

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТЕРНОПІЛЬСЬКА АКАДЕМІЯ НАРОДНОГО ГОСПОДАРСТВА

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

**ТА ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
ПРИ ВИВЧЕННІ ДИСЦИПЛІНИ**

«БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ»

ДЛЯ СТУДЕНТІВ УСІХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ДЕННОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ

*Затверджено
на засіданні кафедри медико-
екологічних і соціальних
проблем здоров'я.
Протокол № 2
від 19 жовтня 2000 р.*

ТЕРНОПІЛЬ
Економічна думка
2001

Методичні вказівки та завдання для самостійної роботи при вивченні дисципліни «Безпека життєдіяльності» для студентів усіх спеціальностей денної форми навчання /Укл. М. П. Дембіцька, А. Г. Заячківський Г. Б. Курко, З. І. Луй, М. В. Яacobчук.– Тернопіль: ТАНГ, 2001.

Відповідальний за випуск: **М. В. Яacobчук**, ст. викладач кафедри медико-екологічних і соціальних проблем здоров'я.

Редактор **Б. С. Легкий**.

1. МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ПРИ ВИВЧЕННІ ДИСЦИПЛІНИ «БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ»

Самостійна робота – головний спосіб вивчення дисципліни, органічна частина навчального процесу на кафедрі медико-екологічних і соціальних проблем здоров'я. Вона допомагає глибоко засвоїти матеріал, закріпити знання, поглибити вміння та навички в пізнавальній діяльності, творчо мислити; виховує організованість і дисциплінованість, активність та ініціативу, настирливість у досягненні мети; сприяє виробленню власних прийомів і методів пізнання, вчить раціонально організовувати та контролювати робочий час.

Самостійна робота з вивчення дисципліни «Безпека життєдіяльності» включає в себе такі форми, як слухання і занотовування лекцій, опрацювання навчальної та наукової літератури, написання рефератів, підготовка до семінарських та практичних занять, заліків.

Результативність самостійної роботи визначається плануванням і організацією, високою культурою розумової праці, навчально-методичним керівництвом з боку викладача.

При вивченні дисципліни необхідно ознайомитися з основними розділами, темами, питаннями та рекомендованою літературою. Програма дисципліни є джерелом самоконтролю, особливо при підготовці до заліків.

На кафедрі використовуються різноманітні форми навчальних занять: лекції, практичні заняття, семінари.

Основна мета лекцій – зацікавити студентів, пояснити вузлові і проблемні питання, основні поняття, закономірності, тенденції. Лекції дають основні спрямування у вивченні дисципліни з врахуванням останніх досягнень науки. Вони є установкою для подальшої самостійної роботи студентів з літературою, довідниками.

Слухання і конспектування лекцій – це активне і творче усвідомлення навчального матеріалу, яке мобілізує увагу, виробляє навички письмового викладу матеріалу, сприяє його закріпленню.

Найважливіші висновки, положення і визначення можна записувати дослівно, але в цілому зміст лекції необхідно викладати своїми словами. Самостійне формулювання сприяє глибшому засвоєнню матеріалу.

Записи слід вести в окремому зошиті, кожну лекцію починати з нової сторінки, зазначати номер лекції, тему, план, літературу, залишати поля шириною 1/3 аркуша для уточнення, додаткової інформації. Таблиці, схеми, графіки, формули, які використовує викладач, необхідно перенести в зошит. Кожну нову думку записувати з абзацу.

Готуючись до практичного заняття чи семінару, необхідно прочитати лекцію, відредагувати текст, виписати визначення, формули, вивчити матеріал. Активна робота на лекціях, хороший конспект полегшать розуміння та засвоєння матеріалу.

Однією з форм самостійної роботи є підготовка до семінарів і практичних занять, завдання яких полягає в тому, щоб закріпити і поглибити знання, навчити творчо працювати з літературою, виробити вміння аналізувати процеси і події, розвивати здатність до самостійних суджень, висловлювати і відстоювати свої погляди, навчити готувати реферати, повідомлення з окремих питань, виступати з ними на заняттях. Студенти в процесі роботи повинні перевіряти свої знання, з'ясувати, чи вірно вони розуміють матеріал, який вивчають.

Значні можливості для самостійного усвідомлення теми, аналізу проблемних ситуацій, формування особистого ставлення до обговорюваного питання дають семінари-диспути.

Практичні заняття сприяють рішенню пізнавальних завдань, розглядають результати виконання практичних вправ, пов'язаних зі змістом дисципліни.

Готуватись до практичних занять бажано у наступному порядку.

1. Ознайомитися з темою, планом заняття, рекомендованою літературою, прочитати конспект лекції і усвідомити матеріал даної теми.
2. Вивчити навчальний матеріал, підібрати додаткову літературу, газетний матеріал.
3. Скласти план виступу або тези з кожного питання заняття, що дуже важливо для систематизації і засвоєння знань, чіткого та послідовного виступу. Рекомендується вести словник специфічних термінів.
4. Систематично здійснювати самоконтроль повноти засвоєння матеріалу, даючи відповідь на запитання, які вміщені в підручниках в кінці кожного розділу, в методичних посібниках та рекомендаціях, а також виконуючи практичні вправи та навички, рекомендовані до засвоєння при вивченні певних тем. Самоконтроль здійснюється і в бесідах з певних питань з іншими студентами. Якщо виявляються прогалини в знаннях, уміннях, слід ще раз звернутися до навчальної літератури, незрозумілі питання з'ясувати з викладачем.
5. Продумати метод викладу. Він може бути індуктивний, коли на основі повідомлюваних фактів формулюються висновки та робиться узагальнення, або дедуктивний, коли спочатку робиться узагальнення, а потім воно підтверджується фактами, аргументами.

