



PREVENTÍVNA MEDICÍNA VI.

15. 2. 2018

Autodidaktický test

Meno a priezvisko:

ID:

1. Prečo človek potrebuje šikmé (pričné pruhované) očné svaly?

- a) rudiment;
- b) sú príčinou škúlenia;
- c) otáčajú oko;**
- d) držia oko v očnici;
- e) stláčajú oko, pomáhajú zaostriť.

2. Aké je najlepšie cvičenie dľa Batesa?

- a) gymnastika pre oči;**
- b) palming;
- c) dať dole okuliare, dať možnosť očiam vidieť;
- d) solarizácia očí na slnku;
- e) meniť vzdialenosť od textu počas čítania

3. Aké sú mechanizmy účinkov fyzickej aktivity na úrovni mozgu?

- a) stimulácia synaptogenézy
- b) stimulácia neurogenézy v hipokampe
- c) zvýšenie prekrvenia
- d) zlepšenie mitochondriálnej funkcie
- e) všetky uvedené možnosti**

4. Čo nie je súčasťou komplexnej modifikácie životného štýlu s cieľom zlepšenia alebo prevencie poklesu kognitívnych funkcií?

- a) úprava spánkového režimu
- b) úprava výživy / stravovacích návykov
- c) pravidelná, dostatočne intenzívna fyzická aktivita
- d) zvýšenie obsahu tukov v potrave**
- e) stimulácia kognitívnych funkcií (učenie)

5. Izoelektrický bod je:

- a) *Izoelektrický bod (pI) je taká hodnota pH roztoku, pri ktorej je molekula, resp. súbor všetkých molekúl pochádzajúcich z východzej molekuly v roztoku elektroneutrálna, čiže nemá žiaden elektrický náboj.***



- b) *Izoelektrický bod* (pI) je hodnota pH roztoku 0.
- c) *Izoelektrický bod* (pI) je taká hodnota pH roztoku, pri ktorej je molekula, resp. súbor všetkých molekúl pochádzajúcich z východzej molekuly v roztoku nabitý kladne.
- d) *Izoelektrický bod* (pI) je taká hodnota pH roztoku, pri ktorej sa molekuly pohybujú ku anóde.
- e) *Izoelektrický bod* (pI) je taká hodnota pH roztoku, pri ktorej sa molekuly pohybujú ku katóde.

6. Amfolyty sú:

- a) **AMINOKYSELINY, ktoré sa správajú aj ako kyseliny, aj ako zásady**
- b) AMINOKYSELINY, ktoré majú voľnú karboxylovú skupinu COO-
- c) AMINOKYSELINY, ktoré majú voľnú hydroxylovú skupinu OH-
- d) ANORGANICKÉ LÁTKY, ktoré su nerozpustne vo vode
- e) LÁTKY, ktoré obsahujú vodíkové mostíky a nimi určujú terciálnu štruktúru bielkovín

7. Čo rozumieme pod pojmom Klotho?

- a) rastový faktor z rodiny glukuronidáz s kľúčovým účinkom na metabolizmus minerálov
- b) zlúčenina produkovaná viacerými telesnými orgánmi s priaznivými účinkami v oblasti kardiovaskulárneho systému, a ktorá sa označuje aj ako „anti-aging“ faktor
- c) ide o názov génu, ktorý kóduje ochranný faktor pre teloméry chromozómov
- d) meno sudičky z gréckej mytológie, ktorá spriadala niť ľudského osudu
- e) **všetko z uvedeného**

8. Epigenetické faktory

- a) **epigenetický vek je odhad biologického veku, založený na stave metylácie DNA**
- b) epigenetický vek nemá pre všetky príčiny mortality vyššiu prediktívnu hodnotu, než má chronologický vek a tradičné rizikové faktory
- c) epigeneticky mladší ľudia majú zvýšenú hladinu homocysteínu v moči
- d) epigenóm je sieť chemických substancií, ktoré spôsobujú zmeny v sekvencii DNA
- e) liečivá (napr. aminomaslová kyselina) nemajú schopnosť epigenetickej modulácie DNA

9. Aké je fyziologické pH v krvi človeka?

- a) **rozmedzie 7,36-7,44**
- b) rozmedzie 6,6-7,2
- c) rozmedzie 7,44-7,63
- d) rozmedzie 6,6-7,44

10. pH krvi z chronickej subklinickej alimentárnej acidózy je :

- a) **pH 7,36-7,38**
- b) pH 6.6 – 6.8
- c) pH 7,44- 7,46
- d) pH 7, 44- 7,66

Hodnotenie AD testu: