

1. Какова норма времени для врача ЛФК на обследование одного больного?

- а) 10 минут
- б) 20 минут
- в) 30 минут
- г) 12 минут
- 5. 15 минут

Правильный ответ: б

2. Какова норма площади на 1 занимающегося больного в ЛФК?

- а) 2 кв.м
- б) 4 кв.м
- в) 8 кв.м
- г) 3 кв.м
- 5. 5 кв.м

Правильный ответ: б

3. Какова характерная особенность метода ЛФК?

- а) использование лечебного массажа
- б) использование специальных исходных положений
- в) использование физических упражнений
- г) использование иглорефлексотерапия

Правильный ответ: в

4. Какие функциональные тесты используются в ЛФК?

- а) антропометрия
- б) гониометрия
- в) соматоскопия
- г) спирография

Правильный ответ: б

5. Каковы основные средства ЛФК?

- а) физические упражнения
- б) подвижные игры
- в) закаливающие процедуры
- г) занятия на велотренажере

Правильный ответ: а

6. Каков механизм лечебного действия физических упражнений?

- а) физические упражнения формируют специальные мышечные рефлексы
- б) физические упражнения повышают мышечный тонус
- в) физические упражнения оказывают универсальное действие
- г) психологический

Правильный ответ: в

7. Что относится к формам ЛФК?

- а) занятие дыхательной гимнастикой
- б) контрастное закаливание
- в) механотерапия
- г) мануальная терапия

Правильный ответ: в

8. Какие упражнения малой интенсивности?

- а) динамические дыхательные упражнения
- б) активные упражнения в дистальных отделах конечностей
- в) упражнения на велотренажере
- г) идиомоторные упражнения

Правильный ответ: б

9. Какой двигательный режим относится к стационарному периоду лечения?

- а) свободный режим
- б) щадящий режим
- в) тренирующий режим
- г) щадяще-тренирующий режим

Правильный ответ: а

10. Что является единицей нормирования работы по ЛФК?

- а) процедура лечебной гимнастики
- б) процедурная единица
- в) время теста с физической нагрузкой
- г) количество пациентов

Правильный ответ: а

11. Какие методы определения эффективности занятия ЛФК применяют?

- а) изменение частоты пульса
- б) антропометрия
- в) тесты со стандартной физической нагрузкой
- г) ортостатическая проба

Правильный ответ: в

12. Какие моменты включает функциональная проба Мартинэ?

- а) бег на месте в течение 3-х минут
- б) 20 приседаний за 30 секунд с выбросом рук вперед
- в) физическая нагрузка на велотренажере
- г) задержка дыхания

Правильный ответ: б

13. Какие функциональные тесты относятся к специальным?

- а) субмаксимальный нагрузочный тест РWC 150-170
- б) ортостатическая и клиноортостатическая пробы
- в) подсчет пульса и изменение АД в динамике
- г) холодовая проба

Правильный ответ: б

14. С какого дня заболевания назначают специальный комплекс лечебной гимнастики при трансмуральном инфаркте миокарда?

- а) через сутки
- б) через неделю
- в) индивидуально
- г) перед выпиской

Правильный ответ: в

15. Каково противопоказание для перевода больного инфарктом миокарда на следующую ступень физической активности?

- а) отрицательная динамика ЭКГ
- б) положительная динамика ЭКГ
- в) отсутствие осложнений заболевания
- г) плохое настроение

Правильный ответ: а

16. Комплекс лечебной гимнастики №1 при инфаркте миокарда включает следующие физические упражнения:

- а) физические упражнения в дистальных отделах конечностей
- б) движения в конечностях в полном объеме
- в) физические упражнения на натуживание
- г) трудотерапия

Правильный ответ: а

17. Комплекс лечебной гимнастики №2 при инфаркте миокарда включает следующие физические упражнения:

- а) физические упражнения в смене исходных положений лежа-сидя-лежа
- б) физические упражнения с гимнастическими предметами в исходном положении стоя
- в) дозированная ходьба
- г) только исходное положение лежа

Правильный ответ: а

18. Комплекс лечебной гимнастики №3 при инфаркте миокарда включает следующее:

- а) физические упражнения на дистальные отделы конечностей
- б) дозированная ходьба по коридору стационара
- в) занятия на тренажерах
- г) движения в конечностях

Правильный ответ: б

19. Комплекс лечебной гимнастики №4 при инфаркте миокарда включает следующее:

- а) маховые упражнения
- б) упражнения с отягощением
- в) дренажные дыхательные упражнения
- г) упражнения с сопротивлением

Правильный ответ: а

20. Какой основной вид физической нагрузки применяют на санаторном этапе реабилитации больных, перенесших инфаркт миокарда?

- а) подвижные игры
- б) силовые упражнения
- в) дозированная тренировочная ходьба
- г) трудотерапия

Правильный ответ: в

21. Что является противопоказанием к назначению разных форм ЛФК при гипертонической болезни?

- а) гипертонический криз
- б) единичные экстрасистолы
- в) АД 180/100 мм.рт.ст.
- г) АД 105/75 мм.рт.ст.

Правильный ответ: а

22. Что относится к специальным физическим упражнениям при гипотонической болезни?

- а) упражнения со статическим и динамическим усилием
- б) дыхательные упражнения статического и динамического характера
- в) упражнения на дистальные отделы конечностей
- г) упражнения на расслабление

Правильный ответ: а

23. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при острой пневмонии?

- а) кашель с мокротой
- б) субфебрильная температура
- в) тахикардия (пульс свыше 100 уд. в мин.)
- г) потливость

Правильный ответ: в

24. Задачи ЛФК на постельном режиме при острой пневмонии:

- а) профилактика ателектазов
- б) рассасывание экссудата
- в) уменьшение дыхательной недостаточности
- г) уменьшение кашля

Правильный ответ: в

25. Какие физические упражнения являются специальными на свободном режиме при острой пневмонии?

- а) упражнения в расслаблении
- б) динамические дыхательные упражнения
- в) статические дыхательные упражнения
- г) идеомоторные упражнения

Правильный ответ: б

26. Какое исходное положение при появлении предвестников приступа бронхиальной астмы?

- а) исходное положение лежа на животе
- б) исходное положение сидя, положив руки на стол
- в) исходное положение основная стойка
- г) исходное положение на боку

Правильный ответ: б

27. Какие дыхательные упражнения способствуют растяжению спаек при экссудативном плеврите?

- а) динамические дыхательные упражнения с подъемом руки на больной стороне
- б) динамические дыхательные упражнения с подъемом руки на здоровой стороне
- в) звуковая дыхательная гимнастика
- г) изометрические упражнения

Правильный ответ: а

28. Какие противопоказания к назначению ЛФК при ХНЗЛ по тренирующему режиму?

- а) одышка при ходьбе в медленном и среднем темпе
- б) одышка при подъеме на лестницу в среднем и ускоренном темпе
- в) одышка при выполнении физических упражнений с гимнастическими предметами в среднем темпе
- г) увеличение АД до 130/80 мм.рт.ст.

Правильный ответ: а

29. Какие специальные упражнения при спланхноптозе?

- а) подскоки, прыжки
- б) физические упражнения для тазового дна
- в) физические упражнения с отягощением
- г) упражнения с отягощением

Правильный ответ: б

30. Какой курс лечения при спланхноптозе?

- а) 10 дней
- б) 1 месяц
- в) год и более
- г) 2 месяца

Правильный ответ: в

31. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при язвенной болезни желудка 12-перстной кишки?

- а) "дегтярный" стул
- б) наличие "ниши" на рентгенограмме

в) боли, зависящие от приема пищи

г) плохой аппетит

Правильный ответ: а

32. Каковы особенности методики ЛФК при спастических запорах?

а) необходимость частой смены исходных положений

б) необходимость выбора разгрузочных исходных положений

в) необходимость статических мышечных напряжений

г) занятия на снарядах

Правильный ответ: б

33. Какие особенности методики ЛФК при атонических запорах?

а) упражнения в расслаблении

б) упражнения с ограниченной амплитудой движений

в) акцент на упражнения для мышц живота

г) продолжительность занятия 10 минут

Правильный ответ: в

34. Что способствуют лучшему опорожнению желчного пузыря?

а) статические дыхательные упражнения

б) динамические дыхательные упражнения

в) диафрагмальное дыхание

г) упражнения на расслабление

Правильный ответ: в

35. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при ожирении?

а) наличие одышки при физической нагрузке

б) обострение сопровождающего калькулезного холецистита

в) алиментарное ожирение III степени

г) вес 95 кг

Правильный ответ: б

36. Каковы особенности методики ЛФК при ожирении?

а) назначение общего массажа

б) применение механотерапии

в) общая физическая нагрузка должна быть субмаксимальной и индивидуальной

г) занятия на тренажерах

Правильный ответ: в

37. Каковы основные пути борьбы с ожирением?

а) баня с интенсивным общим массажем

б) физическая активность и рациональная диета

в) длительные курсы голодания

г) занятия "бегом"

Правильный ответ: б

38. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при сахарном диабете?

а) жажда и полиурия

б) чувство слабости

в) наличие в моче ацетона

г) сахар крови более 5,5 г/л

Правильный ответ: в

39. Какие наиболее терапевтические методики ЛФК в клинике нервных болезней?

а) дыхательная гимнастика

б) специальная лечебная гимнастика

в) малоподвижные игры

г) терренкур

Правильный ответ: б

40. Каковы особенности методики ЛФК в клинике нервных болезней?

- а) использование в основном пассивных упражнений
- б) лечение движением при нарушении функции движения
- в) применение ЛФК после стабилизации общего состояния больного
- г) упражнения с предметами

Правильный ответ: б

41. Каковы особенности методики ЛФК при спастических парезах?

- а) лечение положением
- б) применение пассивных упражнений
- в) применение активных упражнений
- г) упражнения на тренажерах

Правильный ответ: а

42. Каковы особенности методики ЛФК при невритах?

- а) применение упражнений с отягощением
- б) применение облегченных исходных положений
- в) применение в основном дыхательных упражнений
- г) применение исходного положения сидя

Правильный ответ: б

43. Каковы сроки назначения ЛФК при неврите лицевого нерва?

- а) с первых дней заболевания
- б) через месяц после начала заболевания
- в) после стабилизации общего состояния
- г) после стихания болей

Правильный ответ: а

44. Какие моменты входят в лечение положением при неврите лицевого нерва?

- а) спать на здоровой стороне
- б) спать на стороне поражения
- в) спать на спине
- г) спать на боку

Правильный ответ: б

45. Какие особенности лейкопластырного натяжения при неврите лицевого нерва?

- а) натяжение с больной стороны на здоровую
- б) фиксация лейкопластырем имеющейся патологии
- в) натяжение со здоровой стороны на больную
- г) ширина лейкопластыря 5см

Правильный ответ: в

46. Особенности применения ЛФК при остаточных явлениях после травмы позвоночника:

- а) применение механотерапии
- б) применение трудотерапии
- в) применение массажа
- г) применение идеомоторных упражнений

Правильный ответ: б

47. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при операциях на брюшной полости?

- а) предоперационный период
- б) ранний послеоперационный период
- в) наличие осумкованного гнойника
- г) наличие кашля

Правильный ответ: в

48. Каковы противопоказания к назначению ЛФК при операциях на органах грудной клетки?