Виступ на занятті повинен бути розгорнутий, переконливий, доказовий і аргументований, повинен розкривати суть питання, його значимість, супроводжуватись висновками, порівняннями, узагальненнями.

Студенти повинні бути готові доповнити виступи товаришів, прорецензувати їх, висловити свою точку зору і обґрунтувати її. По ходу заняття необхідно робити короткі записи щодо уточнення, доповнення запитань.

Семинар чи практичне заняття передбачають участь кожного студента в його підготовці і проведенні з оцінкою по всіх темах, що вивчаються.

Одним із шляхів підвищення ефективності самостійної роботи є підготовка рефератів, їх обговорення.

Реферат – це короткий виклад у письмовому вигляді або у формі доповіді змісту наукової праці, літератури по темі. Підготовка рефератів – засіб оволодіння методикою і навичками роботи з літературою, використання загальних теоретичних і методологічних положень в ході аналізу певних процесів, явищ, подій, уміння пов'язати матеріал і реальність, обґрунтувати свої висновки. Разом з тим реферат – одна з форм перевірки знань студентів.

Теми рефератів для самостійної роботи студентів при вивченні дисципліни “Безпека життєдіяльності” визначаються програмою і вказані в додатку 2.

Готуючи реферат, необхідно передусім вивчити матеріал підручника, ознайомитися з рекомендованою літературою, урядовими документами, монографіями, журнальними та газетними статтями по темі. Потім потрібно скласти розгорнутий план за наступною схемою.

1. Вступ.
2. Основна частина, яка включає 3–4 питання теми.
3. Висновки.
4. Список використаної літератури.

В ході вивчення літератури необхідно робити виписки, уточняти і конкретизувати план.

Реферат рекомендується починати із вступу, де необхідно визначити актуальність теми, дати її загальну характеристику, практичний огляд літератури, зазначити мету реферату.

В основній частині потрібно послідовно і аргументовано розкрити і проаналізувати головні проблеми теми. Кожне питання слід завершувати підсумковими висновками. Доцільно використовувати матеріал по області, району, підприємству, де студенти проживали чи проживають, працюють чи працювали.

У заключній частині потрібно зробити узагальнюючий висновок по темі в цілому.

В списку використаної літератури першими вказуються закони, урядові документи, виступи державних діячів. Інші джерела слід вказувати в алфавітному порядку.

В рефераті на всі цитати, важливі цифри, окремі положення потрібно робити посилання. Для цього в кінці речення в дужках необхідно вказати або повністю джерело (прізвище, ініціали автора, назва праці, місце видання, видавництво, рік видання, сторінки), або порядковий номер джерела до списку використаної літератури і сторінку.

Обсяг реферату залежить від теми, використовуваної літератури, але в основному повинен мати 10–15 сторінок рукописного тексту.

Студентам, які виступають з рефератом, бажано усно викладати його короткий зміст, а не читати написаний текст. Так вони вчаться обґрунтовувати власну думку, виробляють у себе лекторську майстерність.

Реферат обговорюють і доповнюють усі студенти під керівництвом викладача. Основні опоненти, яких призначає викладач, знайомляться з рефератом, літературою, пишуть рецензію. При аналізі реферату слід зупинитись на таких питаннях, як повнота та глибина розкриття теми, використання першоджерел, вірність складання плану, його відповідність змісту, аргументація положень та висновків, вміння вибирати, згрупувати та аналізувати матеріал, а також стиль і дотримання усіх вимог до оформлення реферату. Якщо реферат має суттєві недоліки, студент повинен його переробити, враховуючи зауваження і пропозиції.

Важливим напрямком самостійної роботи є навчально-дослідницька діяльність. Студенти отримують для досліджень теми, пов'язані з життям в області, району, підприємства, закладу або розробляють свою тему, погодивши її з викладачем. Складні теми може виконувати група з декількох студентів. Процес дослідження включає вивчення документів, матеріалів місцевої преси, бесіди, особисті спостереження, анкетні опитування. Потім потрібно скласти план, визначити свою точку зору, написати конспект чи повний текст повідомлення, узагальнити матеріал, зробити висновки. Про результати навчальних досліджень рекомендується повідомити на заняттях, конференціях або оформити їх у вигляді таблиць, схем, альбомів. Рекомендована тематика навчально-дослідницької самостійної роботи студентів при вивченні дисципліни “Безпека життєдіяльності” вказана у додатку 1.

Залік – заключний етап вивчення дисципліни в цілому. Підготовка до нього починається з першого дня занять і триває протягом усього триместру. Рівень засвоєння програмного матеріалу студенти мають змогу визначити самостійно, давши відповіді на запитання теоретичної тестової та практичної частини комплексної контрольної роботи з дисципліни “Безпека життєдіяльності”.

Удосконалення навчального процесу на кафедрі передбачає підвищення ролі самостійної роботи. З цією метою дещо скорочується обов'язкове аудиторне навантаження і вивільняється час для самостійної діяльності студентів. Викладачі при цьому надають методичну допомогу у плануванні, організації самостійної роботи, в підготовці рефератів, навчально-дослідницької роботи.

2. РОБОЧА ПРОГРАМА З КУРСУ “БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ”

Безпека життєдіяльності (БЖД) – це наука про збереження здоров'я і безпеку перебування людини в оточуючому середовищі.

Мета курсу – озброїти майбутніх фахівців теоретичними знаннями і практичними навичками, необхідними для створення безпечних і здорових умов життя та діяльності, прогнозування і прийняття грамотних рішень в умовах надзвичайних ситуацій мирного і воєнного часу щодо захисту населення від можливих наслідків аварій, катастроф,

стихійних лих і використання сучасних засобів масового ураження, а також у ході ліквідації цих наслідків.

