворого К. була травма хребта. Через скільки днів після пошкодження йому показана лікувальна фізкультура?
A. 1-2 дні після травми
B. Одразу після травми
C. *4-5 днів після травми
D. 2 тижні після травми
E. Не показана

28. У хворого Л. хронічний остеомієліт. Показане оперативне втручання. У який період призначається лікувальна фізкультура?
A. Лише в передопераційному періоді
B. Лише в післяопераційному періоді
C. Взагалі не показана
D. *У перед- і післяопераційному періоді
E. Показана у перші дні перед операцією

29. У хворого К. 30 років рана на нижній кінцівці ускладнилась анаеробною інфекцією. Чи показана такому пацієнту лікувальна фізкультура?
A. Показана одразу після виявлення інфекції
B. Показана через декілька днів після виявлення інфекції
C. *Не показана
D. Показана
E. Показана за індивідуальними показами

30. Хворий Я. страждає на часті приступи бронхіальної астми. Лікар призначив у комплексному лікуванні цієї недуги лікувальну фізкультуру. Які ж є протипоказання?
A. Протипоказів немає
B. *Дихальна і серцева недостатність
C. Ниркова недостатність
D. Супутній гепатит
E. Супутній хронічний гастродуоденіт

31. Хворий О. переніс пульмонектомію. Якою повинна бути частота і тривалість лікувальної гімнастики?
A. 1 раз на добу 20 хв.
B. 2 рази на добу 15 хв.
C. *3-5 разів на добу по 3-5 хв.

D. 10 разів на добу по 1-2 хв.
E. Вірної відповіді немає.

32. У хворого С. перелом вказівного пальця лівої руки. Знято лонгету. Відсутні рухи ушкодженого польця. Що в даному випадку повинен призначить лікар?

A. Забороняються будь-які пасивні рухи
B. Призначаються пасивні рухи високої амплітуди
C. *Призначаються пасивні рухи з великою обережністю
D. Очікувальна тактика до відновлення активних рухів
E. Немає жодної правильної відповіді

33. У хворої О. перелом зап'ястка. Накладено гісову пов'язку. Чи показана лікувальна фізкультура. Якщо так, то в який період?

A. Не показана
B. Показана після зняття гіпсової пов'язки
C. Показана за 1 місяць після зняття пов'язки
D. *Показана в перші дні після накладання пов'язки
E. Показана за 4 дні після накладання пов'язки.

34. У хворої К. внаслідок травми виявлено перелом надколінника. Через скільки днів після травми призначаються рухи в гомілково-стопному і кульшовому суглобах?

A. За 2 тижні після травми
B. За місяць після травми
C. Не показана
D. *За 2-3 дні після травми
E. За 1 рік після травми

35. У хворого С. перелом вказівного пальця лівої руки. Знято лонгету. Відсутні рухи ушкодженого польця. Що в даному випадку повинен призначить лікар?

A. Забороняються будь-які пасивні рухи
B. Призначаються пасивні рухи високої амплітуди
C. *Призначаються пасивні рухи з великою обережністю
D. Очікувальна тактика до відновлення активних рухів
E. Немає жодної правильної відповіді

36. У хворої О. перелом зап'ястка. Накладено гісову пов'язку. Чи показана лікувальна фізкультура. Якщо так, то в який період?

A. Не показана
B. Показана після зняття гіпсової пов'язки
C. Показана за 1 місяць після зняття пов'язки
D. *Показана в перші дні після накладання пов'язки
E. Показана за 4 дні після накладання пов'язки.

37. У хворої К. внаслідок травми виявлено перелом надколінника. Через скільки днів після травми призначаються рухи в гомілково-стопному і кульшовому суглобах?

A. За 2 тижні після травми
B. За місяць після травми
C. Не показана
D. *За 2-3 дні після травми

E. За 1 рік після травми
38. Мати звернулась до лікаря внаслідок того, що помітила деформацію хребта сина 7 років. Лікар виявив сколіоз II ступеня. Який кут викривлення характерний для цієї ступеня викривлення?
A. 15^0
B. *25^0
C. 45^0
D. 60^0
E. 70^0
39. Хворий Я. страждає на часті приступи бронхіальної астми. Лікар призначив у комплексному лікуванні цієї недуги лікувальну фізкультуру. Які ж є протипоказання?
A. Протипоказів немає
B. *Дихальна і серцева недостатність
C. Ниркова недостатність
D. Супутній гепатит
E. Супутній хронічний гастродуоденіт
40. Хворий О. переніс пульмонектомію. Якою повинна бути частота і тривалість лікувальної гімнастики?
A. 1 раз на добу 20 хв.
B. 2 рази на добу 15 хв.
C. *3-5 разів на добу по 3-5 хв.
D. 10 разів на добу по 1-2 хв.
E. Вірної відповіді немає.
41. Хворий Б. часто хворіє простудними захворюваннями. Лікар порадив йому проводити водне загартовування. Яким чином доцільно розпочинати загартовування?
A. Одразу водні процедури холодною водою
B. Одразу водні процедури теплою водою
C. Спочатку обтирання вологим рушником, тоді водні процедури.
D. Сухе обтирання, вологе обтирання, водні процедури холодною водою
E. *Сухе обтирання, вологе обтирання, водні процедури водою температури 36^0 С з поступовим зниженням
42. У пацієнтки 30-років виявлено ревматичне ураження серцево-судинної системи. Лікувальна фізкультура при ревматичному ураженні серцево-судинної системи спрямована на
A. Відновлення порушених функцій ЦНС
B. Підвищення збудливості кори головного мозку
C. Рухливість нервових процесів
D. *Усі відповіді вірні
E. Жодної вірної відповіді
43. У жінки 40-ка років діагностовано цукровий діабет. У комплексі лікувальних заходів певне місце відводиться лікувальній фізкультурі. Основними протипоказаннями являються
A. Усі тяжкі форми діабету

B. Швидка втомлювальність
C. Виражені порушення у різних органах і системах
D. *Усі відповіді вірні
E. Жодної відповіді вірної

44. У жінки 38-років діагностовано цукровий діабет. У комплекс лікувальних заходів лікар призначив лікувальну фізкультуру. Особливості методики проведення занять

A. Лікувальну фізкультуру рекомендується проводити безпосередньо післля введення хворій інсуліну
B. Заняття лікувальною гімнастикою не повинно втомлювати
C. Необхідно до і після занять хворій виміряти пульс, АТ і записати ці дані у історію хвороби
D. *Усі відповіді вірні
E. Жодної відповіді вірної

45. При обстеженні хворого А. лікар виявив асиметрію: лінія плечей знижена в лівий бік, нижній кут лопатки наближається до хребта. Що виявлено у хворого?

A. *Сколіоз
B. Округла спина
C. Плоска спина
D. Правильно А і В
E. Немає вірної відповіді

46. Студент 20 років проходить курс лікувальної фізкультури після травми в плечовому суглобі. На основі якого принципу визначають дозованість вправ?

A. *Кількість вправ підбираються індивідуально
B. Кількість вправ стандартна для даного віку
C. Кількість і тривалість вправ повинні бути максимальними
D. Немає вірної відповіді
E. Лікувальна фізкультура не показана

47. Хвора 50 років страждає на хронічний гломерулонефрит. Чи показаний їй масаж на ділянку спини?

A. Показаний паралельно з медикаментозним лікуванням у фазі загострення
B. *Показаний лише у фазі ремісії
C. Вірно А і В
D. Жодної вірної відповіді
E. Масаж протипоказаний

48. Хворий 54 років після перенесеного інфаркту міокарда направлений на проходження комплексу лікувальних вправ. Що в першу чергу повинен зробити лікар ЛФК?

A. *Здійснити огляд пацієнта, зібрати анамнез
B. Відразу перейти до виконання вправ
C. Визначити тип тілобудови хворого
D. Жодної вірної відповіді
E. Всі відповіді вірні

49. Під час первинного огляду хворого із хронічним бронхітом у фазі ремісії лікар попросив пацієнта виконати пробу із затримкою дихання на висоті звичайного вдиху. Що це за проба?
A. Ромберга
B. *Штанге
C. Троянова-Тренделенбурга
D. Щоткіна-Блюмберга
E. Жодної вірної відповіді
50. Хворий С 50 років, із надмірною масою тіла скаржиться на: задишку, швидку втомлюваність при прискореній ходьбі, підйомі по сходах, зниження працездатності, що є ознаками дистрофії міокарда. Від чого буде залежати методика лікувальної фізкультури для даного хворого?
A. Від стану серцево-судинної системи
B. Від віку пацієнта
C. Від ступеня пристосованості хворого до фізичних навантажень
D. Правильні відповіді А і В
E. *Всі відповіді правильні
51. Пацієнт М. повинен виконати пробу Мартіне. Яке навантаження повинен зробити обстежуваний:
A. 20 раз віджатись
B. *20 раз присісти
C. затримати дихання на 20 сек.
D. пострибати 20 раз
E. бігати 20 сек.
52. Яку функціональні пробу потрібно призначити лікареві для визначення функціонального стану дихальної системи у обстежуваної:
A. ортостатична
B. велоергометрична проба;
C. клиностатична
D. проба з 20 присіданнями
E. *проба Штанге
53. Лікар вимірює ріст спортсменові, яку точку дотику при цьому, не використовують:
A. міжлопаткова ділянка
B. сідниці;
C. п’ятки
D. *потилиця
E. литкові м’язи
54. У фізкультурника Р., 24 роки лікар визначає фізичний розвиток.Що з вказаних ознак не використовують, при оцінці фізичного розвитку?
A. Постава
B. мускулатура
C. форма ніг
D. форма спини
E. *косоокість