- а) наличие мокроты
- б) легочное кровотечение
- в) субфебрильная температура тела
- г) АД 130/80 мм.рт.ст.

Правильный ответ: б

49. Каковы сроки назначения ЛФК после неосложненной аппендэктомии?

- а) через сутки
- б) после снятия швов
- в) перед выпиской из стационара
- г) после выписки из стационара

Правильный ответ: а

50. Каковы особенности ЛФК после операций по поводу ранений брюшной полости?

- а) учитывать наличие каловых свищей
- б) применение упражнений на натуживание
- в) использование частой смены исходных положений
- г) использование снарядов

Правильный ответ: а

51. Особенности ЛФК при гнойных осложнениях легких?

- а) применение упражнений на тренажерах
- б) применение дренажной гимнастики
- в) применение общефизических упражнений
- г) применение пассивных упражнений

Правильный ответ: б

52. Особенности ЛФК перед пульмонэктомией:

- а) применение специальных упражнений для активизации здорового легкого
- б) применение специальных упражнений для активизации больного легкого
- в) применение специальных упражнений для тренировки сердечной деятельности
- г) применение специальных упражнений на верхние конечности

Правильный ответ: а

53. Каковы особенности методики ЛФК после операции по поводу варикозного расширения вен нижних конечностей?

- а) приподнятый ножной конец кровати
- б) давящие повязки на ногах
- в) выполнение физических упражнений в исходном положении стоя
- г) использование исходного положения сидя

Правильный ответ: а

54. Какой двигательный дефект появляется после острого нарушения мозгового кровообращения (инсульта)?

- а) вялый паралич нижних конечностей
- б) спастический гемипарез
- в) наличие тремора
- г) снижение мышечного тонуса

Правильный ответ: б

55. С какого момента назначают специальную лечебную гимнастику при геморрагическом инсульте?

- а) с первых часов после инсульта

- б) перед выпиской из стационара
- в) после восстановления гемодинамики
- г) через неделю

Правильный ответ: в

56. С какого момента начинают лечение положением при геморрагическом инсульте?

- а) с первых часов после инсульта
- б) после стабилизации общего состояния
- в) перед выпиской из стационара
- г) через 3 суток

Правильный ответ: а

57. Какие противопоказания к назначению ЛФК при беременности?

- а) беременность 6-12 недель
- б) привычные выкидыши в анамнезе
- в) беременность 36-38 недель
- г) беременность 12-16 недель

Правильный ответ: б

58. Какие физические упражнения входят в предродовую гимнастику?

- а) ходьба с динамическими дыхательными упражнениями
- б) простые физические упражнения для конечностей из исходного положения лежа на животе
- в) приседания и подскоки в пределах состояния беременной
- г) кувырки

Правильный ответ: а

59. Какие задачи ЛФК при хронических воспалительных заболеваниях женских половых органов?

- а) восстановление детородной функции
- б) нормализация гормональной функции
- в) ликвидация остаточных явлений воспалительного процесса в малом тазу
- г) улучшение фигуры

Правильный ответ: в

60. Какие исходные положения должны быть при ретрофлексии матки?

- а) коленно-локтевое
- б) на правом боку
- в) на спине
- г) на стуле

Правильный ответ: а

61. Какие моменты следует исключить в занятиях специальной лечебной гимнастикой при недержании мочи у женщин?

- а) дозированные статические напряжения мышц
- б) наклоны вперед
- в) исходное положение коленно-локтевое
- г) изометрические упражнения

Правильный ответ: б

61. Какие средние сроки сращения отломков после неосложненных переломов трубчатых костей?

- а) 1-2 недели
- б) 3-4 недели
- в) пол-года
- г) 2 месяца

Правильный ответ: б

62. Каковы противопоказания к назначению ЛФК в травматологии?

- а) период иммобилизации
- б) наличие металлоостеосинтеза
- в) наличие ложного сустава
- г) наличие болей

Правильный ответ: в

64. Какие периоды входят в стационарный этап лечения травматологических больных?

- а) острый период
- б) период восстановительный
- в) период реконвалесценции
- г) период обострения

Правильный ответ: б

65. Какие методы исследования функции конечностей используют в травматологии?

- а) внешний осмотр
- б) антропометрия
- в) гониометрия
- г) измерение веса

Правильный ответ: в

66. Какие особенности в методике ЛФК при повреждении локтевого сустава?

- а) необходимость ранних движений в локтевом суставе
- б) необходимость силовых упражнений
- в) необходимость упражнений на вытяжение
- г) необходимость использования упражнений с предметами

Правильный ответ: а

67. Какие особенности методики ЛФК при травмах локтевого сустава?

- а) упражнения должны быть только активные
- б) упражнения должны быть только пассивные
- в) упражнения должны сочетаться с тепловыми процедурами
- г) упражнения идеомоторные

Правильный ответ: а

68. Какие упражнения противопоказаны в период вытяжения при травмах шейного отдела позвоночника?

- а) активные упражнения в дистальных и проксимальных отделах конечностей
- б) поочередное поднятие прямой ноги
- в) поочередные скользящие движения ног
- г) дыхательные упражнения

Правильный ответ: б

69. Какие упражнения противопоказаны в постиммобилизационном периоде при травмах коленного сустава?

- а) "велосипед"
- б) "ножницы"
- в) приседания
- г) идеомоторные упражнения

Правильный ответ: в

70. Каковы особенности методики ЛФК при шейном остеохондрозе в остром периоде?

- а) исключаются активные движения головой во все стороны

- б) исключаются упражнения для мышц шеи на дозированное сопротивление
- в) исключаются статические дыхательные упражнения
- г) исключаются упражнения на расслабление

Правильный ответ: а

71. Какие особенности лечебной гимнастики при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника в остром периоде заболевания?