Для оцінки знань студентів використовується контрольна робота і підсумковий контроль - залік (диференційований залік).

ЗМІСТ ДИСЦИПЛІНИ
РОЗДІЛ I
БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ У ПОВСЯКДЕННИХ УМОВАХ
ВИРОБНИЦТВА І ПОБУТУ
ЛЕКЦІЙНІ ЗАНЯТТЯ

Тема 1.1. Середовище проживання людини.

Проблеми безпеки людини в системі "Людина – життєве середовище". Мета, зміст і завдання курсу БЖД. Основні положення міжнародного права з питань захисту людей у протоколах Женевської конференції.

Навколишнє середовище: природне, соціальне. Природне середовище: атмосфера, гідросфера, літосфера, біосфера. Біологічний кругообіг. Екосистеми. Антропосфера. Техносфера. Ноосфера.

Екологічні проблеми біосфери. Антропогенні забруднення природного середовища і їх наслідки. Регіональний комплекс забруднень природного середовища.

Природні й антропогенні небезпечні і шкідливі фактори середовища існування людини, їх класифікація. Поняття про санітарні норми, допустимі рівні й концентрації шкідливих речовин.

Взаємодія людини з навколишнім середовищем. Поняття про здоров'я людини. Медико - демографічна ситуація в Україні.

Тема 1.2. Небезпечні та шкідливі фактори середовища проживання, їх вплив на людину.

Шкідливий вплив фізичних факторів середовища проживання на організм людини. Вплив шуму, вібрації, електромагнітних випромінювань на організм людини.

Іонізуюче випромінювання, його види, джерела. Дози опромінювання, рівні радіації, активність радіоактивних речовин, ступінь радіоактивного забруднення. Біологічна дія радіації на організм людини. Гостра і хронічна променева хвороба. Профілактика радіаційних уражень. Радіозахисне харчування. Норми радіаційної безпеки.

Вплив аномальних температур на людський організм. Опіки. Сонячний і тепловий удари. Відмороження. Загальне замерзання. Перша допомога. Профілактика.

Електротравма. Механізми впливу електричного струму на організм людини. Способи захисту від ураження електричним струмом. Перша допомога при електротравмі. Ураження блискавкою.

Шкідливий вплив хімічних факторів середовища проживання на організм людини. Характеристика хімічних факторів середовища проживання, інтоксикації свинцем, ртуттю, оксидом вуглецю. Отруєння нітратами, нітритами, пестицидами і агрохімікатами. Вплив на організм людини забруднювачів повітря жилих приміщень.

Медико-біологічні та психологічні причини алкоголізму, наркоманії, токсикоманії, нікотинізму. Вплив великих і малих доз алкоголю, паління, наркотиків на здоров'я і працездатність людей різного віку. Перша допомога при отруєннях алкоголем і наркотичними речовинами. Профілактика шкідливих звичок.

Шкідливий вплив біологічних факторів середовища проживання на організм людини. Загальна характеристика біологічних шкідливих факторів довкілля. Поняття про

інфекційний процес. Характеристика основних груп інфекційних хвороб. Невідкладна допомога та їх профілактика. Дифтерія, туберкульоз, лептоспіроз.

Отруєння грибами. Перша допомога і профілактика.

Медико-демографічні та економічні проблеми СНІДу. Ранні ознаки, діагностика і профілактика. Венеричні хвороби: гонорея, сифіліс. Епідеміологія, ранні ознаки, перебіг захворювання, ускладнення. Профілактика венеричних захворювань.

Психофізіологічні небезпечні й шкідливі фактори середовища проживання, їх вплив на людину.

Основи фізіології праці. Фізіологічна крива працездатності. Вплив метеорологічних умов і біоритмів на організм людини і її працездатність. Гігієнічна оцінка умов і характеру праці.

Розумова праця. Види нервово-психічного напруження. Стрес і депресія – як реакція на перенапруження. Гігієна розумової праці.

Специфіка роботи з обраної спеціальності. Гіподинамія, гіпокінезія і їх наслідки: стенокардія, інфаркт міокарда, гіпертонічний криз, функціональні розлади центральної нервової системи. Невідкладна допомога. Профілактика.

Тема 1.3. Виробничий, побутовий і дорожньо-транспортний травматизм.

Виробничий і побутовий травматизм. Відкриті і закриті ушкодження.

Поняття про травму і травматизм. Основні причини і фактори, що сприяють виникненню травм. Соціальні й матеріальні збитки від травматизму. Запобігання побутовим травмам.

Рани, їх ознаки. Ускладнення ран: шок, гостра анемія, хірургічна інфекція (вогнищева, загальна, анаеробна). Перша допомога при ранах. Профілактика ускладнень.

Класифікація закритих ушкоджень. Розтягнення, розриви, удари по м'яких тканинах, вивихи, переломи кісток, травматичний токсикоз, утоплення, причини, ознаки, невідкладна допомога;

Дорожньо-транспортний травматизм.

Дорожньо-транспортна аварійність і безпека руху. Причини ДТП. Поведінка дітей на дорозі. Наслідки ДТП: травматичний шок, обморок, зупинка дихання і серцевої діяльності. Порядок надання першої допомоги при ДТП.

Найтипівіші ушкодження при ДТП: черепно-мозкова травма (струс, удар і стиснення головного мозку, перелом кісток черепа); травми грудної клітки і органів грудної порожнини (перелом ребер, ушкодження серця і легень); органів черевної порожнини (розриви печінки, селезінки, кишечника) і таза (переломи кісток) ушкодження сечового міхура, уретри, прямої кишки). Переломи хребта. Ранні ознаки, перша допомога.