55. Лікар визначає форму спини у дитини. Що з нижче вказаного буде слугувати основним критерієм:
A. стан м’язів
B. форма грудної клітки
C. стан підшкірної жирової клітковини
D. *форма хребта
E. стан кісткового апарату людини
56. Студентка К. провела пробу з 20 присіданнями за 30 сек., після чого у неї збільшився пульс з 13 уд. за 10 сек. до 27 уд. за 10 сек., артеріальний тиск змінився з 110/70 до 115/85 мм.рт.ст. Який тип реакції серцево-судинної системи у студентки:
A. *гіпотонічний.
B. нормотонічний.
C. гіпертонічний.
D. дистонічний
E. східчастий.
57. Студентка Ф. провела пробу з 20 присіданнями за 30 сек., після чого у неї збільшився пульс з 15 уд. за 10 сек. до 29 уд. за 10 сек., АТ змінився з 130/80 до 170/90 мм.рт.ст. Який тип реакції серцево-судинної системи у студентки:
A. дистонічний
B. гіпотонічний.
C. східчастий.
D. нормотонічний.
E. *гіпертонічний
58. Студент К. повинен зробити пробу з 20 присіданнями за 30 хв. Протягом якого часу після відпочинку потрібно провести цю пробу:
A. Протягом 1 хв.
B. *Протягом 5 хв.
C. Протягом 30 хв.
D. Протягом 1 години.
E. Протягом 1 доби.
59. Фізкультурник В., звернувся до лікаря, що може оцінити лікар при первинному обстеженні?
A. *Стан здоров’я та виявлення всіх порушень
B. Свідомість
C. Положення в ліжку
D. Важкість стану
E. Забарвлення слизових оболонок
60. Спортсмен вищого розряду, який повинен їхати на змагання, поставлений на диспансерний облік в:
A. *Обласний лікарсько-фізкультурний диспансер
B. Міський лікарсько-фізкультурний диспансер
C. Районний лікарсько-фізкультурний диспансер
D. Всі відповіді вірні
E. Немає жодної вірної відповіді

61.При обстеження хлопчика 5-ти років виявлено слабкість розвитку м’язів, різний рівень стояння лопаток і надпліччя, непостійна сколіотична дуга. Що Ви, як лікар, призначите цьому хлопчику
A. Лікувальна гімнастика
B. Плавання
C. Катаня на лижах
D. *Усі відповіді вірні
E. Жодної вірної відповіді
62.При обстеження хлопчика 10-років виявлено кіфотичну деформацію хребта. В якому відділі найчастіше локалізується кіфоз
A. Поперековому
B. Шийному
C. Крижовому
D. Усі відповіді вірні
E. *Жодної відповіді вірної
63.Хворий А, член збірної команди, поставлений на диспансерний огляд, його результати обстежень потрібно записати у:
A. Медичну карту
B. Амбулаторну карту
C. Стаціонарну карту
D. Контрольну карту
E. *Лікарсько-контрольну карту диспансерного спостереження спортсмена
64.Хворий Б, звернувся у диспансер із скаргами на болі у черевній порожнині, лікар повинен розпочати обстеження з:
A. *Вивчення скарг хворого
B. Пальпації
C. Перкусії
D. Аускультації
E. Всі відповіді правильні
65.При первинному огляді у фізкультурника виявлено гіперстенічну будову тіла. Який вид спорту ви б йому порекомендували?
A. Волейбол
B. *Важка атлетика
C. Біг з перешкодами
D. Баскетбол
E. Заняття спортом протипоказане
66.При масовому первинному огляді лікар проводить пробу Мартіне. В чому полягає методика її проведення?
A. *20 присідань за 30 секунд з оцінкою серцево-судинної системи
B. 15-секундний біг на місці з максимальною швидкістю
C. Біг на місці підтюпцем протягом 3 хвилин у темпі 180 кроків з 1 хвилину
D. Вимірювання АТ після 5 присідань
E. Жодної вірної відповіді
67.При медогляді юнака виявлено плоскостопість. На основі яких об’єктивних даних ставиться цей діагноз?

A. Підвищення склепіння стопи
B. *Сплощення склепіння стопи
C. Склепіння стопи не змінене
D. Жодної вірної відповіді
E. Всі відповіді вірні

68. Під час обстеження лікар виявив сплощені стопи. Який метод використав лікар для дослідження?

A. *Плантографічний по Чижину
B. Динамометричний
C. Антропометричний
D. Усі відповіді вірні
E. Немає правильної відповіді

69. При обстеженні хворого А. лікар виявив асиметрію: лінія плечей знижена в лівий бік, нижній кут лопатки наближається до хребта. Що виявлено у хворого?

A. *Сколіоз
B. Округла спина
C. Плоска спина
D. Правильно А і В
E. Немає вірної відповіді

70. При обстеженні пацієнта С. було виявлено, що коліна дотикаються, а між гомілково-стопними суглобами є відстань. Яка форма ніг у хворого?

A. О-подібна
B. *Х-подібна
C. Ноги прямі
D. Усі відповіді вірні
E. Немає правильної відповіді

71. При обстеженні пацієнта 35-ти років лікар звернув увагу, що епігастральний кут гострий, форма грудної клітки плоска, довгі кінцівки та шия, вузькі плечі, крилоподібні лопатки. Який тип тілобудови?

A. *Астенічний
B. Нормостенічний
C. Гіперстенічний
D. Жодна відповідь не правильна
E. Усі відповіді правильні

72. У підлітка 14-ти років виявлено кіфотичну деформацію хребта. Кіфозом називається

A. *Дугоподібна деформація хребта у сагітальній площині
B. Бокове викривлення хребта, обумовлене патологічними змінами у самому хребті та паравертебральних тканинах
C. Дугоподібна деформація хребта у фронтальній площині
D. Усі відповіді вірні
E. Жодної вірної відповіді

73. У дівчинки 15-років під час обстеження у лікарні виявлено сколіоз. Сколіоз це

A. Дугоподібна деформація хребта у сагітальній площині
B. *Бокове викривлення хребта, обумовлене патологічними змінами у самому хребті та паравертебральних тканинах
C. Дугоподібна деформація хребта у фронтальній площині
D. Усі відповіді вірні
E. Жодної вірної відповіді

74. Мати звернулась до лікаря внаслідок того, що помітила деформацію хребта сина 7 років. Лікар виявив сколіоз II ступеня. Який кут викривлення характерний для цієї ступеня викривлення?

A. 15^0
B. *25^0
C. 45^0
D. 60^0
E. 70^0

75. Хворий страждає сколіозом. За допомогою якого приладу оцінюють сколіоз?

A. *Сколіозометр
B. Ростомір
C. Сантиметрова стічка
D. Усі відповіді вірні
E. Немає вірної відпові

76. Жінка К., 40 років протягом десяти років хворіє гіпотонічною хворобою, має бажання займатися лікувальною фізкультурою. Що з наведеного є протипоказом до цього?

A. Гіпотонічний криз
B. Порушення серцевого ритму
C. Серцевий біль
D. Запаморочення
E. *Всі відповіді вірні.

77. Обстежуваному Л., 20 р визначено фізичну працездатність методом Гарвардського степ-тесту. Яка оцінка індексу Гарвардського степ-тесту величиною 63?

A. Погана
B. Нижче середньої
C. Середня
D. Добра
E. Відмінна

78. Серед групи студентів проведено медичне обстеження. Кого слід зарахувати до спеціальної медичної групи А?

A. *особи з хронічними захворюваннями, які стоять на диспансерному обліку
B. особи з незворотніми захворюваннями опорно-рухового апарату (інваліди)
C. особи середнього та похилого віку без відхилень у стані здоров'я
D. практично здорові або з незначними відхиленнями в стані здоров'я
E. особи з захворюванням серцево-судинної системи

79. Якою має бути частота педалювання при проведенні тесту PWC_{170} за допомогою велоергометра?

A. 50-60 обертів за хвилину
B. *60-75 обертів за хвилину
C. 75-90 обертів за хвилину
D. 90-110 обертів за хвилину
E. 110-120 обертів за хвилину
80. Коли визначають ЧСС при проведенні тесту PWC_{170} за допомогою велоергометра?
A. *в кінці кожного навантаження (за останні 30 с) визначають ЧСС
B. в кінці кожного навантаження (за останні 60 с) визначають ЧСС
C. в кінці кожного навантаження (за останні 20 с) визначають ЧСС
D. на початку кожного навантаження
E. ЧСС визначається постійно при проведенні тесту
81. У здорових нетренованих чоловіків величина PWC_{170} коливається в межах
A. 80-100 Вт
B. 100-120 Вт
C. *120-180 Вт
D. 150-200 Вт
E. 200-220 Вт
82. Який з цих тестів слід віднести до тестів з максимальним навантаженням?
A. Гарвардський степ-тест
B. *тест Наваккі
C. тест PWC_{170} за допомогою велоергометра
D. тест Купера
E. пробу Руф'є
83. Якої величини будуть енергетичні затрати при ЧСС 100-120 за хв.?
A. 2,5-5
B. *5-7,5
C. 7,5-10
D. 10-12,5
E. 12,5-15
84. Кого слід зарахувати до спеціальної медичної групи Б?
A. особи з хронічними захворюваннями, які стоять на диспансерному обліку
B. *особи з незворотніми захворюваннями опорно-рухового апарату (інваліди)
C. особи середнього та похилого віку без відхилень у стані здоров'я
D. практично здорові або з незначними відхиленнями в стані здоров'я
E. особи з захворюванням серцево-судинної системи
85. Які переваги максимальних навантажень?
A. *виявляє істинні можливості організму і його функціональні резерви
B. доступність для обстежуваних
C. не викликає надмірної втоми
D. можливістю розвитку ускладнень
E. задане навантаження виконується незалежно від суб'єктивного відношення обстежуваного
86. Основні протипоказання для проведення субмаксимальних навантажень:
A. *порушення ритму серцевої діяльності

B. загострення виразкової хвороби
C. синусова брадикардія
D. відновний період на протязі 6-9 місяців після інфаркту міокарду
E. гіпсохромна анемія I ступеня

87. Хворий 50 років страждає серцевою недостатністю III ст, активним ревмокардитом, відмічає часті приступи стенокардії. Чи показане йому проведення субмаксимальних навантажень?

A. Показане
B. *Протипоказане
C. Частково показане
D. Всі відповіді вірні
E. Немає вірної відповіді

88. Пацієнт Б. звернувся до лікаря за медичним висновком щодо занять фізичною культурою. При обстеженні виявлено, що пацієнт здоровий, фізичний розвиток відповідає віку, функціональні можливості відповідають статі. У якій медичній групі повинен займатись пацієнт?

A. *Основній
B. Спеціальній
C. Фізична культура протипоказана
D. Усі відповіді вірні
E. Немає вірної відповіді

89. Хлопчик 10 років скаржиться на головний біль, що виникає після занять фізкультурою,особливо після бігу на довгі дистанції. З боку нервової та серцево-судинної системи патологічних змін не виявлено. Які порушення фізичного розвитку можуть бути причиною головного болю у хлопчика?

A. *Сколіоз.
B. Надмірна маса тіла.
C. Високий зріст.
D. Порушення форми ніг.
E. Знижена маса тіла.

90. Жінка К., 40 років протягом десяти років хворіє гіпотонічною хворобою, має бажання займатися лікувальною фізкультурою. Що з наведеного є протипоказом до цього?

A. Гіпотонічний криз
B. Порушення серцевого ритму
C. Серцевий біль
D. Запаморочення
E. *Всі відповіді вірні.

91. Під час тренування футболіст А. отримав травму - повний розрив Ахіллового сухожилля. Який тип лікування потребує футболіст:

A. консервативного
B. *оперативного
C. в залежності від виду спорту
D. мануальної терапії
E. фізіотерапії

92. Спортсмен проводить інтенсивні тренування з легкої атлетики при підготовці до змагань. У нормі протеїнурія після інтенсивного фізичного навантаження повинна знакати, не пізніше ніж:

A. 72 годин
B. *48 годин
C. 24 годин
D. 12 годин
E. 6 годин

93. При проведенні візуального спостереження за впливом фізичних навантажень на пацієнта О., протягом заняття ЛФК, виявлено: незначне почервоніння шкіри, почащення дихання, невисока пітливість, досліджуваний безпомилково виконує вказівки інструктора, не пред'являє ніяких скарг. Який рівень втоми у досліджуваного?

A. Високий
B. Середній.
C. *Незначний.
D. Втоми нема.
E. Бадьорий.

94. Студент після захворювання на пневмонію приступив до навчання. На який термін він має бути тимчасово звільнений від занять фізичною культурою?

A. 1 тиж.
B. *4-8 тиж.
C. 2 тиж.
D. 1,5 тиж.
E. 2-4 тиж.

95. Після дослідження стану здоров’я учня П., його було призначено в підготовчу групу для занять фізичною культурою. Які фізичні навантаження може виконувати учень?

A. Звільнений від занять фізичною культурою.
B. Займається за спец. програмою.
C. Займається по програмах, затверджених для навчальних закладів; Здає нормативи у більш пізні терміни.
D. Не здає нормативів.
E. Займається по програмах затверджених МОЗ

96. Студент М. після перенесеної ангіни з дозволу лікаря приступив до занять фізичними вправами через 1тиж. після хвороби. Вкажіть помилку лікаря?

A. *Звільнений від занять фізичною культурою на 2-4 тиж.
B. Звільнений від занять фізичною культурою на 4-8 тиж.
C. Звільнений від занять фізичною культурою на 1.5 тиж.
D. Звільнений від занять фізичною культурою на 2 тиж.
E. Звільнений від занять фізичною культурою на 20 тиж.

97. Фізкультурник початківець 40 років виконував фізичні вправи, частота серцевих скорочень у нього становила 160, яка максимальна частота серцевих скорочень у нормі?

A. 180
B. 130
C. *140
D. 150
E. 160

98. Пацієнт В., виконує фізичні вправи, що розвивають витривалість. Який час відпочинку має бути між вправами?

A. 3-4 хв.
B. 5-10 хв.
C. *5-6 хв.
D. 6-8 хв.
E. 1-2 хв.

99. Пацієнтка А., займалася їздою на велосипеді з швидкістю 8 км/год, яку кількість енергії витратила пацієнтка?

A. 17,5 кДж/хв.
B. 16 кДж/хв.
C. Жодна відповідь неправильна
D. 20 кДж/хв.
E. *18,9 кДж/хв.

100. Студент А., грав баскетбол, яку кількість енергії витратив пацієнт?

A. 20 кДж/хв.
B. *47 кДж/хв.
C. 25 кДж/хв.
D. 31 кДж/хв.
E. 45 кДж/хв.

101. Хворий А, член збірної команди, поставлений на диспансерний огляд, його результати обстежень потрібно записати у:

A. Медичну карту
B. Амбулаторну карту
C. Стаціонарну карту
D. Контрольну карту
E. Лікарсько-контрольну карту диспансерного спостереження спортсмена

102. Хворий Б, звернувся у диспансер із скаргами на болі у черевній порожнині, лікар повинен розпочати обстеження з:

A. *Вивчення скарг хворого
B. Пальпації
C. Перкусії
D. Аускультації
E. Всі відповіді правильні

103. Пацієнт Б. звернувся до лікаря за медичним висновком щодо занять фізичною культурою. При обстеженні виявлено, що пацієнт здоровий, фізичний розвиток відповідає віку, функціональні можливості відповідають статі. У якій медичній групі повинен займатись пацієнт?

A. *Основній
B. Спеціальній

C. Фізична культура протипоказана
D. Усі відповіді вірні
E. Немає вірної відповіді

104. При обстеженні хворого А. лікар виявив асиметрію: лінія плечей знижена в лівий бік, нижній кут лопатки наближається до хребта. Що виявлено у хворого?

A. *Сколіоз
B. Округла спина
C. Плоска спина
D. Правильно А і В
E. Немає вірної відповіді

105. При обстеженні пацієнта С. було виявлено, що коліна дотикаються, а між гомілково-стопними суглобами є відстань. Яка форма ніг у хворого?

A. О-подібна
B. *Х-подібна
C. Ноги прямі
D. Усі відповіді вірні
E. Немає правильної відповіді

106. При обстеженні пацієнта 35-ти років лікар звернув увагу, що епігастральний кут гострий, форма грудної клітки плоска, довгі кінцівки та шия, вузькі плечі, крилоподібні лопатки. Який тип тілобудови?

A. *Астенічний
B. Нормостенічний
C. Гіперстенічний
D. Жодна відповідь не правильна
E. Усі відповіді правильні

107. Хворий 50 років страждає серцевою недостатністю III ст, активним ревмокардитом, відмічає часті приступи стенокардії. Чи показане йому проведення субмаксимальних навантажень?

A. Показане
B. *Протипоказане
C. Частково показане
D. Всі відповіді вірні
E. Немає вірної відповіді

108. Хворий Б. часто хворіє простудними захворюваннями. Лікар порадив йому проводити водне загартовування. Яким чином доцільно розпочинати загартовування?

A. Одразу водні процедури холодною водою
B. Одразу водні процедури теплою водою
C. Спочатку обтирання вологим рушником, тоді водні процедури.
D. Сухе обтирання, вологе обтирання, водні процедури холодною водою
E. *Сухе обтирання, вологе обтирання, водні процедури водою температури 36^0 С з поступовим зниженням

109. У хворого Б. 10-ти років лікар виявив порушення постави. Що потрібно призначити пацієнту для виховання і закріплення навику правильної постави?
A. Баскетбол
B. *Носіння на голові різних предметів (балансування)
C. Футбол
D. Гімнастика
E. Вірної відповіді немає.
110. Мати звернулась до лікаря внаслідок того, що помітила деформацію хребта сина 7 років. Лікар виявив сколіоз II ступеня. Який кут викривлення характерний для цієї ступеня викривлення?
A. 15^0
B. *25^0
C. 45^0
D. 60^0
E. 70^0
111. Хлопець 20 років, під час занять з баскетболу пошкодив коліно, раптово відчув локальну болючість в області суглобової щілини, біль посилювався при повороті гомілки, «блокаду» (обмеження рухів у колінному суглобі). Діагностовано частковий розрив медіального меніска. Ваші рекомендації?
A. Операція видалення меніска
B. Вичікувальна тактика
C. *Лікувальна гімнастика в формі полегшених вправ на пошкоджену кінцівку
D. Правильно А і В
E. Немає вірної відповіді
112. Школяр 10 років проходить курс лікувальної фізкультури після травми в плечовому суглобі. На основі якого принципу визначають дозованість вправ?
A. *Кількість вправ підбираються індивідуально
B. Кількість вправ стандартна для даного віку
C. Кількість і тривалість вправ повинні бути максимальними
D. Немає вірної відповіді
E. Лікувальна фізкультура не показана
113. При первинному медичному обстеженні дівчинка 12 років скаржиться на біль в колінних суглобах після занять з фізичного виховання. Які порушення фізичного розвитку можуть сприяти виникненню болю:
A. порушення форми ніг;
B. *порушення форми стоп;
C. порушення форми спини;
D. сколіоз;
E. зниження тонусу м’язів гомілки.
114. Вкажіть, які в першу чергу необхідно провести обстеження першокурснику, в якого маса тіла 86 кг, ріст 166 см. Підвищена маса тіла з 11 років. В сім’ї мають нахил до повноти мати та молодша сестра. Артеріальний тиск при обстеженні був 140/90 мм рт.ст. Вивчення стану:

A. серцево-судинної системи;
B. дихальної системи;
C. *ендокринної системи
D. травної ситеми;
E. сечо-статевої системи.

115. Хлопчик 12 років астенічної конституції хоче займатися стрибками у висоту. При обстеженні виявлена плоска стопа. Ваше заключення та рекомендації:
A. займатися можна;
B. заняття не показані;
C. займатися можна з обмеженнями;
D. *займатися можна, але високих спортивних результатів не досягне
E. займатися можна, можливе досягнення високих спортивних результатів.

116. Студентка 1 курсу хоче займатися спортивною гімнастикою. В дитинстві перенесла важку форму рахіту. Чи можна їй займатися спортивною гімнастикою ?
A. *займатися спортивною гімнастикою не можна;
B. займатися можна лише зі значними обмеженнями;
C. займатися можна з незначними обмеженнями;
D. займатися можна без обмежень;
E. необхідно уточнити клінічні прояви.

117. Підліток 14 років займається важкою атлетикою. Скаржиться на зупинку росту. Дайте рекомендації:
A. *заняття припинити;
B. заняття продовжувати;
C. обмежити навантаження;
D. значно зменшити навантаження;
E. провести додаткове обстеження.

118. Хлопчик 11 років хоче прискорити свій ріст. Якими видами спорту ви порадите йому займатися ?
A. легкою атлетикою (біг);
B. *волейболом
C. важкою атлетикою;
D. плаванням;
E. боротьбою.

119. Хворий Т., 56 років перебуває в кардіологічному відділенні лікарні з діагнозом ІХС, гострий дрібновогнищевий інфаркт міокарда лівого шлуночка. При обстеженні встановлено І клас важкості ІМ і призначена 3-тижнева програма реабілітації. В який термін слід призначити ходьбу по коридору?
A. *інивідуально
B. на 8-10 день
C. на 10-18 день
D. на 18-20 день
E. на 20-28 день

120. Хворий К., 62 років перебуває в кардіологічному відділенні лікарні з діагнозом ІХС, гострий дрібновогнищевий інфаркт міокарда лівого шлуночка. При обстеженні встановлено І клас важкості ІМ і призначена 3-тижнева програма реабілітації. В який термін призначається вставання біля ліжка?

A. В 1 день
B. В 2 день
C. В 3 день
D. В 4 день
E. *В 6-7 день

121. Хвора К. протягом десяти років хворіє гіпотонічною хворобою, має бажання займатися лікувальною фізкультурою. Що з наведеного є протипоказом до цього?

A. Гіпотонічний криз
B. Порушення серцевого ритму
C. Серцевий біль
D. Запаморочення
E. *Всі відповіді вірні.

122. У хворої 45 років гіпертонічна хвороба І ст. АТ 170/ 95 . Тривалість занять ЛГ має становити ?

A. 20 хв
B. *25 хв
C. 30 хв
D. 40 хв
E. 80 хв

123. Хворий проходив курс лікувальної фізкультури з приводу патологіїї серцево-судинної системи, які позитивні наслідки мають бути після проведеної терапії:

A. *Покращується діяльність серцево-судинної системи: збільшується систолічний об’єм і зменшується частота серцевих скорочень;
B. Збільшується систолічний об’єм і збільшується частота серцевих скорочень;
C. Зменшується систолічний об’єм і збільшується частота серцевих скорочень;
D. Зменшується систолічний об’єм і зменшується частота серцевих скорочень;
E. Позитивних наслідків немає.

124. Хворий поступив на прийом до лікаря ЛФК для запису на проходження певних вправ. Перший документ куди лікар має записати дані про пацієнта це:

A. *Журнал обліку хворих;
B. Зошит для обліку процедур;
C. Журнал для обліку відівідувань;
D. Зошит або журнал з призначеннями;
E. Віповідний запис у історію хвороби пацієнта.

125. Хворому Д., який 5 років страждає Гіпертонічною хворобою 1 ст., в додачу до основної терапії призначено комплекс вправ. Яку мету переслідував лікар, рекомендуючи ЛФК?

A. поліпшити коронарний та переферичний кровообіг,
B. посилити скоротливу здатність серцевого м’яза,
C. запобігти прогресуванню атеросклерозу,
D. економізувати діяльність міокарда з метою зниження потреби в кисні,
E. *все з переліченого вірно

126. Хворому Х., який вже 10 років страждає гіпотонічною хворобою, лікар-кардіолог в додачу до основної терапії призначив дихальні вправи, які активізують симпатико-адреналову систему (підвищують АТ, ЧСС та збільшують коефіцієнт поглинання кисню тканинами). У якій частині дихального акту хворому рекомендовано затримувати дихання?

A. на висоті видиху,
B. на початку видиху,
C. *на висоті вдиху,
D. на початку вдиху,
E. не має значення.

127. Хворому після інфаркту міокарда була призначена лікувальна гімнастика: темп виконання вправ повільний, кожну вправу повторювати 3-4 рази, тривалість занять3-5 хв. Про що забув вказати лікар?

A. *Вихідне положення лежачи на спині.
B. Вихідне положення стоячи
C. Вихідне положення сидячи.
D. Вихідне положення не має значення.
E. Правильної відповіді немає.

128. Хворому М. 50 р, що переніс інфаркт міокарда, було рекомендовано дозовані фізичні навантаження. Які форми ЛФК можна використати?

A. Заняття в спортзалі
B. Теніс.
C. *Лікувальна гімнастика, ранкова гігієнічна гімнастика.
D. Футбол.
E. Верхова їзда.

129. У хворого гіпертонічна хвороба 1ст., лікар призначив йому загальнотонізуючі вправи для середніх та великих м’язових груп; тривалість занять 25 хв. Вкажіть помилку лікаря?

A. тривалість занять 20хв.
B. тривалість занять25хв.
C. *тривалість занять 40-60хв.
D. тривалість занять 15хв.
E. жоден з варіантів.

130. Пацієнт 60 років, на протязі 10 років хворіє цукровим діабетом І типу. З якою метою лікар призначив масаж?

A. *Підвищення обміну речовин
B. Зниження обміну речовин
C. Підвищення концентрації глюкози в крові
D. Всі відповіді вірні
E. Немає вірної відповіді

131. Лікар призначив хворому, що страждає подагрою на протязі 5 років лікувальний масаж. На яку ділянку тіла лікар призначив масаж?

A. *На ділянку відповідних суглобів і м’язів
B. На ділянку грудної клітки
C. На ділянку серцевого м’язу
D. Всі відповіді вірні
E. Немає вірної відповіді

132. Хворий 55 років страждає пневмосклерозом. З анамнезу життя – 7 років працював гірником. Лікар призначив масаж грудної клітки і м’язів спини. З якою метою лікар призначив масаж?

A. *З лікувальною метою
B. З профілактичною метою
C. З діагностичною метою
D. Правильної відповіді немає
E. Всі відповіді вірні

133. Гастроентеролог призначив пацієнту, що хворіє гастритом тип В з підвищеною секреторною активністю шлунку масаж живота. Яка правильна методика проведення масажу живота?

A. Активний масаж
B. Помірний масаж
C. Поверхневий масаж
D. Правильна відповідь А і В
E. *Правильна відповідь В і С

134. Гастроентеролог призначив пацієнту, що хворіє гастритом типу А із зниженою секреторною активністю масаж передньої стінки живота. Яка правильна методика проведення масажу живота?

A. *Активний масаж
B. Помірний масаж
C. Поверхневий масаж
D. Правильна відповідь А і В
E. Правильна відповідь В і С

135. Лікар, проводячи лікувальний масаж, виконує прийоми прогладжування і розтирання. Вкажіть яку дію чинять дані прийоми на нервову систему?

A. Заспокійлива
B. Збуджують реактивність нервової системи
C. Знижують реактивність нервової системи
D. *Правильна відповідь А і С
E. Правильна відповідь В

136. Лікар, проводячи лікувальний масаж, виконує прийоми постукування і вібрації. Вкажіть яку дію чинять дані прийоми на нервову систему?

A. Заспокійлива
B. *Збуджують реактивність нервової системи
C. Знижують реактивність нервової системи
D. Правильна відповідь А і С
E. Правильна відповідь В і С

137. Хворому з гострою пневмонією призначено дренуючий масаж. Вкажіть правильну послідовність прийомів при проведенні лікувального масажу?

A. *Погладжування, розтирання, розминання, вібрація
B. Погладжування, розминання, розтирання, вібрація
C. Погладжування, вібрація, розминання, розтирання
D. Розтирання, погладжування, розтирання, вібрація
E. Вібрація, розминання, погладжування, розтирання

138. Лікар проводячи лікувальний масаж виконує прийом постукування. Вкажіть яку дію на організм чинить даний прийом?

A. Підвищує збудливість периферичних нервів
B. Посилює трофіку м'язів
C. Знижує збудливість периферичних нервів
D. Знижує трофіку м'язів
E. *Правильна відповідь А і В

139. Лікар проводячи лікувальний масаж виконує прийом погладжування. Вкажіть яку дію на організм чинить даний прийом?

A. Пришвидшує тік лімфи, артеріальної і венозної крові
B. Знижує температуру тіла на 0,2 градуси за Цельсієм
C. Підвищує температуру тіла на 0,2 градуси за Цельсієм
D. *Правильна відповідь А і С
E. Правильна відповідь В

140. Хворий С 50 років, із надмірною масою тіла скаржиться на: задишку, швидку втомлюваність при прискореній ходьбі, підйомі по сходах, зниження працездатності, що є ознаками дистрофії міокарда. Від чого буде залежати методика лікувальної фізкультури для даного хворого?

A. Від стану серцево-судинної системи
B. Від віку пацієнта
C. Від ступеня пристосованості хворого до фізичних навантажень
D. Правильні відповіді А і В
E. *Всі відповіді правильні

141. Хворий 54 років після перенесеного інфаркту міокарда направлений на проходження комплексу лікувальних вправ. Що в першу чергу повинен зробити лікар ЛФК?

A. *Здійснити огляд пацієнта, зібрати анамнез
B. Відразу перейти до виконання вправ
C. Визначити тип тілобудови хворого
D. Жодної вірної відповіді
E. Всі відповіді вірні

142. Хвора 50 років страждає на хронічний гломерулонефрит. Чи показаний їй масаж на ділянку спини?

A. Показаний паралельно з медикаментозним лікуванням у фазі загострення
B. *Показаний лише у фазі ремісії
C. Вірно А і В
D. Жодної вірної відповіді
E. Масаж протипоказаний

143. Мати хлопчика 1,5 року звернулась в лікарню із скаргами на те, що дитина не ходить. Після огляду виявлено деформацію ніг призначено лікувальну фізкультуру. В якій формі проводиться сеанс лікувальних вправ для цієї дитини?

A. *Вправи проводяться у формі гри і носять характер активних вправ із допомогою, що передуються із масажем
B. Як і для дорослих
C. Вірно А і В
D. Жодної вірної відповіді
E. Лікувальна фізкультура не показана

144. У пацієнтки 30-років виявлено ревматичне ураження серцево-судинної системи. Лікувальна фізкультура при ревматичному ураженні серцево-судинної системи спрямована на

A. Відновлення порушених функцій ЦНС
B. Підвищення збудливості кори головного мозку
C. Рухливість нервових процесів
D. *Усі відповіді вірні
E. Жодної вірної відповіді

145. У жінки 40-ка років діагностовано цукровий діабет. У комплексі лікувальних заходів певне місце відводиться лікувальній фізкультурі. Основними протипоказаннями являються

A. Усі тяжкі форми діабету
B. Швидка втомлювальність
C. Виражені порушення у різних органах і системах
D. *Усі відповіді вірні
E. Жодної відповіді вірної

146. У жінки 38-років діагностовано цукровий діабет. У комплекс лікувальних заходів лікар призначив лікувальну фізкультуру. Особливості методики проведення занять

A. Лікувальну фізкультуру рекомендується проводити безпосередньо післля введення хворій інсуліну
B. Заняття лікувальною гімнастикою не повинно втомлювати
C. Необхідно до і після занять хворій виміряти пульс, АТ і записати ці дані у історію хвороби
D. *Усі відповіді вірні
E. Жодної відповіді вірної

147. У хворого С. 30-ти років виразкова хвороба шлунка. Через скільки часу після зникнення гострого болю можна проводити фізичні навантаження?

A. У перший день
B. *Через 2-5 днів
C. Через 3-4 дні
D. Через 7-10 днів
E. Через 5-6 днів.

148. У хворого О. діагностовано відшарування сітківки. Яким чином відбувається правильне виконання ЛФК при даній патології?