- а) использование вращательных движений тазом
- б) использование дозированных упражнений на вытяжение позвоночника
- в) использование быстрой смены различных исходных положений
- г) использование снарядов

Правильный ответ: б

72. Какие рекомендации необходимы для облегчения состояния больного при остеохондрозе пояснично-крестцового отдела позвоночника?

- а) исключить тракционное лечение
- б) чаще выполнять упражнения на прогибание позвоночника назад
- в) использовать ватно-марлевые валики под коленями в исходном положении лежа на спине
- г) использовать исходное положение на четвереньках

Правильный ответ: в

73. Какой дефект опорно-двигательного аппарата относят к нарушениям осанки во фронтальной плоскости?

- а) круглая спина
- б) плоская спина
- в) асимметрия туловища
- г) усиление грудного кифоза

Правильный ответ: в

74. Какой дефект опорно-двигательного аппарата относят к нарушениям осанки в сагиттальной плоскости?

- а) сутулость
- б) кривошея
- в) сколиоз
- г) плоская спина

Правильный ответ: а

75. Какие могут быть типичные деформации опорно-двигательного аппарата после перенесенного рахита?

- а) косолапость
- б) килевидная грудная клетка
- в) "полая стопа"
- г) кривошея

Правильный ответ: б

76. Какие исходные положения способствуют разгрузке позвоночника?

- а) лежа на боку
- б) на четвереньках
- в) стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе
- г) сидя на стуле

Правильный ответ: б

77. Что характерно для сколиоза?

- а) торсия позвонков вокруг вертикальной оси
- б) увеличение физиологических изгибов позвоночника
- в) асимметрия надплечий

г) наличие дуги искривления

Правильный ответ: а

78. Что указывает на торсию позвонков?

а) реберное выпячивание

б) воронкообразная грудь

в) сутулость

г) усиление поясничного лордоза

Правильный ответ: а

79. Какие упражнения противопоказаны при сколиозе?

а) корригирующие упражнения

б) упражнения в воде

в) упражнения, увеличивающие гибкость позвоночника

г) упражнения на растягивание

Правильный ответ: в

80. Какой метод используют для уточнения диагноза плоскостопия?

а) пальпация стоп

б) плантография стоп

в) измерение длины стопы

г) измерение веса

Правильный ответ: б

81. В норме центр тяжести человека располагается:

а) в области головы

б) в области груди

в) в области живота

г) в области таза

Правильный ответ: г

82. Функции позвоночника:

а) рессорная

б) опорная

в) моторная

г) все верно

Правильный ответ: г

83. Лицевой нерв иннервирует:

а) жевательные мышцы

б) мимические мышцы

в) жевательные и мимические мышцы

г) жевательные мышцы и слюнные железы

Правильный ответ: б

84. Массаж является:

а) средством ЛФК

б) формой ЛФК

в) методом иглорефлексотерапии

г) методом физиотерапевтического лечения

Правильный ответ: а

85. Медицинская реабилитация - это:

а) восстановление здоровья

б) восстановление трудоспособности

в) восстановление прав

г) улучшение тонуса мышц

Правильный ответ: а

86. Исходное положение являющееся наиболее оптимальным для мышц живота:

- а) стоя
- б) сидя
- в) лежа на спине
- г) лежа на животе
- 5. с предметами

Правильный ответ: в

87. Исходное положение являющееся наиболее оптимальным для мышц спины:

- а) сидя
- б) стоя
- в) лежа на спине
- г) лежа на животе

Правильный ответ: г

88. Упражнения, в основе которых лежат безусловные двигательные реакции называют:

- а) рефлекторными
- б) идеомоторными
- в) изометрическими
- г) пассивными

Правильный ответ: г

89. Упражнения, выполняемые мысленно называются:

- а) идеомоторными
- б) изометрическими
- в) рефлекторными
- г) пассивными

Правильный ответ: а

90. Действие корригирующих упражнений:

- а) устраняют деформацию опорно-двигательного аппарата
- б) укрепляют мышечный корсет
- в) увеличивают объем движений
- г) улучшает отхождение мокроты
- 5. улучшает настроение

Правильный ответ: а

91. Метание относится к упражнениям:

- а) гимнастическим
- б) спортивно-прикладным
- в) игровым
- г) корригирующим

Правильный ответ: б

92. "Ближний туризм" является:

- а) средством ЛФК
- б) формой ЛФК
- в) методом ЛФК
- г) основным упражнением

Правильный ответ: б

93. Укажите симптомы, относящиеся к внешним признакам утомления:

- а) потливость
- б) подъем АД
- в) изменение координации движения
- г) потливость, изменение координации движения, замедленность движений

Правильный ответ: г

94. Нагрузка инструктора ЛФК в день при 6-дневной рабочей неделе составляет:

- а) 50 ед./день
- б) 10 ед./день
- в) 20 ед./день
- г) 33 ед./день

Правильный ответ: г

95. Нагрузка массажиста в день при 6-дневной рабочей неделе составляет:

- а) 30 ед./день
- б) 40 ед./день
- в) 10 ед./день
- г) 25 ед./день

Правильный ответ: а

96. При переломе луча в типичном месте занятия лечебной физкультурой назначают:

- а) до наложения гипса
- б) на следующие сутки после наложения гипса
- в) после снятия гипса
- г) по желанию больного

Правильный ответ: б

97. Пассивными называют упражнения:

- а) выполняемые с незначительным усилием
- б) с помощью инструктора
- в) мысленные или усилием воли
- г) на велотренажере

Правильный ответ: б

98. К дыхательным упражнениям относятся:

- а) корригирующие
- б) деторсионные
- в) симметричные
- г) звуковые

Правильный ответ: г

99. Патогенетические упражнения для больных с бронхиальной астмой являются:

- а) дыхательные упражнения, удлиняющие выдох
- б) дыхательные упражнения, усиливающие вдох
- в) звуковые дыхательные упражнения
- г) дренажные упражнения

Правильный ответ: а

100. Оптимальным исходным положением при занятиях ЛФК для больных со сколиотической болезнью является:

- а) исходное положение сидя
- б) исходное положение стоя
- в) коленно-локтевое исходное положение
- г) исходное положение лежа на животе

Правильный ответ: г

101. Для усиления мышечной нагрузки при выполнении активных упражнений используются:

- а) идеомоторные упражнения
- б) дыхательные упражнения
- в) корригирующие упражнения

г) упражнения с сопротивлением

Правильный ответ: г

102. К средствам ЛФК относятся:

а) бег

б) занятия спортом

в) плавание

г) физические упражнения и массаж

Правильный ответ: г

103. К упражнениям для мелких мышечных групп относятся:

а) упражнения для мышц туловища

б) упражнения для плечевого пояса

в) дыхательные упражнения

г) упражнения для мышц кисти и стопы

Правильный ответ: г

104. Процедура лечебной гимнастики имеет следующие разделы:

а) щадящие

б) вводный основной

в) вводный заключительный

г) вводный, основной, заключительный

Правильный ответ: г

105. Различают следующие этапы реабилитации:

а) госпитальный санаторный

б) постельный санаторный

в) поликлинический, госпитальный

г) госпитальный, поликлинический, санаторно-курортный

Правильный ответ: г

106. Звуковые упражнения оказывают:

а) дренажное действие

б) корригирующее действие

в) расслабляющее действие

г) стимулирующее действие

Правильный ответ: а

107. Физические упражнения оказывают:

а) расслабляющее действие

б) стимулирующее действие

в) дренажное действие

г) все верно

Правильный ответ: г

108. К госпитальному этапу реабилитации относятся:

а) щадящий режим

б) щадяще-тренирующий режим

в) амбулаторный режим

г) строгий постельный режим

Правильный ответ: г

109. При спастических запорах используются упражнения:

а) на укрепление мышц брюшного пресса

б) на укрепление мышц спины

в) расслабляющие

г) с использованием разгрузочных исходных положений

Правильный ответ: г

110. При занятиях ЛФК при дискинезии желче-выводящих путей оптимальным является исходное положение:

- а) лежа на левом боку
- б) стоя
- в) сидя
- г) лежа на спине

Правильный ответ: а

111. Лечение положением используется:

- а) при инфаркте
- б) при инсульте
- в) при бронхиальной астме
- г) при переломе луча в типичном месте

Правильный ответ: б

112. Корригирующие упражнения используются:

- а) для симметричного укрепления мышц
- б) для расслабления мышц
- в) для улучшения отхождения мокроты
- г) для улучшения настроения

Правильный ответ: а

113. Дыхательные упражнения являются общеукрепляющими:

- а) для больных с бронхиальной астмой
- б) для больных с острой пневмонией
- в) для больных с переломом луча в типичном месте
- г) для больных с острым бронхитом

Правильный ответ: в

114. Ходьба закрытыми глазами является упражнением:

- а) на равновесие и координацию
- б) корригирующим
- в) дренажным
- г) изометрическим

Правильный ответ: а

115. Действие маховых упражнений способствует:

- а) устранению болевого синдрома
- б) улучшению настроения
- в) улучшению откашливания мокроты
- г) расслаблению мышц и увеличению объема движений

Правильный ответ: г

116. Динамические упражнения по степени активности делятся на:

- а) активные и пассивные
- б) диафрагмальные и дренажные
- в) идеомоторные и симметричные
- г) гимнастические и спортивные

Правильный ответ: а

117. Укажите средства, применяемые в ЛФК с использованием факторов природы:

- а) лечебные ванны
- б) воздушные ванны
- в) антропометрия
- г) динамометрия

Правильный ответ: б

118. Что используется инструктором ЛФК при составлении кривой физической нагрузки:

- а) уровень АД
- б) ЧСС
- в) частота дыхания
- г) вес, рост

Правильный ответ: б

119. Оптимальная моторная плотность при занятиях лечебной физкультурой:

- а) 10%
- б) 20%
- в) 95%
- г) 50%

Правильный ответ: г

120. Медленный темп упражнений при занятиях лечебной физкультурой рекомендуется:

- а) при гипертонической болезни
- б) при гипотонической болезни
- в) при атанической колите
- г) при колькулезном холицистите

Правильный ответ: а

121. Занятия лечебной физкультурой противопоказаны:

- а) при инфаркте миокарда
- б) при гипертонической болезни
- в) в бессознательном состоянии
- г) при инсульте

Правильный ответ: в

122. Специальные упражнения, применяемые для увеличения мышечного тонуса, являются:

- а) упражнения с отягощением
- б) упражнения на координацию
- в) идеомоторные упражнения
- г) упражнения на расслабление

Правильный ответ: а

123. Основной задачей лечебной гимнастики при плевритах является:

- а) профилактика пневмонии
- б) предупреждение образования спаек
- в) улучшение настроения
- г) увеличение ЧСС

Правильный ответ: б

124. Лечебная гимнастика при пневмонии противопоказана:

- а) при наличии одышки
- б) при ЧСС более 130 уд./мин.
- в) при температуре 37,5
- г) при слабости

Правильный ответ: б

125. При заболевании желудочно-кишечного тракта оптимальным дыхательным упражнением является:

- а) динамические
- б) звуковые

- в) дренажные
  - г) диафрагмальные
- Правильный ответ: г

126. При грыже пищеводного отверстия диафрагмы противопоказаны:

- а) прыжки
- б) наклоны туловища вперед
- в) приседания
- г) повороты туловища на бок

Правильный ответ: б

127. При спланхноптозе противопоказаны:

- а) прыжки и подскоки
- б) наклоны
- в) приседания
- г) повороты туловища

Правильный ответ: а

128. Лечебная гимнастика при грыже пищеводного отверстия диафрагмы проводится:

- а) сразу после еды
- б) через 4 часа после еды
- в) в любое время
- г) через 2 часа после еды

Правильный ответ: г

129. Лечебная гимнастика противопоказана:

- а) при плохом настроении
- б) при кровотечении
- в) при нарушении сна
- г) при запорах

Правильный ответ: б

130. Оптимальным исходным положением при занятиях лечебной гимнастикой при холецистите является:

- а) сидя
- б) стоя
- в) лежа на животе
- г) коленно-локтевое

Правильный ответ: г

131. Нарушение осанки - это:

- а) асимметрия мышечного тонуса
- б) появление дуги искривления
- в) появление торсии позвонков
- г) уменьшение поясничного лордоза

Правильный ответ: а

132. Торсия позвонков наблюдается:

- а) при остеохондрозе
- б) при нарушениях осанки
- в) при сколиотической болезни
- г) при плоскостопии

Правильный ответ: в

133. Укажите упражнения, рекомендуемые больным в период иммобилизации, при переломе бедра:

- а) пассивные упражнения на больную ногу

- б) активные и пассивные упражнения для здоровой ноги
- в) упражнения с сопротивлением
- г) упражнения с отягощением

Правильный ответ: б

134. Лечебная гимнастика при артритах противопоказана:

- а) при отечности суставов
- б) при ограничении объема движений
- в) при температуре 37
- г) при резкой болезненности

Правильный ответ: г

135. Основной принцип лечебной гимнастики при нарушениях осанки:

- а) индивидуальность
- б) самостоятельные занятия
- в) групповые занятия
- г) систематичность

Правильный ответ: г

136. Основной задачей лечебной гимнастики при плече-лопаточном перартрите является:

- а) восстановить движение в суставе
- б) снизить температуру
- в) улучшить настроение
- г) восстановить мышечную силу

Правильный ответ: а

137. Специальными упражнениями при острой пневмонии являются:

- а) корригирующие
- б) симметричные
- в) рефлекторные
- г) дыхательные

Правильный ответ: г

138. Упражнения, тренирующие мышечную силу:

- а) пассивные
- б) дыхательные
- в) облегчающие
- г) на мелкие мышечные группы с сопротивлением и с отягощением

Правильный ответ: г

139. Медицинский массаж относится:

- а) к физиотерапевтическому лечению
- б) к мануальной терапии
- в) к средствам лечебной физкультуры
- г) к формам лечебной физкультуры

Правильный ответ: в

140. Должностная инструкция и нормы нагрузки инструктора ЛФК и врача по лечебной физкультуре регламентирована приказом МЗ СР РФ:

- а) №337 от 2001 г.
- б) №1030 от 2010 г.
- в) №25 от 2009 г.
- г) №330 от 2006 г.

Правильный ответ: а

141. Функциональные пробы позволяют оценить все перечисленное, кроме

- а) состояния здоровья

- б) уровня функциональных возможностей
- в) резервных возможностей
- г) психоэмоционального состояния и физического развития

Правильный ответ: г

142. К рациональному типу реакций на физическую нагрузку относится

- а) нормотонический
- б) гипотонический
- в) гипертонический
- г) ступенчатый

Правильный ответ: а

143.  $PWC_{170}$  ( $W_{170}$ ) означает

- а) работу при нагрузке на велоэргометре
- б) работу при нагрузке на ступеньке
- в) работу, выполненную за 170 секунд
- г) мощность нагрузки при частоте сердечных сокращений 170 ударов в минуту

Правильный ответ: г

144. К необходимым показателям для расчета максимального потребления кислорода (л/мин) непрямым методом после велоэргометрии относятся

- а) частота сердечных сокращений до нагрузки
- б) максимальная частота сердечных сокращений и максимальная мощность велоэргометрической нагрузки в кгм/мин
- в) мощность первой нагрузки в кгм/мин
- г) мощность второй нагрузки в кгм/мин

Правильный ответ: б

145. Физиологическое значение велоэргометрического теста у обследуемых не включает определение

- а) тренированности и психологической устойчивости
- б) функционального состояния кардиореспираторной системы
- в) аэробной производительности организма
- г) общей физической работоспособности

Правильный ответ: а

146. Клиническими критериями прекращения пробы с физической нагрузкой являются

- а) достижение максимально допустимой частоты сердечных сокращений
- б) приступ стенокардии
- в) падение систолического артериального давления или повышение АД более 200/120 мм рт.ст.
- г) все перечисленное

Правильный ответ: г

147. Оптимальным режимом пульса, при котором следует прекратить физическую нагрузку, является

- а) 120 в/мин
- б) 140 в/мин
- в) 150 в/мин
- г) 170 в/мин

Правильный ответ: г

148. Мощность нагрузки при степ-эргометрии зависит от всего перечисленного, кроме

- а) веса тела
- б) высоты ступеньки

- в) роста и жизненной емкости легких
- г) количества восхождений в минуту

Правильный ответ: в

149. Оценка пробы Штанге у здоровых людей проводится после нагрузки

- а) через 20 с
- б) через 30 с
- в) через 60 с
- г) через 120 с

Правильный ответ: г

150. Оценка пробы Генчи у здоровых людей производится после нагрузки

- а) через 15 с
- б) через 10 с
- в) через 15 с
- г) через 30 с

Правильный ответ: г

151. Время восстановления частоты сердечных сокращений и артериального давления до исходного после пробы Мартине составляет

- а) до 2 мин
- б) до 3 мин
- в) до 4 мин
- г) до 5 мин

Правильный ответ: б

152. Функциональная проба 3-минутный бег на месте выполняется в темпе

- а) 60 шагов в минуту
- б) 100 шагов в минуту
- в) 150 шагов в минуту
- г) 180 шагов в минуту