Заходи щодо зменшення важкості травм при ДТП.

Тема 1.4. Медико-соціальні проблеми безпеки материнства

Передумови і складові здоров'я жінки. Генітальна та екстрагенітальна патологія, її вплив на репродуктивну функцію жінки і здоров'я дітей. Планування сім'ї. Сучасні способи і засоби попередження вагітності. Аборт і його наслідки. Перебіг та ускладнення вагітності, пологів, післяпологового періоду.

Практичні та лабораторні заняття.

Тема 1.3. Виробничий, побутовий і дорожньо-транспортний травматизм.

Невідкладна допомога при розладах дихання і серцевої діяльності.

Поняття про термінальні стани. Визначення ознак життя. Покази до проведення

штучного дихання і закритого масажу серця. Методика проведення штучного дихання способом “з рота в рот” і непрямого масажу серця одним і двома рятувальниками.

Невідкладна допомога при кровотечах і переломах кісток.

Види кровотеч. Способи тимчасової зупинки кровотеч: пальцеве притискання артерій до кісток, максимальне згинання кінцівок у суглобі, накладання стискуючої пов'язки, тампонада ран, накладання джгута і джгута – закрутки. Зупинка носової кровотечі.

Транспортна іммобілізація при переломах кінцівок, черепа, хребта, ребер, таза.

Накладання пов'язок на рани.

Види пов'язок. Правила бинтування. Основні типи бинтових пов'язок. Пов'язки на голову, шию, грудну клітку, ділянку живота і таза, на верхні та нижні кінцівки. Використання підручного матеріалу для пов'язок.

РОЗДІЛ II БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ ЛЕКЦІЙНІ ЗАНЯТТЯ

Тема 2.1. Правові, нормативно - технічні, організаційні основи забезпечення БЖД.

Охорона навколишнього середовища. Законодавство України про збереження довкілля і безпеку життєдіяльності людини.

Питання надзвичайних ситуацій у законах і підзаконних актах України в протоколах Женевської конференції 1949 р. і Додаткових протоколах 1977 р.

Роль, місце і завдання ЦО в структурі заходів щодо забезпечення життєдіяльності населення і держави.

Міністерство з надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи (МНС). Єдина державна система запобігання і реагування на надзвичайні ситуації техногенного та природного характеру.

Загальні принципи організації і структури ЦО України. Постійні комісії з техногенно-екологічної безпеки і надзвичайних ситуацій (ПКТЕБНС) при виконавчих органах влади, їх завдання.

Сили і заклади ЦО, формування ЦО, їх організація і призначення. Завдання та організаційна структура ЦО на ОГД. Поняття про сигнали ЦО. Періоди готовності ЦО. Цивільна оборона в інших державах.

Тема 2.2. Надзвичайні ситуації мирного і воєнного часу та їх вплив на життєдіяльність населення.

Причини виникнення й класифікація НС. Стихійні лиха, їх класифікація. Коротка характеристика можливих стихійних лих на території України, області, місці знаходження вузу. Їх профілактика. Характеристика осередків ураження при стихійних лихах: зсувах, землетрусах, повенях, бурях, ураганах, смерчах, побутових, виробничих і лісових пожежах. Правила поведінки і дії населення при стихійних лихах.

Тема 2.4. Захист населення у надзвичайних ситуаціях.

Основні принципи і способи захисту населення у надзвичайних ситуаціях. Дії населення за сигналами оповіщення штабу ЦО. Заходи протирадіаційного й протихімічного захисту. Режими захисту населення та промислової діяльності ОГД при радіаційному і хімічному зараженні. Організація дозиметричного й хімічного контролю на

об'єкті. Нагромадження, зберігання і порядок видачі ЗІЗ на ОГД. Ліквідація наслідків надзвичайних ситуацій (санітарна обробка, дезактивація, дегазація, дезинфекція). Способи захисту при радіоактивному й хімічному зараженні.

Евакуаційні заходи, організація і планування їх. Особливості евакуаційних заходів у випадку аварій, катастроф і стихійних лих, планування евакуаційних заходів у власному вузі.

Тема 2.5. Ліквідація наслідків надзвичайних ситуацій.

Основи організації і проведення рятувальних та інших невідкладних робіт в осередках ураження. Сили і засоби, необхідні умови для успішного проведення РПНР. Прийоми і способи проведення рятувальних робіт. Особливості проведення РПНР при аваріях на радіаційних та хімічно небезпечних об'єктах, в районах стихійного лиха та при пожежах. Організація роботи по знезараженню місцевості, споруд, техніки, одягу ЗІЗ. Види знезараження. Часткова і повна санітарна обробка людей.

ПРАКТИЧНІ, ЛАБОРАТОРНІ ЗАНЯТТЯ.

Тема 2.2. Надзвичайні ситуації мирного і воєнного часу та їх вплив на життєдіяльність населення.

Виробничі аварії й катастрофи. Характерні особливості аварій на виробництвах із застосуванням СДОР і на АЕС (на прикладі Чорнобильської АЕС). Характеристика осередків ураження і зон зараження. Залежність розмірів осередків ураження від маси продуктів вибуху, СДОР, їх типу, метеорологічних умов та характеру місцевості.

Тема 2.3. Оцінка обстановки у надзвичайних ситуаціях.

Оцінка хімічної обстановки. Основні поняття й визначення. Прилади хімічної розвідки. Оцінка хімічної обстановки при аваріях на хімічно небезпечних об'єктах з витіканням СДОР. Визначення меж і площ зон хімічного зараження й осередків хімічного ураження, терміну початку зараження об'єкта, що знаходиться на заданій відстані від місця аварії, терміну уражаючої дії СДОР і можливих наслідків ураження.

Оцінка радіаційної обстановки при аваріях на радіаційно - небезпечних об'єктах та при застосуванні сучасних засобів ураження.

Прилади радіаційної розвідки та дозиметричного контролю. Визначення доз радіації і допустимої тривалості перебування людей в зонах зараження. Визначення допустимого початку перебування і можливих втрат людей під час перебування в зонах зараження.

Тема 2.4. Захист населення у надзвичайних ситуаціях.

Індивідуальні та колективні засоби захисту. Класифікація засобів індивідуального захисту. Засоби захисту шкіри (легкий захисний костюм Л-1, комплект захисного фільтруючого одягу ЗОФ-58). Підручні засоби захисту шкіри. Засоби захисту органів дихання (протигази ГП-5, ГП-5м, ГП-7, промислові протигази, респіратори Р-2, "Пелюстка", ізолюючі протигази, протипилеві тканинні маски ППМ-1, ватно - марлеві пов'язки), призначення і правила користування.

Медичні засоби індивідуального захисту: аптечка індивідуальна АІ-2, ІПП-8, індивідуальний перев'язочний пакет ІПП-1.

Колективні засоби захисту.

Осередки ураження при аваріях на радіоактивно та хімічно небезпечних об'єктах.

3. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Артамонова В.Г., Шаталов Н.Н. Профессиональные болезни. - М.: Медицина, 1988.
2. Бакка М.Т. зі співавт. Основи безпеки життєдіяльності людини.- Житомир.: РВВЖУТІ, 1997.
3. Бунин К.В. Инфекционные болезни.- М.: Медицина, 1997.
4. Губський А.І. Цивільна оборона.-К.: Міністерство освіти , 1996.
5. Заячківський А.Г., Якобчук М.В. Завдання до контрольної роботи та методичні вказівки по її виконанню з курсу "Безпека життєдіяльності" для студентів II курсу всіх спеціальностей заочної форми навчання. Тернопіль: ТАНГ, 1997.
6. Заячківський А.Г. Методичні рекомендації та контрольні завдання з оцінки радіаційної обстановки на об'єкті народного господарства для студентів всіх спеціальностей денної та заочної форм навчання.-Тернопіль: ТАНГ,1997.
7. Заячківський А.Г. Навчально – методичний комплекс з курсу “Безпека життєдіяльності” для студентів всіх спеціальностей денної та заочної форм навчання. – Тернопіль: ТАНГ, 1999 р.
8. Міценко І.М. Забезпечення життєдіяльності людини в навколишньому середовищі. - Кіровоград: 1998.
9. Нейко Е., М. Долікарняна допомога вдома.- К.: Здоров'я, 1989.
- 10.Петрик О.І. Медико-біологічні та психолого-теоретичні основи здорового способу життя .- Львів: Світ, 1993.
- 11.Сафонов А.Г. Учебное пособие для подготовки медицинских сестер.-М.: Медицина, 1979.
- 12.Студницин А.А., Туранов Н.М. Справочник дермато-венеролога. -М.: Медицина, 1971.
- 13.Хижняк М.І., Нагорна А.М. Здоров'я людини та екологія.-К.: Здоров'я, 1995
- 14.Царик Л.П. з співавт. Основи екологічних знань. Тернопіль: КЖВ "Тернопіль", 1994.
- 15.Чаплинський В.В., Лопушан В.М. Долікарняна допомога при травмах.-К.: Здоров'я, 1979.
- 16.Шкрабак В.С. Охрана труда. - Ленинград: Агропромиздат, 1990.
- 17.Шубин Е.П. Гражданская оборона. – М.: Просвещение,1991.

4. КОНТРОЛЬНІ ЗАПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ

1. Роль і завдання ЦО в структурі заходів щодо забезпечення життєдіяльності населення.
2. Загальні принципи організації і структура ЦО України.
3. Завдання та організаційна структура ЦО на ОГД.
4. Формування ЦО, їх організація і призначення.
5. Надзвичайні ситуації, їх класифікація і характеристика.
6. Стихійні лиха, їх класифікація. Зсуви: причини, характеристика і запобігання.
7. Характеристика осередків ураження при землетрусах. Правила поведінки і дії населення.
8. Характеристика осередків ураження при повенях, ураганах. Правила поведінки і дії населення.