A. *Не проводиться взагалі
B. Проводиться у одне заняття на добу.
C. У 2 заняття на добу.
D. У 3 заняття на добу.
E. 2 рази на добу кожних 2 дні.

149. У хворого М. виявлено виразку шлунку. Чи показана такому хворому лікувальна фізкультура. Якщо так, то скільки вона повинна тривати?

A. У жодному разі не показана
B. Показана протягом 3-х днів
C. Показана 2 місяці
D. *Показана не менше 2-х тижнів
E. У день перед операцією

150. Пацієнт 60 років, на протязі 10 років хворіє цукровим діабетом I типу. З якою метою лікар призначив масаж?

A. *Підвищення обміну речовин
B. Зниження обміну речовин
C. Підвищення концентрації глюкози в крові
D. Всі відповіді вірні
E. Немає вірної відповіді

151. Лікар призначив хворому, що страждає подагрою на протязі 5 років лікувальний масаж. На яку ділянку тіла лікар призначив масаж?

A. *На ділянку відповідних суглобів і м’язів
B. На ділянку грудної клітки
C. На ділянку серцевого м’язу
D. Всі відповіді вірні
E. Немає вірної відповіді

152. Хворий 55 років страждає пневмосклерозом. З анамнезу життя – 7 років працював гірником. Лікар призначив масаж грудної клітки і м’язів спини. З якою метою лікар призначив масаж?

A. *З лікувальною метою
B. З профілактичною метою
C. З діагностичною метою
D. Правильної відповіді немає
E. Всі відповіді вірні

153. Гастроентеролог призначив пацієнту, що хворіє гастритом тип В з підвищеною секреторною активністю шлунку масаж живота. Яка правильна методика проведення масажу живота?

A. Активний масаж
B. Помірний масаж
C. Поверхневий масаж
D. Правильна відповідь А і В
E. *Правильна відповідь В і С

154. В міській поліклініці працює 23 лікарі. Чи дозволена в даному лікувальному закладі ставка лікаря по лікувальній фізкультурі?

A. *Ні, тому що ставка лікаря по ЛФК дозволяється, коли в поліклініці є 40 і більше лікарських ставок.
B. Ні, тому що ставка лікаря по ЛФК дозволяється, коли в поліклініці є 25 і більше лікарських ставок.
C. Ні, тому що ставка лікаря по ЛФК дозволяється, коли в поліклініці є 28 і більше лікарських ставок.
D. Ні, тому що ставка лікаря по ЛФК дозволяється, коли в поліклініці є 30 і більше лікарських ставок.
E. Ні, тому що ставка лікаря по ЛФК дозволяється, коли в поліклініці є 35 і більше лікарських ставок.

155. Хворий М., 52 років перебуває в кардіологічному відділенні лікарні з діагнозом ІХС, гострий дрібновогнищевий інфаркт міокарда лівого шлуночка. При обстеженні встановлено І клас важкості ІМ. Форми ЛФК, показані хворому на ліжковому режимі:
A. *Лікувальна гімнастика, індивідуальні завдання для самостійних занять
B. Ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна гімнастика
C. Індивідуальні завдання для самостійних занять, ранкова гігієнічна гімнастика
D. Індивідуальні завдання для самостійних занять, піші прогулянки
E. Ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна гімнастика, піші прогулянки

156. Хворий М., 52 років перебуває в кардіологічному відділенні лікарні з діагнозом ІХС, гострий дрібновогнищевий інфаркт міокарда лівого шлуночка. При обстеженні встановлено І клас важкості ІМ. Форми ЛФК, показані хворому на палатному режимі:
A. *Ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна гімнастика, індивідуальні завдання для самостійних занять
B. Ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна гімнастика
C. Індивідуальні завдання для самостійних занять, ранкова гігієнічна гімнастика
D. Індивідуальні завдання для самостійних занять, піші прогулянки
E. Ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна гімнастика, піші прогулянки

157. Хворий М., 52 років перебуває в кардіологічному відділенні лікарні з діагнозом ІХС, гострий дрібновогнищевий інфаркт міокарда лівого шлуночка. При обстеженні встановлено І клас важкості ІМ. Форми ЛФК, показані хворому на вільному режимі:
A. *Ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна гімнастика, індивідуальні завдання для самостійних занять, піші прогулянки
B. Ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна гімнастика
C. Індивідуальні завдання для самостійних занять, ранкова гігієнічна гімнастика
D. Індивідуальні завдання для самостійних занять, піші прогулянки
E. Ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна гімнастика, піші прогулянки

158. Хворому Д., який 5 років страждає Гіпертонічною хворобою 1 ст., в додачу до основної терапії призначено комплекс вправ. Чи є протипоказом для призначення ЛФК дихальна аритмія

A. *Ні
B. Так
C. Тимчасовий протипоказ
D. Постійний протипоказ
E. Всі відповіді вірні

159. Хвора Н., 55 років. Діагноз при поступленні: ІХС. Гострий трансмуральний передній та боковий інфаркт міокарда лівого шлуночка. Больовий синдром купувався на другу добу. Ускладнення відсутні. Визначити програму реабілітації хворої на третій день.

A. *3-я програма реабілітації
B. 1-а програма реабілітації
C. 2-а програма реабілітації
D. 4-а програма реабілітації
E. 5-а програма реабілітації

160. Хвора Н., 55 років. Діагноз при поступленні: ІХС. Гострий трансмуральний передній та боковий інфаркт міокарда лівого шлуночка. Больовий синдром купувався на другу добу. Ускладнення відсутні. Які форми ЛФК потрібно проводити з хворою на третій день.

A. *Проводять дихальну гімнастику, поворот на бік. ЛФК-І.
B. Проводять дихальну гімнастику, поворот на бік, пасивне присаджування ЛФК-І.
C. Проводять дихальну гімнастику, поворот на бік, пасивне присаджування ЛФК-2.
D. Проводять дихальну гімнастику, поворот на бік, активне присаджування ЛФК-І.
E. Проводять дихальну гімнастику, поворот на бік, активне присаджування ЛФК-2.

161. Хвора Н., 55 років. Діагноз при поступленні: ІХС. Гострий трансмуральний передній та боковий інфаркт міокарда лівого шлуночка. Больовий синдром купувався на другу добу. Ускладнення відсутні. Коли можна призначити лікувальну фізкультуру

A. *Після купування больового синдрому
B. В 1 добу лікування
C. На 2 добу лікування
D. На 3 добу лікування
E. На 4 добу лікування

162. Хворий К., 46 років. Поступив в реанімаційне відділення з діагнозом: ІХС. Гострий великовогнищевий інфарк міокарда передньої, бокової стінки, та верхівки. Стан клінічної смерті. Дефібриляція проводилась двічі. Шостий день від інфаркта. Больовий синдром купувався після дефібриляції. Скарг немає. Динаміка на ЕКГ позитивна. Визначити програму реабілітації хворого.

A. 1-а програма реабілітації
B. 2-а програма реабілітації
C. 3-а програма реабілітації

D. *4-а програма реабілітації
E. 5-а програма реабілітації

163. Хворий К., 46 років. Поступив в реанімаційне відділення з діагнозом: ІХС. Гострий великовогнищевий інфарк міокарда передньої, бокової стінки, та верхівки. Стан клінічної смерті. Дефібриляція проводилась двічі. Шостий день від інфаркта. Больовий синдром купувався після дефібриляції. Скарг немає. Динаміка на ЕКГ позитивна. Коли можна призначити лікувальну фізкультуру
A. *Після купування больового синдрому
B. На 3 добу лікування
C. На 4 добу лікування
D. На 5 добу лікування
E. На 6 добу лікування

164. Хворий К., 46 років. Поступив в реанімаційне відділення з діагнозом: ІХС. Гострий великовогнищевий інфарк міокарда передньої, бокової стінки, та верхівки. Стан клінічної смерті. Дефібриляція проводилась двічі. Шостий день від інфаркта. Больовий синдром купувався після дефібриляції. Скарг немає. Динаміка на ЕКГ позитивна. Які форми ЛФК потрібно проводити з хворою на 6 день.
A. Проводять дихальну гімнастику, поворот на бік. ЛФК-І.
B. *Проводять дихальну гімнастику, поворот на бік, пасивне присаджування ЛФК-І.
C. Проводять дихальну гімнастику, поворот на бік, пасивне присаджування ЛФК-2.
D. Проводять дихальну гімнастику, поворот на бік, активне присаджування ЛФК-І.
E. Проводять дихальну гімнастику, поворот на бік, активне присаджування ЛФК-2.

165. Хвора Н., 55 років. Діагноз при поступленні: ІХС. Гострий трансмуральний передній та боковий інфаркт міокарда лівого шлуночка. Больовий синдром купувався на другу добу. Ускладнення відсутні. Які форми ЛФК потрібно проводити з хворою на ліжковому режимі.
A. *Сідати, вставати біля ліжка, повертатись на бік в ліжку, ЛФК-І.
B. Ходити по коридору, ЛФК-І.
C. Ходити 200 м, ЛФК-2.
D. Ходити по палаті, ЛФК-І.
E. Проводять дихальну гімнастику, поворот на бік, активне присаджування ЛФК-2.