Правильный ответ: г

153. ЭКГ-критериями прекращения пробы с физической нагрузкой являются все перечисленные, кроме

- а) снижения сегмента ST
- б) частой экстрасистолии, пароксизмальной тахикардии, мерцательной аритмии
- в) атриовентрикулярной или внутрижелудочковой блокады
- г) выраженного учащения пульса

Правильный ответ: г

154. Отличное функциональное состояние по результатам Гарвардского степ-теста составляет

- а) 55 балл
- б) 65 балл
- в) 75 балл
- г) 80 балл

Правильный ответ: г

155. К формам врачебным наблюдений относятся

- а) испытания с повторными специфическими нагрузками
- б) дополнительные нагрузки
- в) изучение реакции организма спортсмена на тренировочную нагрузку
- г) правильно б) и в)

Правильный ответ: г

156. Бронхиальная проходимость исследуется всеми перечисленными методами, кроме

- а) пневмотонометрии
- б) пневмотахометрии
- в) оксигемометрии
- г) пневмографии

Правильный ответ: в

157. Методом спирометрии можно определить

- а) дыхательный объем
- б) резервный объем вдоха
- в) резервный объем выдоха
- г) все перечисленное

Правильный ответ: г

158. Методом спирографии можно определить

- а) жизненную емкость легких
- б) максимальную вентиляцию легких
- в) дыхательный объем
- г) все перечисленное

Правильный ответ: г

159. Наиболее информативными в оценке уровня функционального состояния спортсменов являются

- а) неспецифические пробы
- б) специфические пробы
- в) фармакологические пробы
- г) правильно а) и б)

Правильный ответ: г

160. Наиболее рациональным типом реакции сердечно-сосудистой системы на функциональную пробу с физической нагрузкой является

- а) нормотоническая
- б) дистоническая
- в) гипертоническая
- г) астеническая

Правильный ответ: а

161. Для оценки функционального состояния дыхательной системы используются тесты

- а) проба Штанге и Генчи
- б) проба Руфье
- в) проба Серкина
- г) проба Мартине

Правильный ответ: а

162. Для оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы используются все перечисленные тесты, кроме

- а) пробы Руфье
- б) пробы Мастера
- в) пробы Мартине
- г) пробы Генчи

Правильный ответ: г

163. Для определения физической работоспособности физкультурников рекомендован ВОЗ

- а) тест Купера

- б) ортостатическая проба
- в) субмаксимальный тест  $PWC_{170}$
- г) проба Мартине

Правильный ответ: в

164. Ведущим показателем функционального состояния организма является

- а) сила
- б) выносливость
- в) гибкость
- г) общая физическая работоспособность

Правильный ответ: г

165. Основными признаками гипертрофии левого желудочка являются

- а) отклонение электрической оси сердца влево
- б) постепенное замедление внутрижелудочковой проводимости
- в) нарастание увеличения амплитуды зубцов R в стандартных, левых грудных и усиленных отведениях
- г) все перечисленное

Правильный ответ: г

166. При велоэргометрии частота вращения педалей поддерживается на уровне

- а) 40-50 оборотов в минуту
- б) 50-60 оборотов в минуту
- в) 60-70 оборотов в минуту
- г) 70-80 оборотов в минуту

Правильный ответ: в

167. К методам исследования функционального состояния центральной нервной системы относятся все перечисленные, за исключением

- а) полидинамометрии
- б) электроэнцефалографии
- в) реоэнцефалографии
- г) эхоэнцефалографии

Правильный ответ: а

168. К методам определения электрической активности мышц относятся

- а) миотонусометрия
- б) динамометрия
- в) миография
- г) электроэнцефалография

Правильный ответ: в

169. Для исследования сердечно-сосудистой системы в практике ЛФК используются

- а) пробы с физической нагрузкой
- б) пробы с изменением положения тела в пространстве
- в) пробы с задержкой дыхания
- г) все перечисленное

Правильный ответ: г

170. К особенностям ЭКГ у детей относятся все перечисленное, кроме

- а) синусовой тахикардии
- б) синусовой брадикардии
- в) высокого зубца R
- г) глубокого зубца Q

Правильный ответ: б

171. К основным параметрам формулы PWC при велоэргометрии относятся все перечисленные, кроме

- а) мощности первой физической нагрузки
- б) мощности второй нагрузки
- в) пульса в покое
- г) пульса при второй нагрузке

Правильный ответ: в

172. Различают все перечисленные типы реакций артериального давления на физическую нагрузку, кроме

- а) нормотонической
- б) астенической (гипотонической)
- в) гипертонической
- г) атонической

Правильный ответ: г

173. К основным этиологическим факторам, принимающим участие в нарушении параметров кислотно-основного состояния крови, относятся

- а) дыхательный
- б) метаболический
- в) гликолитический
- г) правильно а) и б)

Правильный ответ: г

174. Возможный характер изменений внутренней среды организма при интенсивных физических нагрузках

- а) дыхательный алкалоз
- б) метаболический ацидоз
- в) правильно б) и г)
- г) дыхательный ацидоз

Правильный ответ: в

175. Признаками перегрузки спортсмена с позиции биохимических показателей являются все перечисленные, кроме

- а) гиперкалиемии
- б) повышенной активности ферментов крови
- в) резкого снижения содержания глюкозы в крови и рН
- г) появления в моче белка и кислых мукополисахаридов

Правильный ответ: б

176. Мощность нагрузки при тестировании работоспособности на тредбане (тредмиле) дозируется путем изменения

- а) скорости движения дорожки
- б) угла наклона дорожки
- в) количества шагов в минуту
- г) правильно а) и б)