9. Причини виникнення і фактори, що сприяють поширенню побутових, виробничих і лісових пожеж. Способи ліквідації пожеж. Правила поведінки і дії населення.
10. Основні уражаючі фактори сучасної зброї, їх характеристика і наслідки впливу на людей.
11. Характеристика аварій на виробництвах із застосуванням аміаку. Вплив аміаку на організм людини. Перша допомога. Профілактика уражень.
12. Характеристика аварій на виробництвах із застосуванням хлору. Вплив хлору на людей, перша допомога, профілактика уражень.
13. Характеристика осередків і зон зараження при аваріях на АЕС.
14. Основні способи захисту населення в умовах надзвичайних ситуацій. Дії населення за сигналами оповіщення штабу ЦО.
15. Заходи протирадіаційного захисту населення при аваріях на АЕС.
16. Заходи протихімічного захисту населення при аваріях на хімічно небезпечних об'єктах.
17. Планування і організація евакуаційних заходів при надзвичайних ситуаціях мирного і воєнного часу.
18. Ліквідація наслідків надзвичайних ситуацій. Суть і організація робіт щодо дезактивації місцевості, споруд і техніки.
19. Суть і організація робіт з дегазації місцевості, споруд і техніки.
20. Організація дозиметричного і хімічного контролю на об'єкті господарської діяльності. Правила користування приладами ДП-5, ДП-24, ВПХР.
21. Шляхи і способи підвищення стійкості роботи промислових об'єктів в умовах надзвичайних ситуацій.
22. Основи організації і проведення РІНР в осередках ураження при надзвичайних ситуаціях мирного і воєнного часу.
23. Захисні споруди. Сховища, їх призначення і використання. Порядок укриття в них населення.
24. Протирадіаційні укриття. Організація експлуатації і укриття населення в умовах мирного і воєнного часу.
25. Поняття про оцінку хімічної обстановки, вихідні дані для її оцінки.
26. Поняття про оцінку радіаційної обстановки, вихідні дані для її оцінки.
27. Медичні засоби індивідуального захисту: аптечка індивідуальна АІ-2, індивідуальний протихімічний пакет ІПП-8, індивідуальний перев'язувальний пакет ІПП-1. Призначення, правила користування.
28. Засоби індивідуального захисту, їх класифікація і призначення. Порядок накопичення, зберігання й видачі ЗІЗ на ОГД.
29. Призначення і правила користування засобами захисту шкіри (легкий захисний костюм Л-1, комплект захисного фільтруючого одягу ЗФО, захисний комбінезон, підручні засоби захисту).
30. Засоби захисту органів дихання (протигаз ГП-5, респіратори Р-2 і "Пелюстка", промислові протигазы, ватно - марлеві пов'язки), їх застосування.
31. Характеристика навколишнього середовища.
32. Антропогенні забруднення атмосфери.
33. Антропогенні забруднення гідросфери.
34. Характеристика забруднень і руйнування літосфери.
35. Медико - демографічна ситуація в Україні.
36. Охорона навколишнього середовища. Законодавство України про збереження довкілля і безпеку життєдіяльності людини.
37. Поняття про природні і антропогенні небезпечні й шкідливі фактори середовища проживання, їх класифікація. Санітарні норми, допустимі рівні і концентрації шкідливих речовин.
38. Шкідливий вплив фізичних факторів середовища проживання (шум, вібрація,

електромагнітні випромінювання) на організм людини.

39.Іонізуюче випромінювання, його види, джерела. Поняття про допустимі дози опромінення, рівні радіації, ступінь радіоактивного забруднення, природний фон радіації.

40.Вплив іонізуючих випромінювань на організм людини. Причини виникнення і перебіг хронічної променевої хвороби.

41.Причини, форми і періоди перебігу гострої променевої хвороби.

42.Профілактика радіаційних уражень. Радіозахисне харчування.

43.Основи фізіології праці. Гігієнічна оцінка умов і характеру праці.

44.Гіподинамія та її наслідки.

45.Поняття про стенокардію, інфаркт міокарда, гіпертонічний криз. Перша допомога і профілактика.

46.Шкідливий вплив на організм людини свинцю, ртуті, оксиду вуглецю. Ознаки отруєння, перша допомога, профілактика.

47.Отруєння нітратами і нітритами. Ознаки, перша допомога і профілактика.

48.Отруєння пестицидами і агрохімікатами. Ознаки, перша допомога і профілактика.

49.Поняття про інфекційний процес. Причини, ранні ознаки, профілактика дифтерії.

50.Епідеміологія, ранні ознаки, клінічний перебіг і профілактика туберкульозу, лептоспірозу.

51.Отруєння грибами. Перша допомога, профілактика.

52.Медико - демографічні та економічні проблеми СНІДу. Ранні ознаки, діагностика і профілактика.

53.Епідеміологія, ранні ознаки, перебіг, ускладнення і профілактика сифілісу.

54.Причини, ранні ознаки, перебіг, ускладнення і профілактика гонореї.

55.Механізм шкідливої дії алкоголю на людський організм. Гострі отруєння алкоголем, перша допомога.

56.Причини, періоди перебігу і ознаки хронічного алкоголізму.

57.Вплив паління на курців і оточуючих.

58.Медико - біологічні та психологічні проблеми наркоманії. Вплив наркотиків на організм людини, потомство.

59.Дорожньо-транспортний травматизм, причини та наслідки. Порядок надання першої допомоги. Профілактика дорожньо-транспортних пригод.

60.Поняття про травму і травматизм. Причини і соціальні наслідки виробничого і побутового травматизму. Перша допомога при пораненнях і переломах. Запобігання побутових травм.

61.Правила виконання штучного дихання і непрямого масажу серця.

62.Дія електричного струму на людину. Перша допомога при електротравмах.

63.Допомога потерпілим від сонячного і теплового ударів, їх профілактика.

64.Заходи при утопленні та удушенні.

65.Поняття про знепритомніння, шок. Перша допомога, профілактика.

66.Поняття про опіки і відмороження. Перша допомога і профілактика.

67.Основні принципи планування сім'ї.

68.Аборт та його наслідки.

69.Фактори впливу на репродуктивну функцію жінки.

5. ТЕОРЕТИЧНА ТЕСТОВА ЧАСТИНА КОМПЛЕКСНОЇ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ З ДИСЦИПЛІНИ «БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ»

1. Навколишнє середовище – це:

- а) природні фактори життя людини;
- б) соціальні фактори життя людини;
- в) природно-антропогенні фактори життя людини;

г) ноосфера.

2. Небезпечні й шкідливі фактори довкілля поділяються на:

- а) хімічні;
- б) фізичні;
- в) термічні;
- г) біологічні;
- д) психофізіологічні.

