

Autodidaktický test 4/2020

Príloha pre predplatiteľov

Autodidaktický test akreditovaný Slovenskou lekárskou komorou (SLK) je celoročná vzdelávacia aktivita garantovaná Slovenskou spoločnosťou všeobecného praktického lekárstva. V 1. – 6. čísle časopisu VIA PRACTICA možno počas roku 2020 získať kredity v rámci 5. roku piateho vzdelávacieho cyklu CME.

Autodidaktický test pozostáva z 20 otázok, pričom na každú otázku je iba jedna správna odpoveď. Akceptované budú len kompletne vyplnené návratky zaslané do stanoveného termínu (rozhoduje dátum poštovej pečiatky uvedený na obálke, resp. dátum odoslania mailu).

Riešiť možno ľubovoľný počet testov v rámci aktuálneho roku. Kredity za úspešné riešenie autodidaktických testov smú podľa vyhlášky MZ SR tvoriť najviac 20 % kreditov z ustanoveného počtu kreditov za celé päťročné hodnotené obdobie.

Hodnotenie testov CME kreditmi

91 % – 100 % úspešnosť riešenia
2 kredity

80 % – 90 % úspešnosť riešenia
1 kredit

0 % – 79 % úspešnosť riešenia
0 kreditov

Návratku s odpoveďami z VIA PRACTICA 4/2020 treba zaslať do redakcie **najneskôr do 23. novembra 2020**. Správne odpovede uverejníme vo VIA PRACTICA 6/2020.

Test skontroloval a schválil doc. MUDr. Jozef Kalužay, PhD., poverený Slovenskou spoločnosťou všeobecného praktického lekárstva.

Správne odpovede testu č. 2/2020:

1 c; 2 b; 3 d; 4 a; 5 c; 6 c; 7 a; 8 c; 9 a; 10 b; 11 d; 12 b; 13 c; 14 d; 15 c; 16 a; 17 d; 18 b; 19 d; 20 a

Článok: Diétne opatrenia u obézneho diabetika 2. typu

1. Medicínska nutričná liečba (MNT):

- je akákoľvek diéta, o ktorej je informovaný lekár
- vždy sa pri nej vyžaduje spolupráca s kondičným trénerom
- je aplikácia personalizovaného stravovacieho režimu s ohľadom na konkrétneho pacienta (typ DM, hmotnosť, komorbidity a pod.) v kombinácii s ďalšími presne stanovenými podmienkami
- začína po jednom úvodnom terapeutickom stretnutí

2. Na Slovensku je aplikáciách MNT u pacientov najmä v rukách:

- certifikovaných asistentov výživy, resp. diétnych sestier
- všeobecných lekárov
- diabetológov
- psychológov

3. Aký nutričný deficit je potrebné dosiahnuť pri intenzívnom manažmente diétnej intervencie, ktorý ma za cieľ redukciiu hmotnosti cca 10 – 15 % z východiskovej telesnej hmotnosti?

- do 200 kcal/deň
- viac ako 800 kcal/deň
- max. 500 kcal/deň
- 500 – 750 kcal/deň

4. Efektivita MNT, ktorá sa preukazovala aj v klinických štúdiách, konkrétne u diabetikov 2. typu, sa demonštrovala:

- na znížení hodnôt triacylglycerolov (TAG) do 1,9 %
- na poklese hodnôt glykovaného hemoglobínu (HbA1C) do 2 %
- na poklese tlaku krvi
- na poklese potreby hypolipidemík

5. Podľa prieskumov je najpreferovanejším a najúčinnjším typom diéty u diabetikov 2. typu:

- nízkotuková diéta
- DASH diéta
- nízkosacharidová intervencia a stredomorská diéta
- vegánske stravovanie

Článok: Ako redukovať mortalitu a morbiditu na kardiovaskulárne ochorenia v Slovenskej republike

6. Podľa odporúčaní Európskej kardiologickej spoločnosti o výžive z roku 2016:

- má byť príjem soli menej ako 10 g denne
- je potrebné zaradiť do jedálneho lístka ryby minimálne 2-krát týždenne, nikdy však tučnú rybu
- môžu ženy vypíť najviac 2 alkoholické nápoje denne (20 g alkoholu denne)

- je potrebné prijať 30 – 45 g vlákniny denne, hlavne z celozrnných potravín

7. Pokles príjmu nasýtených mastných kyselín (MK) o 10 % z denného energetického príjmu a ich náhrady polynenasýtenými MK:

- zvyšuje riziko ICHS o 23 %
- sa spája s poklesom kardiovaskulárneho rizika o 20 – 30 %
- vedie k redukcii celkovej mortality o 31 %
- zvyšuje riziko mozgovej cievnej príhody o 16 %

Článok: Multidisciplinárny prístup v diagnostike vertebrogénnych ochorení z pohľadu neurológa a fyziatricko-rehabilitačného lekára

8. K ochoreniam chrbtice špecifické nedegeneratívnej povahy patria:

- systémové ochorenia postihujúce chrbticu
- diskopatie
- spondylózy
- myelopatie

9. Vertebrogénne ochorenia (VO):

- pri každom type tzv. idiopatických VO je možné potvrdiť patologicko-anatomicke zdroje bolesti zobrazovacími vyšetreniami
- prevažnú väčšinu idiopatických VO tvoria akútne bolestivé stavy spôsobené poranením muskulo-ligamentózneho aparátu
- pri tzv. idiopatických VO je možné potvrdiť patologicko-anatomicke zdroje bolesti zobrazovacími vyšetreniami iba v cca 70 %
- funkčná porucha nezohráva úlohu v patogenéze VO

10. Bezprostredne pri blokáde v príslušnom segmente chrbtice vznikajú najmä:

- reflexné zmeny
- degeneratívne zmeny
- anatomicke štruktúrne zmeny
- spondylartróza

11. Z časového hľadiska môžeme klasifikovať VO ako:

- akútne a degeneratívne
- chronické a pooperačné stavy
- akútne a pooperačné
- akútne, subakútne a chronické

12. Lumbago:

- patrí k pseudoradikulárnym syndrómom
- je formou myelopatie
- je idiopatická akútna lumbálna bolesť
- je syndróm neúspešnej chirurgickej liečby lumbálnej chrbtice

Článok: Praktický lékař a demence**13. Demencia je syndróm spôsobený v najväčšej miere:**

- a) akútnymi otravami
- b) dlhodobým pôsobením toxických látok
- c) následkom infekčných ochorení
- d) ochoreniami neurodegeneratívneho a vaskulárneho charakteru

14. Koncept kognitívnej rezervy:

- a) kognitívnu rezervu zvyšuje iba vhodná fyzická aktivita
- b) kognitívna rezerva neexistuje, patologické zmeny na mozgu vedú vždy k bezprostrednému rozvoju demencie
- c) nižšia kognitívna rezerva vedie k včasnejšiemu rozvoju demencie, vyššia naopak k oddialeniu nástupu ochorenia
- d) kognitívna rezerva sa nedá ovplyvniť životným štýlom

15. Existujú odhady, že prevencia miernej kognitívnej poruchy od 4 do 20 % sa vyskytuje v populácii:

- a) starších ako 55 rokov
- b) starších ako 65 rokov
- c) starších ako 85 rokov
- d) starších ako 56 rokov

16. Najbežnejším typom syndrómu demencie je:

- a) frontotemporálna lobárna degenerácia
- b) Parkinsonova choroba
- c) Hashimotova encefalopatia
- d) Alzheimerova choroba

17. Pri demencii s Lewyho telieskami sa častejšie ako pri iných typoch demencií vyskytuje:

- a) depresia
- b) delírium
- c) zrakové halucinácie
- d) agitovanosť

Článok: Vplyv prírodných flavonoidov na parametre oxidačného stresu u pacientov s erektilnou dysfunkciou**18. Aké ochorenia sa hlavne spájajú s vysokou prevenciou erektilnej dysfunkcie?**

- a) ochorenia, ktoré vedú k poškodeniu endotelu
- b) kožné
- c) nádory
- d) hematologické

19. Oxidačný stres je:

- a) trvalá nerovnováha v dvojici oxidant – antioxidant v prospech antioxidantov
- b) zminimalizovaný proces oxidácie v organizme
- c) detoxikácia organizmu
- d) nerovnováha medzi antioxidačnou kapacitou bunky a množstvom voľných radikálov

20. Čo je kľúčovým regulátorom vaskulárnej fyziológie, ktorý zohráva základnú úlohu v procesoch, ktoré vedú k erekcii?

- a) fibroblasty
- b) endotel
- c) neutrofilly
- d) kolagén

Návratka – Via Practica

Autodidaktický test č. 4/2020

Zakrúžkujte v každej otázke správnu odpoveď. Akceptované budú len kompletne vyplnené návratky zaslané do stanoveného termínu (rozhoduje dátum poštovej pečiatky uvedený na obálke, resp. dátum odoslania mailom) čitateľmi časopisu VIA PRACTICA, ktorí riadne zaplatili predplatné na rok 2020. Odpovede nie je možné opravovať. Návratku zašlite **do 23. novembra 2020** na adresu: SOLEN, s. r. o., Ambrova 5, 831 01 Bratislava, alebo mailom na adresu: asistent@solen.sk.

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. a b c d | 11. a b c d |
| 2. a b c d | 12. a b c d |
| 3. a b c d | 13. a b c d |
| 4. a b c d | 14. a b c d |
| 5. a b c d | 15. a b c d |
| 6. a b c d | 16. a b c d |
| 7. a b c d | 17. a b c d |
| 8. a b c d | 18. a b c d |
| 9. a b c d | 19. a b c d |
| 10. a b c d | 20. a b c d |

Meno a priezvisko:

Adresa pracoviska:

Doručovacia adresa:
(ak je iná ako adresa pracoviska)

Tel.:

E-mail:

Registračné číslo v SLK:

Dátum:

Pečiatka lekára a podpis:

Týmto dávam súhlas spoločnosti SOLEN, s. r. o., na spracovanie mojich osobných údajov, uvedených v tomto dokumente, na účel spracovania autodidaktických testov a zasielania informačných e-mailov v zmysle Všeobecného nariadenia o ochrane osobných údajov (GDPR) a zákona č. 18/2018 Z. z. o ochrane osobných údajov a rovnako na poskytovanie údajov tretím osobám v zmysle zákona č. 362/2011 Z. z. o liekoch a zdravotníckych pomôckach. Súhlas možno kedykoľvek odvolať písomnou formou.