Правильный ответ: г

177. Первая ступень скорости бега на тредбане при определении PWC у практически здоровых людей составляет

- а) 1-2 км/ч
- б) 5 км/ч
- в) 10 км/ч
- г) 15 км/ч

Правильный ответ: б

178. Первоначальный наклон дорожки тредбана при исследованиях PWC у практически здоровых людей составляет

- а) 1%
- б) 2.5%
- в) 5%
- г) 7.5%

Правильный ответ: б

179. Для определения PWC на тредбанае при беге с постоянной скоростью 10 км/ч наклон дорожки увеличивается на каждой ступени возрастания нагрузки

- а) на 5%
- б) на 4%
- в) на 3%
- г) на 2.5%

Правильный ответ: г

180. Тетанус -

- а) слабое и длительное сокращение мышцы.
- б) длительное сокращение мышцы.
- в) сильное и длительное сокращение мышцы.
- г) сильное сокращение мышцы.

Правильный ответ: в

181. Недостаточная секреция инсулина приводит к развитию ...

- а) гипертонии.
- б) инсульта.
- в) инфаркта миокарда.
- г) сахарного диабета.

Правильный ответ: г

182. Для мужчины среднего возраста (примерно 35 лет), среднего роста (примерно 165 см) и со средней массой тела (примерно 70 кг) основной обмен равен ...

- а) 2700 ккал в сутки.
- б) 700 ккал в сутки.
- в) 3700 ккал в сутки.
- г) 1700 ккал в сутки.

Правильный ответ: г

183. В сутки взрослый человек должен получать с пищей ...

- а) 800-1000 мг кальция.
- б) 100-200 мг кальция.
- в) 500-600 мг кальция.
- г) 1500-2000 мг кальция.

Правильный ответ: а

184. Суточная потребность человека в калии составляет ...

- а) 4-5 г.
- б) 5-6 г.
- в) 2-3 г.
- г) 1-1,5 г.

Правильный ответ: в

185. Минимальная суточная потребность воды составляет около ...

- а) 2700 мл.
- б) 3700 мл.
- в) 700 мл.
- г) 1700 мл.

Правильный ответ: г

186. Вода у взрослого человека составляет ...

- а) 30% от массы тела.
- б) 40% от массы тела.
- в) 60% от массы тела.
- г) 80% от массы тела.

Правильный ответ: в

187. Уровень глюкозы в крови составляет ...

- а) 10-50 мг%.
- б) 60-100 мг%.
- в) 100-200 мг%.
- г) 80-180 мг%.

Правильный ответ: г

188. Общее количество жира в организме человека колеблется в широких пределах и в среднем составляет ...

- а) 20-30% от массы тела.
- б) 5-10% от массы тела.
- в) 10-20% от массы тела.
- г) 30-40% от массы тела.

Правильный ответ: в

189. Весь процесс пищеварения у взрослого человека длится ...

- а) 1-3 сут.
- б) 4-5 сут.
- в) 5-6 сут.
- г) 10-15 часов.

Правильный ответ: а

190. У мужчин среднего возраста ЖЕЛ варьирует в пределах ...

- а) 2,5-3,0 л и более.
- б) 5,5-6,0 л и более.
- в) 1,5-2,0 л и более.
- г) 3,5-5,0 л и более.

Правильный ответ: г

191. В покое частота дыхательных движений человека близка к ...

- а) 25 в минуту.
- б) 8 в минуту.
- в) 16 в минуту.
- г) 20 в минуту.

Правильный ответ: в

192. Сахарный диабет наблюдается при:

- а) Избытке инсулина
- б) Недостатке инсулина
- в) Избытке глюкозагона
- г) Недостатке глюкозагона

Правильные ответы: б

193. В условиях покоя нормальной частотой сердечных сокращений является число сокращений в минуту:

- а) 30-60
- б) 60-90
- в) 90-120
- г) 120-150

Правильные ответы: б

194. Исследование физического развития позволяет определять

- а) формы тела.
- б) формы, размеры и пропорцию частей тела, а также некоторые функциональные возможности организма.
- в) размеры и пропорцию частей тела.
- г) функциональные возможности организма.

Правильные ответы: б

195. Проба Ромберга выявляет нарушение равновесия в положении

- а) лежа.
- б) стоя.
- в) сидя.
- г) сидя и лежа.

Правильный ответ: б

196. Вработывание -

- а) это процесс постепенного повышения работоспособности, наблюдающийся при выполнении физических упражнений.
- б) это процесс постепенного повышения функций ЦНС
- в) это процесс постепенного повышения функций гормональной системы.
- г) это процесс постепенного повышения ЧСС.

Правильный ответ: а

197. Специальные медико-биологические средства восстановления работоспособности больных включают все перечисленное, кроме

- а) фармакологических
- б) гигиенических
- в) рационального питания
- г) физиотерапевтических

Правильный ответ: б

198. Задачами врачебного контроля за занимающимися физкультурой являются

- а) содействие физическому воспитанию населения
- б) определение состояния здоровья и функционального состояния физкультурников
- в) диагностика соответствия физических нагрузок функциональному состоянию занимающихся, выявление ранних признаков физического перенапряжения
- г) все перечисленное

Правильный ответ: г

199. Задачи врачебного контроля за занимающимися физкультурой включают все перечисленное, кроме

- а) врачебной консультации населения по вопросам физкультуры
- б) участия в санитарном надзоре за спортооружениями
- в) лечения различных заболеваний у занимающихся физкультурой
- г) врачебно-педагогических наблюдений на занятиях ЛФК

Правильный ответ: в

200. Различают следующие медицинские группы учащихся для занятий физическим воспитанием, исключая

- а) лица с физическими дефектами
- б) подготовительная
- в) основная
- г) специальная

Правильный ответ: а