3. Основні причини погіршення суспільного здоров'я в Україні:

- а) зниження життєвого рівня народу;
- б) соціально-психологічний дискомфорт;
- в) антропогенне забруднення атмосфери;
- г) недостатня санітарно - гігієнічна грамотність населення.

4. Основні екологічні проблеми атмосфери:

- а) водна та вітрова ерозія;
- б) парниковий ефект;
- в) промислові викиди в атмосферу;
- г) проблема збереження кисню;
- д) проблема озонових дір.

5. Проблема парникового ефекту зумовлена:

- а) кислотними дощами;
- б) смогом;
- в) зростанням концентрації CO₂ в атмосфері;
- г) сонячною радіацією;
- д) порушенням фотосинтезу.

6. Біосфера – це:

- а) навколишнє середовище, в якому існує активне життя;
- б) тропосфера до 20 км, гідросфера глибиною до 11 км, літосфера до 3 км,
- в) тропосфера до 30 км, гідросфера до 12 км, літосфера до 200 м;
- г) атмосфера до 8 км, гідросфера до 20 км, літосфера до 100 м.

7. До небезпечних й шкідливих психофізіологічних факторів належать:

- а) шум і вібрація;
- б) стрес;
- в) гіподинамія і гіпокінезія;
- г) втома і перевтома;
- д) розумово-фізичні перевантаження.

8. Медико – демографічна ситуація в Україні характеризується:

- а) постійним приростом населення, зниженням дитячої смертності;
- б) зниженням рівня народжуваності, зростанням смертності;

- в) скороченням тривалості життя, зростанням захворюваності;
- г) зростанням таких захворювань, як СНІД, туберкульоз, наркоманія, венеричні хвороби;
- д) дефіцитом йоду у довкіллі.

9. Екологічні проблеми гідросфери:

- а) забруднення води нафтопродуктами, радіонуклідами;
- б) забруднення води солями важких металів, твердим сміттям;
- в) забруднення води промисловими і побутовими стоками;
- г) теплове забруднення;
- д) парниковий ефект.

10. Причиною озонових дір є:

- а) галогеноорганічні сполуки;
- б) запуск ракет, реактивні літаки;
- в) виверження вулканів;
- г) сильні морози;
- д) електромагнітні бурі.

11. Характерні особливості біосфери:

- а) наявність вуглекислого газу та аміаку;
- б) наявність живих організмів;
- в) наявність достатньої кількості води;
- г) наявність речовин у двох агрегатних станах;
- д) фото - і хемосинтез.

12. Здоровий спосіб життя включає:

- а) дотримання особистої гігієни, раціональне харчування;
- б) вживання алкоголю і наркотиків;
- в) рухова активність, загартування організму;
- г) відсутність шкідливих звичок;
- д) відсутність забруднення довкілля.

13. Екологічні проблеми літосфери:

- а) водна та вітрова ерозія ґрунтів;
- б) забруднення ґрунту пестицидами та агрохімікатами;
- в) теплове забруднення ґрунтів;
- г) бактеріологічне забруднення;
- д) радіонуклідне забруднення ґрунтів.

14. Процес відновлення кисню у довкіллі залежить від:

- а) чисельності населення Землі;

- б) рослинних ресурсів Землі;
- в) біологічних ресурсів океану;
- г) забруднення океанів нафтопродуктами;
- д) фотосинтезу.

15. Екосистема – це:

- а) антропосфера, ноосфера;
- б) сукупність природних, природно-антропогенних і соціальних факторів життя людини;
- в) сукупність природного, соціального і антропогенного середовища;
- г) єдиний природний комплекс з живими організмами і неорганічними компонентами, які взаємопов'язані кругообігом речовин.

16. До хімічних небезпечних й шкідливих факторів належать:

- а) токсичні гриби;
- б) алкоголь, наркотики, нікотин;
- в) луги, кислоти, оксид вуглецю;
- г) солі ртуті, свинцю;
- д) нітрати, нітрити, аміак, хлор.

17. Здоров'я людини залежить від:

- а) способу життя;
- б) стану навколишнього середовища;
- в) репродуктивної культури населення;
- г) спадковості;
- д) рівня медичної допомоги.

18. Екологія – це наука про:

- а) відносини живих істот між собою і неорганічною природою;
- б) згубний вплив сучасної цивілізації на довкілля;
- в) виснаження природного середовища;
- г) біологічний кругообіг у природі;
- д) небезпечні і шкідливі фактори довкілля.

19. Причиною кислотних дощів є:

- а) наявність в атмосфері сірчистого газу;
- б) наявність в атмосфері азотних сполук, хлору;
- в) наявність в атмосфері оксиду вуглецю;
- г) фотохімічні смоги.

20. До біологічних небезпечних і шкідливих факторів довкілля належать:

- а) бактерії, віруси;
- б) спірохети, грибки;
- в) розумові та фізичні перевантаження;
- г) токсини - продукти життєдіяльності живих істот;
- д) окремі рослини, тварини.

21. Шкідливі фактори середовища існування людини – це:

- а) фактори, які за певних умов викликають у людини травму;
- б) фактори, які за певних умов викликають у людини раптове погіршення здоров'я;
- в) фактори, які за певних умов викликають зниження працездатності;
- г) фактори, які за певних умов викликають у людини захворювання.

22. Здоров'я – це:

- а) відсутність хвороби;
- б) стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя;
- в) здатність організму адаптуватись до умов навколишнього середовища;
- г) відсутність шкідливих звичок.

23. Фотосинтез – це:

- а) процес формування органічних рослин з неорганічних;
- б) процес перетворення єдиних органічних речовин в інші;
- в) розкладання органічних речовин до мінеральних речовин;
- г) синтез органічних речовин певними бактеріями.