166. Хвора Н., 55 років. Діагноз при поступленні: ІХС. Гострий трансмуральний передній та боковий інфаркт міокарда лівого шлуночка. Больовий синдром купувався на другу добу. Ускладнення відсутні. Що є об’єктивними показами для переведення хворої на палатний режим?
A. *адекватна реакція на попередні види навантаження та наближення ST до ізолінії
B. купування больового синдрому

C. адекватній реакції на попередні види навантаження та при появі рубцевих змін на ЕКГ
D. наближення ST до ізолінії
E. адекватна реакція на попередні види навантаження

167. Хвора Н., 55 років. Діагноз при поступленні: ІХС. Гострий трансмуральний передній та боковий інфаркт міокарда лівого шлуночка. Больовий синдром купувався на другу добу. Ускладнення відсутні. Що є об'єктивними показами для переведеня хворої на вільний режим?
A. *адекватній реакції на попередні види навантаження та при появі рубцевих змін на ЕКГ
B. купування больового синдрому
C. адекватна реакція на попередні види навантаження та наближення ST до ізолінії
D. наближення ST до ізолінії
E. адекватна реакція на попередні види навантаження

168. У жінки 30-ти років діагностовано крупозну пневмонію. Застосування антибіотиків дало можливість ефективно боротися із цим захворюванням. Інтенсивно проведено лікування гострої пневмонії з широким і раннім застосуванням лікувальної гімнастики попереджує рецидив захворювання. Лікувальна гімнастика при гострих пневмоніях показано в стадії:
A. *Розрішення безпосередньо після зменшення t^0 тіла.
B. Стадія червоного спечінкування
C. Стадія сірого спечінкування
D. Усі відповіді вірні.
E. Жодної відповіді вірної

169. Мужчина К., 56 років. Після вираженого емоційного навантаження відмічає інколи підвищення тиску з 130/80 до 160/90, яке минає самостійно. Батьки хворіють гіпертонічною хворобою. Які форми оздоровчої фізкультури Ви б рекомендували?
A. *оздоровчий біг
B. гру в бадмінтон
C. гру у великий теніс
D. гру в настільний теніс
E. гру в баскетбол

170. Мужчина К., 56 років. Після вираженого емоційного навантаження відмічає інколи підвищення тиску з 130/80 до 160/90, яке минає самостійно. Батьки хворіють гіпертонічною хворобою. Любить грати з товаришами в бадмінтон. Переважно виграє. Програші переживає. Чи бажано йому займатись бадмінтоном?
A. *Ні
B. Так
C. Так, але з короткими періодами відпочинку
D. Так, але з довгими періодами відпочинку
E. 2 рази на тиждень

171. Жінка Л., 54 роки. Стан здоров'я, фізичний розвиток, функціональні можливості відповідають віку. До яких показників пульсу можна давати навантаження?
A. *До пульсу 126 уд/хв.
B. До пульсу 130 уд/хв.
C. До пульсу 136 уд/хв.
D. До пульсу 140 уд/хв.
E. До пульсу 166 уд/хв.
172. Жінка Л., 54 роки. Стан здоров'я, фізичний розвиток, функціональні можливості відповідають віку. Чи можна дихати ротом під час бігу, коли носового дихання не достатньо і хочеться дихати ротом?
A. *Ні
B. Так
C. Так, але з короткими періодами відпочинку
D. Так, але з довгими періодами відпочинку
E. 2 рази на тиждень
173. Спортсмен М., 20 років. 1-й розряд з легкої атлетики (біг на короткі дистанції). Скаржиться на стабільне зниження результатів, незважаючи на підвищення фізичної ефективності тренувань протягом останніх 6 місяців. При обстеженні виявилось, що фізична працездатність (по тесту PWC_{170}) знизилась за цей час з 340 до 300 Вт. Визначити можливі причини такої ефективності тренувань.
A. *у спортсмена 2 степінь перетренованості
B. у спортсмена пік фізичної тренованості
C. у спортсмена недотренованості
D. у спортсмена 3 степінь перетренованості
E. у спортсмена 1 степінь перетренованості
174. Спортсмен М., 20 років. 1-й розряд з легкої атлетики (біг на короткі дистанції). Скаржиться на стабільне зниження результатів, незважаючи на підвищення фізичної ефективності тренувань протягом останніх 6 місяців. При обстеженні виявилось, що фізична працездатність (по тесту PWC_{170}) знизилась за цей час з 340 до 300 Вт. Дайте рекомендації.
A. *зменшити навантаження на тренуваннях.
B. збільшити навантаження на тренуваннях.
C. вдвічі збільшити навантаження на тренуваннях.
D. припинити тренування
E. тренуватись 2 рази на день
175. Студент С., 20 років. Стан здоров'я, фізичний розвиток відповідають віку. При проведенні функціональної проби Мартіне виявилось, що після 20 присідань АТ піднявся від 130/85 до 180/100 мм. рт. ст. Відновився на 5-й хвилині. Збудливість пульсу 95%. Час відновлення пульсу 4 хвилини. Визначіть медичну групу для занять фізкультурою.
A. *Підготовча
B. Основна
C. Спеціальна А

D. Спеціальна Б
E. Всі відповіді вірні

176. Студент С., 20 років. Стан здоров'я, фізичний розвиток відповідають віку. При проведенні функціональної проби Мартіне виявилось, що після 20 присідань АТ піднявся від 130/85 до 180/100 мм. рт. ст. Відновився на 5-й хвилині. Збудливість пульсу 95%. Час відновлення пульсу 4 хвилини. В якого спеціаліста студенту необхідно додатково обстежитись?
A. *додаткове обстеження кардіолога
B. додаткове обстеження ендокринолога
C. додаткове обстеження невропатолога
D. додаткове обстеження травматолога
E. додаткове обстеження гастроентеролога

177. Студент С., 20 років. Стан здоров'я, фізичний розвиток відповідають віку. При проведенні функціональної проби Мартіне виявилось, що після 20 присідань АТ піднявся від 130/85 до 180/100 мм. рт. ст. Відновився на 5-й хвилині. Збудливість пульсу 95%. Час відновлення пульсу 4 хвилини.Дайте оцінку реакції на пробу Мартіне та визначіть медичну групу для занять фізкультурою.
A. *гіпертонічний тип реакції
B. дистонічний тип реакції
C. астенічний тип реакції
D. нормотонічний тип реакції
E. ступінчатий тип реакції

178. Визначити медичну групу для занять фізкультурою студента Ч.,22 роки, якщо бронхіальна астма, важка форма з гострими приступами
A. Підготовча
B. Основна
C. Спеціальна А
D. Спеціальна Б
E. *Показані заняття ЛФК

179. Визначити медичну групу для занять фізкультурою студента Ч.,22 роки, якщо практично здоровий. Фізичний розвиток відповідає віку, функціональні можливості хороші
A. Підготовча
B. *Основна
C. Спеціальна А
D. Спеціальна Б
E. Показані заняття ЛФК

180. Визначити медичну групу для занять фізкультурою студента Ч.,22 роки, якщо незначні відхилення в стані здоров'я (міопія без змін на очному дні). Фізичний розвиток і функціональні можливості хороші.
A. Підготовча
B. *Основна
C. Спеціальна А
D. Спеціальна Б

E. Показані заняття ЛФК

181. Визначити медичну групу для занять фізкультурою студента Ч.,22 роки, якщо практично здоровий з недостатнім фізичним розвитком і зниженими функціональними можливостями.

A. *Підготовча
B. Основна
C. Спеціальна А
D. Спеціальна Б
E. Показані заняття ЛФК

182. Визначити медичну групу для занять фізкультурою студента Ч., 22 роки, якщо через 3 місяці після апендектомії.

A. Підготовча
B. Основна
C. *Спеціальна А
D. Спеціальна Б
E. Показані заняття ЛФК

183. Визначити медичну групу для занять фізкультурою студента Ч., 22 роки, якщо пройшло 3 тижні після перенесеної гострої пневмонії.

A. Підготовча
B. Основна
C. *Спеціальна А
D. Спеціальна Б
E. Показані заняття ЛФК

184. Визначити медичну групу для занять фізкультурою студента Ч., 22 роки, якщо пройшло 8 тижнів після перенесеної гострої пневмонії.

A. Підготовча
B. *Основна
C. Спеціальна А
D. Спеціальна Б
E. Показані заняття ЛФК

185. Визначити медичну групу для занять фізкультурою студента Ч., 22 роки, якщо пройшло 10 тижнів після перелому діафіза плеча.

A. Підготовча
B. Основна
C. *Спеціальна А
D. Спеціальна Б
E. Показані заняття ЛФК

186. Визначити медичну групу для занять фізкультурою студента Ч., 22 роки, якщо відмічається вкорочення ноги після перенесеного остеомієліту.

A. Підготовча
B. Основна
C. Спеціальна А
D. *Спеціальна Б
E. Показані заняття ЛФК

187. Щільність заняття групи легкої атлетики, де займались спортсмени П-го спортивного розряду /період тренувального процесу - основний/, була 50%. Яка щільність заняття повинна бути в цій групі спортсменів для досягнення спортивних
A. *не менше 80%.
B. не менше 60%.
C. не менше 70%.
D. не менше 90%.
E. не менше 75%.
188. В процесі тренувань спортсменки протягом 1 тижня відмічається відсутність росту спортивних результатів.це характерно для хронічного перенапруження:
A. *першої стадії
B. другої стадії
C. третьої стадії
D. всі відповіді вірні
E. всі відповіді не вірні
189. Під час обстеження підлітка лікар виявив сколіоз. Вкажіть, що не відноситься до зовнішніх проявів сколіозу
A. *кругла спина;
B. асиметрія трикутників талії;
C. асиметрія шийно-плечових кутів;
D. асиметрія положення лопаток;
E. асиметрія положення гребнів клубових кісток.
190. Під час обстеження лікар виявив сплощені стопи. Який метод використав лікар для дослідження?
A. *Плантографічний по Чижину
B. Динамометричний
C. Антропометричний
D. Усі відповіді вірні
E. Немає правильної відповіді
191. При обстеження хлопчика 10-років виявлено кіфотичну деформацію хребта. В якому відділі найчастіше локалізується кіфоз
A. Поперековому
B. Шийному
C. Крижовому
D. Усі відповіді вірні
E. *Жодної відповіді вірної
192. Який показник визначає функціонильний стан органів дихання при вимірюванні обводу грудної клітки:
A. обвід під час максимального вдиху;
B. обвід під час максимального видиху;
C. обвід в стані спокою;
D. *екскурсія грудної клітки;
E. рухомість нижнього реберного краю

193. Серед групи студентів проведено медичне обстеження. Кого слід зарахувати до основної медичної групи?
A. особи з хронічними захворюваннями, які стоять на диспансерному обліку
B. особи з незворотніми захворюваннями опорно-рухового апарату (інваліди)
C. особи середнього та похилого віку без відхилень у стані здоров'я
D. *практично здорові або з незначними відхиленнями в стані здоров'я, фізичний розвиток та функціональні можливості відповідають віку, статі
E. практично здорові або з незначними відхиленнями в стані здоров'я, фізичний розвиток та функціональні можливості знижені
194. Серед групи студентів проведено медичне обстеження. Кого слід зарахувати до підготовчої медичної групи?
A. особи з хронічними захворюваннями, які стоять на диспансерному обліку
B. особи з незворотніми захворюваннями опорно-рухового апарату (інваліди)
C. особи середнього та похилого віку без відхилень у стані здоров'я
D. практично здорові або з незначними відхиленнями в стані здоров'я, фізичний розвиток та функціональні можливості відповідають віку, статі
E. *практично здорові або з незначними відхиленнями в стані здоров'я, фізичний розвиток та функціональні можливості знижені
195. При обстеження хлопчика 10-років виявлено деформацію хребта. Яка форма спини буде внаслідок збільшення радіусу шийного лордозу та грудного кіфозу до 5 см ?
A. плоска;
B. сплощена;
C. *округла;
D. нормальна;
E. кругло-вігнута
196. Лікар проводить медичний огляд пацієнта. Вкажіть, який критерій не використовується при оцінці конституційного типу тілобудови?
A. розвиток м'язів;
B. епігастральний кут;
C. форма грудної клітки;
D. співвідношення поздовжніх та поперечних розмірів тіла;
E. *трикутники талії;
197. Дівчинка 11 років. Звертає на себе увагу асиметрія шийно-плечових кутів при стоянні. В стійці "струнко" асиметрія не зникає, зникає в положенні вису. Ваше заключення:
A. порушення постави;
B. сколіоз 1-го ступеню;
C. сколіоз 2-го ступеню
D. *сколіоз 3-го ступеню;
E. округла спина.
198. Спортсмен 20 років. Має III розряд з кульової стрільби. Хоче продовжувати займатися для досягнення високих спортивних результатів.

Тренується регулярно. При обстеженні виявлена екскурсія грудної клітки 5 см. Ваші рекомендації:

A. припинити тренування;
B. можна займатися без обмежень;
C. підвищити функціональний стан серцево-судинної системи;
D. *підвищити функціональний стан дихальної системи
E. покращити функціональний стан вегетативної нервової системи.

199. Дівчинка 13 років скаржиться на виникнення головного болю після занять фізичною культурою, особливо після бігу на довгі дистанції. З боку серцево-судинної та нервової системи патології не виявлено. Які порушення фізичного розвитку можуть бути причиною виникнення головного болю ?

A. надмірна маса тіла;
B. зниження маси тіла;
C. порушення форми ніг;
D. порушення форми грудної клітки;
E. *сколіоз

200. Чоловіку 50 років проводять тестування фізичної працездатності. До якої пограничної частоти серцевих скорочень йому можна давати навантаження на велоергометрі при визначенні фізичної працездатності ?

A. *130 уд. в 1 хв
B. 140 уд в 1 хв
C. 150 уд в 1 хв
D. 160 уд в 1 хв
E. 170 уд в 1 хв

201. Дівчина,17 років, має середній фізичний розвиток, скарг немає, фізичною культурою в школі останній рік не займалася, бо обстежувалась з приводу передбачуваного ревматизму. Діагноз не підтвердився. В якій медичній групі для занять фізичною культурою в умовах вузу вона повинна займатися?

A. основній
B. *підготовчій
C. спеціальній групі "А"
D. спеціальній групі "Б"
E. заняття не показані.

202. Студенти 1 курсу пройшли медичний огляд. Відмітьте протипокази для занять з фізичного виховання у вузі в основній медичній групі.

A. сколіоз грудного відділу хребта I ст.
B. карієс
C. незначні відхилення в стані здоров’я
D. *зниження фізичного розвитку
E. порушення постави

203. Фізкультурник проходить медичне обстеження. Укажіть, в якому випадку при медичному обстеженні фізкультурника 18 років необхідна консультація спеціаліста?

A. *хвороба Боткіна в дитинстві
B. кір в ранньому дитинстві
C. апендектомія 4 роки тому
D. пневмонія 1 рік тому.
E. скарлатина в дитинстві.

204. При медичному обстеженні у школяра 12 років виявлено сплощену стопу. Назвіть види спорту, протипоказані при сплощеній стопі?
A. Шахмати
B. плавання на довгі дистанції
C. стрільба
D. *біг на короткі дистанції в легкій атлетиці
E. художня гімнастика.

205. Виявіть клінічну ознаку, яка не вимагає припинення тестування на фізичну працездатність
A. приступ стенокардії при відсутності змін на ЕКГ
B. приступ стенокардії з наявністю змін на ЕКГ
C. *підвищення систолічного тиску на 25 %
D. зниження систолічного артеріального тиску на 25 %
E. безпричинна відмова хвого від продовження проби

206. Виявіть електрокардіографічну ознаку, яка не вимагає припинення тестування на фізичну працездатність
A. *зменшення амплітуди зубця R на 40 % порівняно зі спокоєм
B. зменшення амплітуди зубця R на 50 % порівняно зі спокоєм
C. виражене порушення передсердно-шлуночкової провідності
D. підйом сегмента ST на 0,3 мВ при опущенні його в протилежних відведеннях
E. підйом сегмента ST на 0,4 мВ при опущенні його в протилежних відведеннях.

207. Студент В., 22 роки. Здоровий, маса тіла 75 кг. Якої потужності повинно бути перше навантаження /у ватах/ студенту при проведенні субмаксимального тесту PWC_{170}?
A. *75 Вт
B. 80 Вт
C. 85 Вт
D. 90 Вт
E. 95 Вт

208. Студент В., 22 роки. Здоровий, маса тіла 75 кг. Якої потужності повинно бути друге навантаження /у ватах/ студенту при проведенні субмаксимального тесту PWC_{170}?
A. 75 Вт
B. 80 Вт
C. 115 Вт
D. 130 Вт
E. *150 Вт

209. Студент В., 22 роки. Здоровий, маса тіла 75 кг. Якої потужності повинно бути друге навантаження /у ватах/ студенту при проведенні тесту Наваккі?
A. 75 Вт
B. 80 Вт
C. 125 Вт
D. 130 Вт
E. *150 Вт
210. Студент В., 22 роки. Здоровий, маса тіла 75 кг. Якої потужності повинно бути третє навантаження /у ватах/ студенту при проведенні тесту Наваккі?
A. 75 Вт
B. 140 Вт
C. 155 Вт
D. 180 Вт
E. *225 Вт
211. Студент В., 22 роки. Здоровий, маса тіла 75 кг. Якої потужності повинно бути перше навантаження /у ватах/ студенту при проведенні тесту Наваккі?
A. *75 Вт
B. 80 Вт
C. 85 Вт
D. 90 Вт
E. 95 Вт
212. Студентка Л.,22 роки, маса тіла 56 кг. Здорова. При проведенні субмаксимального тесту PWC-170 після 1-го навантаження ЧСС зросла до 115 уд в 1 хв. Яка буде потужність другого навантаження?
A. 70 Вт
B. 80 Вт
C. *84 Вт
D. 88 Вт
E. 100 Вт
213. Студентка Л.,22 роки, маса тіла 56 кг. Здорова. При проведенні субмаксимального тесту PWC-170 після 1-го навантаження ЧСС зросла до 108 уд в 1 хв. Яка буде потужність другого навантаження?
A. 70 Вт
B. 80 Вт
C. 84 Вт
D. 88 Вт
E. *112 Вт
214. Студент У курсу, 25 років, здоровий. При проведенні Гарвардського степ-тесту на 3 хвилині роботи став збиватися з ритму сходження. Ваші дії?
A. *припинити навантаження
B. продовжувати навантаження

C. зменшити темп сходження на сходинку
D. збільшити темп сходження на сходинку
E. всі відповіді не вірні

215. Студент У курсу, 25 років, здоровий. Для визначення фізичної працездатності проведено Гарвардський степ-тест. Після закінчення проби проводять підрахунок пульсу за перші 30 сек
A. 1, 2, 3 хв
B. *2, 3, 4 хв
C. 3, 4, 5 хв
D. 4, 5, 6 хв
E. 5, 6, 7 хв

216. Студент У курсу, 25 років, здоровий. Для визначення фізичної працездатності проведено Гарвардський степ-тест. Після оцінки отриманих результатів індекс Гарвардського степ-тесту - 50. Фізичну тренованість студента можна оцінити як
A. *погана
B. нижче середньої
C. середня
D. добра
E. відмінна

217. Студент У курсу, 25 років, здоровий. Для визначення фізичної працездатності проведено Гарвардський степ-тест. Після оцінки отриманих результатів індекс Гарвардського степ-тесту - 60. Фізичну тренованість студента можна оцінити як
A. погана
B. *нижче середньої
C. середня
D. добра
E. відмінна

218. Студент У курсу, 25 років, здоровий. Для визначення фізичної працездатності проведено Гарвардський степ-тест. Після оцінки отриманих результатів індекс Гарвардського степ-тесту - 75. Фізичну тренованість студента можна оцінити як
A. погана
B. нижче середньої
C. *середня
D. добра
E. відмінна

219. Студент У курсу, 25 років, здоровий. Для визначення фізичної працездатності проведено Гарвардський степ-тест. Після оцінки отриманих результатів індекс Гарвардського степ-тесту - 85. Фізичну тренованість студента можна оцінити як
A. погана
B. нижче середньої
C. середня

D. *добра
E. відмінна

220. Студент У курсу, 25 років, здоровий. Для визначення фізичної працездатності проведено Гарвардський степ-тест. Після оцінки отриманих результатів індекс Гарвардського степ-тесту - 95. Фізичну тренованість студента можна оцінити як

A. погана
B. нижче середньої
C. середня
D. добра
E. *відмінна

221. Оцініть фізичну працездатність студента Т.,24 років. Здоровий, маса 70 кг.

Після першого навантаження пульс 115 уд за 1 хв. Яким повинно бути друге навантаження при проведенні субмаксимального тесту PWC-170?

A. 140 Вт
B. 130 Вт
C. 120 Вт
D. 110 Вт
E. *105 Вт

222. Оцініть фізичну працездатність студента Т.,24 років. Здоровий, маса 70 кг. Після першого навантаження пульс 100 уд за 1 хв. Яке повинно бути друге навантаження при проведенні субмаксимального тесту PWC I70?

A. 70 Вт
B. 105 Вт
C. 120 Вт
D. 130 Вт
E. *140 Вт

223. При проведенні тесту Купера студент за 12 хвилин пробіг 2,8 км. Фізичний стан тудента можна оцінити як:

A. Дуже поганий
B. Поганий
C. Задовільний
D. Добрий
E. 8Відмінний

224. При проведенні тесту Купера студент за 12 хвилин пробіг 1,8 км. Фізичний стан тудента можна оцінити як:

A. Дуже поганий
B. *Поганий
C. Задовільний
D. Добрий
E. Відмінний

225. Лікар при обстеженні фізкультурників проводить зовнішній огляд. Що необхідно вивчити при зовнішньому огляді фізкультурників для оцінки фізичного розвитку?

A. *Стан шкіри, підшкірної жирової клітковини, мускулатури, форму грудної клітки, спини, стопи, стан м’язів пахового кільця у чоловіків.
B. Стан шкіри, підшкірної жирової клітковини, форму грудної клітки, спини, стопи.
C. Стан шкіри, форму грудної клітки, спини, стопи, стан м’язів пахового кільця у чоловіків.
D. Стан шкіри, підшкірної жирової клітковини, мускулатури
E. Жодної вірної відповіді

226. Спортсмен Р., 20 років. При обстеженні м'язів виявлено: рельєф великих м'язів виражений і його видно навіть у спокої, під час пальпації відчувається помірний опір. Як оцінюється розвиток м'язів? Оцініть їх у даного спортсмена.

A. Слабкий.
B. *Середній.
C. Значний.
D. високий
E. Жодної вірної відповіді

227. При обстеженні форми спини за допомогою сколіозометра лікар виявив, що радіус кривизни грудного відділу хребта у хлопчика 14 років був 5 см. Оцініть форму спини

A. *Округла.
B. Нормальна.
C. Плоска
D. Висока
E. Жодної вірної відповіді

228. При обстеженні форми спини за допомогою сколіозометра лікар виявив, що радіус кривизни грудного відділу хребта у хлопчика 14 років був 3 см. Оцініть форму спини

A. Округла.
B. *Нормальна.
C. Плоска
D. Висока
E. Жодної вірної відповіді

229. При обстеженні форми спини за допомогою сколіозометра лікар виявив, що радіус кривизни грудного відділу хребта у хлопчика 14 років був 0 см. Оцініть форму спини

A. Округла.
B. Нормальна.
C. *Плоска
D. Висока
E. Жодної вірної відповіді

230. При обстеженні пацієнта С. було виявлено, що коліна дотикаються, а між гомілково-стопними суглобами є відстань. Яка форма ніг у хворого?

A. О-подібна
B. Х-подібна
C. Ноги прямі
D. *Усі відповіді вірні
E. Немає правильної відповіді

231. При обстеженні пацієнта 35-ти років лікар звернув увагу, що епігастральний кут гострий, форма грудної клітки плоска, довгі кінцівки та шия, вузькі плечі, крилоподібні лопатки. Який тип тілобудови?

A. *Астенічний
B. Нормостенічний
C. Гіперстенічний
D. Жодна відповідь не правильна
E. Усі відповіді правильні

232. У хлопчика 4-х місяців виявлено шийний лордоз. Чи є це нормою у цьому віці.

A. *Так
B. Ні
C. У такому віці формується поперековий лордоз
D. У такому віці формується кіфоз
E. Жодної правильної відповіді

233. При оцінці результатів проби Мартіне виявилось, що збудливість пульсу більше 80%, час відновлення пульсу 5 хвилин. Визначіть тип реакції, якщо артеріальний тиск: до навантаження 120/80 мм рт.ст., а після навантаження: систолічний значно підвищився діастолічний - значно підвищився (180/100

A. нормотонічний
B. *гіпертонічний
C. астенічний
D. дистонічний
E. східчастий

234. При оцінці результатів проби Мартіне виявилось, що збудливість пульсу більше 80%, час відновлення пульсу 5 хвилин. Визначіть тип реакції, якщо артеріальний тиск: до навантаження 120/80 мм рт.ст., а після навантаження: систолічний значно підвищився, діастолічний значно знизився (180/50)

A. нормотонічний
B. гіпертонічний
C. астенічний
D. *дистонічний
E. східчастий

235. При оцінці результатів проби Мартіне виявилось, що збудливість пульсу більше 80%, час відновлення пульсу 5 хвилин. Визначіть тип реакції, якщо артеріальний тиск: до навантаження 120/80 мм рт.ст., а після навантаження:

Систолічний та діастолічний тиск практично не змінились (125/85)

A. нормотонічний
B. гіпертонічний
C. *астенічний
D. дистонічний
E. східчастий

236. Який з типів реакції серцево-судинної системи свідчить про найзначніше зниження функціональної здатності серцево-судинної системи при проведенні проби Мартіне ?

A. нормотонічний
B. гіпертонічний
C. *астенічний
D. дистонічний
E. східчастий

237. Студент Н., 25 років. При проведенні проби Мартіне частота пульсу за 10 сек була стабільна: 16,16,16, АТ-120/80 мм рт.ст. Після 20 присідань всі показники змінювались в межах нормотонічного типу реакції. Пульс після навантаження стабілізувався на 16 ударах за 10 сек. За результатами проби можна вважати, що тахікардія в стані спокою зумовлена:

A. захворюваннями серця
B. захворюваннями дихальної системи
C. *захворюваннями ендокринної системи
D. захворюваннями центральної нервової системи
E. захворюваннями вегетативної нервової системи

238. Студент Л., 25 років. При проведенні проби Мартіне виявилось, що частота пульсу до навантаження за 10 с була: 14,15,16,16,16,АТ – 120/80 мм рт.ст. Після навантаження всі показники вклалися в нормотонічний тип реакції, але пульс знизився до 14 ударів за 10 с і стабілізувався на цій цифрі. По результатах проби можна вважати, що тахікардія у стані спокою зумовлена:

A. зниженням функціональної здатності серцево-судинної системи;
B. захворюваннями щитовидної залози;
C. *порушенням функціонального стану вегетативної нервової системи;
D. захворюванням серця;
E. порушення функціонального стану центральної нервової системи

239. При проведенні ортостатичної проби фізкультурнику С. 17 років виявилось, що частота пульсу зразу після вставання збільшилась на 18 ударів, а через 3 хвилини стояння вона була на 4 удари вище вихідного. Про які порушення свідчать ці результати ?

A. порушення скоротливої здатності міокарду;
B. *порушення збудливості симпатичної ланки вегетативної нервової системи;
C. порушення тонусу симпатичної ланки вегетативної нервової системи;
D. порушення збудливості парасимпатичної ланки вегетативної нервової системи;

E. захворювання центральної нервової системи

240. При проведенні кліностатичної проби студенту Л., 19 років виявилось, що зразу після переходу у положення лежачи частота пульсу знизилась на 10 ударів, а через 3 хвилини вона була на 9 ударів нижче вихідного. Про які порушення свідчать

A. порушення скоротливої здатності міокарду;
B. порушення збудливості симпатичної ланки вегетативної нервової системи;
C. порушення збудливості парасимпатичної ланки вегетативної нервової системи;
D. зниження тонусу симпатичної ланки вегетативної нервової системи;
E. *зниження тонусу парасимпатичної ланки вегетативної нервової системи

241. При проведенні проби Руф'є у студентки Л. 20 років індекс Руф'є був 4,8. Дайте оцінку функціональним резервам серця:

A. атлетичне серце;
B. *сердце середньої людини: дуже добре;
C. серце середньої людини: добре;
D. серцева недостатність середнього ступеня;
E. серцева недостатність високого ступеня

242. При проведенні проби Руф'є у студентки Л. 20 років індекс Руф'є був 7,8. Дайте оцінку функціональним резервам серця:

A. атлетичне серце;
B. сердце середньої людини: дуже добре;
C. *серце середньої людини: добре;
D. серцева недостатність середнього ступеня;
E. серцева недостатність високого ступеня

243. При проведенні проби Руф'є у студентки Л. 20 років індекс Руф'є був 13. Дайте оцінку функціональним резервам серця:

A. атлетичне серце;
B. сердце середньої людини: дуже добре;
C. серце середньої людини: добре;
D. *серцева недостатність середнього ступеня;
E. серцева недостатність високого ступеня

244. При проведенні проби Руф'є у студентки Л. 20 років індекс Руф'є був 17. Дайте оцінку функціональним резервам серця:

A. атлетичне серце;
B. сердце середньої людини: дуже добре;
C. серце середньої людини: добре;
D. серцева недостатність середнього ступеня;
E. *серцева недостатність високого ступеня

245. При проведенні проби Руф'є у студентки Л. 20 років індекс Руф'є був 2. Дайте оцінку функціональним резервам серця:

A. *атлетичне серце;
B. сердце середньої людини: дуже добре;
C. серце середньої людини: добре;

D. серцева недостатність середнього ступеня;
E. серцева недостатність високого ступеня

246. При обстеженні студента Л. 20-ти років виявилось, що частота серцевих скорочень в спокої 96 уд.за 1 хв. З диференціальною метою проведено пробу з 20 присіданнями. До навантаження: Пульс 16,16,16; А/Т 120/80. Після навантаження за 10 сек 1-ї хвилини пульс був 20, відновився до 16 за 1хв 40 сек; тиск відновився на 3-й хв. Що є причиною тахікардії за результатами проби?
A. захворювання серцево-судинної системи;
B. захворювання органів дихання;
C. *захворювання щитовидної залози
D. нейроциркуляторна дистонія;
E. зниження функціональних можливостей.

247. При проведенні проби з 20 присіданнями виявилось, що пульс відновився до показників, нижчих від вихідних. З чим це може бути зв'язано за результатами проби? До навантаження: Пульс 13,12,14,14,14,14; А/Т 120/80. Після навантаження -12,12,12
A. захворювання серцево-судинної системи;
B. захворювання органів дихання;
C. захворювання щитовидної залози;
D. *нейроциркуляторна дистонія;
E. зниження функціональних можливостей.

248. При обстеженні студентки М., 18 років виявилось що ЧСС була 96 уд. за 1 хв. З диференціальною метою проведена проба з 20 присіданнями.
До навантаження: Пульс 14,16,15,14,16,16,16,16. А/Т 120/80. Після навантаження: Пульс 14,14,14; ТТ120/80 З чим це може бути зв'язано за результатами проби.
A. захворювання серцево-судинної системи;
B. захворювання органів дихання;
C. захворювання щитовидної залози;
D. *нейроциркуляторна дистонія;
E. зниження функціональних можливостей.

249. При обстеженні пацієнта 20-ти років лікар звернув увагу, що епігастральний кут гострий, форма грудної клітки плоска, довгі кінцівки та шия, вузькі плечі, крилоподібні лопатки. Який тип тілобудови?
A. *Астенічний
B. Нормостенічний
C. Гіперстенічний
D. Жодна відповідь не правильна
E. Усі відповіді правильні

250. Хлопчик 11 років хоче займатися кінним спортом. Має сколіоз 2-го ступеня. Ваші рекомендації.
A. *не можна займатися;
B. можна займатися без обмежень;

C. можна займатися з незначними обмеженнями;
D. можна займатися після лікування сколіозу;
E. можна займатися під контролем лікаря.