24. Антропосфера – це:

- а) частина біосфери, де живе і яку використовує людина;
- б) частина біосфери, змінена людиною внаслідок дії технічних засобів;
- в) думаючий пласт, який розвивається над біосферою;
- г) наука, про взаємовідносини живих істот між собою.

25. До фізичних небезпечних факторів довкілля належать:

- а) шум, вібрація;
- б) вогонь, охолоджені предмети;
- в) електричний струм, іонізуючі випромінювання;
- г) нітрати, нітрити, магнітні поля, ультрафіолетові промені;
- д) пестициди, агрохімікати.

26. До основних ознак сонячного та теплового ударів належать:

- а) підвищення температури тіла;
- б) сповільнення пульсу, підвищення АТ;
- в) головні болі, головокружіння, шум у вухах;
- г) нудота, блювання, почервоніння шкіри;

д) спрага, носова кровотеча.

27. Найчутливішими до дії радіації є:

- а) кісткова і м'язова тканина;
- б) шкіра і нервова тканина;
- в) кровотворна тканина;
- г) сперматогенний та кишковий епітелій;
- д) серцево-судинна система.

28. Обсяг невідкладної допомоги при електротравмі:

- а) закопати потерпілого на 5 хв. у землю;
- б) звільнити потерпілого від дії електричного струму;
- в) зробити, при потребі, штучне дихання і масаж серця;
- г) зупинити кровотечу і накласти асептичну пов'язку на рану;
- д) відтягнути потерпілого від обірваного дроту однією рукою.

29. При тривалій дії шуму з'являються:

- а) розлади нервової, ендокринної систем;
- б) задишка, облісіння, зниження зору;
- в) розлади серцево-судинної і травної системи;
- г) зниження слуху, нестерпний фізичний біль;
- д) болі, припухання суглобів.

30. При наданні невідкладної допомоги внаслідок сонячного чи теплового удару слід:

- а) дати міцні гарячі напої – каву, чай;
- б) покласти потерпілого в затінок чи у холодне приміщення;
- в) покласти на лоб і шию холодний компрес;
- г) призначити прохолодний душ;
- д) дати велику кількість холодних напоїв.

31. Ураженню блискавкою сприяють:

- а) перебування біля високих дерев, блискавковідводу;
- б) перебування у воді, на глині, біля металевої огорожі;
- в) пересування людини пішки, автомобілем;
- г) протяги, відкриті вікна, розмова по телефону;
- д) перевтома, переїдання.

32. Біологічна дія радіації – це:

- а) руйнування еритроцитів;
- б) іонізація біологічного середовища;
- в) руйнування лейкоцитів;

- г) руйнування молекул і атомів тканин;
- д) зниження імунітету.

33. Вкажіть вірні відповіді:

- а) рентген – одиниця експозиційної дози;
- б) рад – одиниця поглиненої дози;
- в) Зіверт – одиниця поглиненої зони;
- г) КІ – одиниця щільності забруднення;
- д) Грей – одиниця експозиційної дози.

34. До невідкладної допомоги потерпілому при опіках відносять:

- а) розтин міхурів і накладання пов'язки;
- б) змащування ураженої ділянки жиром;
- в) накладання асептичної пов'язки;
- г) охолодження ушкодженої ділянки;
- д) припинення дії високої температури;
- е) дача знеболюючих.

35. Основні періоди гострої променевої хвороби:

- а) інкубаційний, прихований, розпалу хвороби;
- б) прихований, виражених клінічних проявів;
- в) первинна реакція на опромінення, відновлення;
- г) формування хвороби, відновлення, наслідків.

36. До кулінарної обробки продуктів, яка знижує вміст радіонуклідів, відносять:

- а) заморожування, смаження;
- б) вимочування;
- в) варіння;
- г) механічну очистку;
- д) маринування.

37. При надмірній і тривалій дії вібрації з'являються:

- а) головні болі, головокружіння, сонливість;
- б) ниючі болі, затерпання пальців, радикуліт;
- в) різі в очах, слъзотеча, припухлість суглобів;
- г) шум у вухах, болі у животі та в ділянці серця;
- д) поблідніння і набряк пальців.

38. Опікова хвороба виникає при:

- а) опіках 1 ступеня площею 15%;
- б) опіках 2 ступеня площею 15% ;
- в) опіках 3 ступеня площею більше 10%;
- г) опіках 4 ступеня площею більше 10%;
- д) опіках 2–4 ступеня площею більше 10 %.

39. Які види дії електричного струму на людину:

- а) біологічна;
- б) термічна;
- в) механічна;
- г) заспокійлива, тонізуюча;
- д) електрохімічна.

40. Основні ознаки хронічної променевої хвороби:

- а) загальна слабкість, втрата апетиту, нудота;
- б) головний біль, розлади сну;
- в) крововиливи, носові кровотечі;
- г) скорочення тривалості життя, розлади психіки;
- д) зниження кількості лейкоцитів, анемія.

41. До шкідливої дії ультрафіолетових променів відносять:

- а) бактерицидну дію;
- б) новоутворення шкіри;
- в) офтальмію;
- г) антирахітичну дію;
- д) загарну дію.

42. Які опіки належать до глибоких?

- а) 1 ступеня;
- б) 2 ступеня;
- в) 3 ступеня;
- г) 4 ступеня;
- д) 2–3 ступеня.

43. Невідкладна допомога при відмороженні включає:

- а) розтирання шкіри снігом з допомогою вовняної рукавички;
- б) розтирання шкіри горілкою чи спиртом;
- в) дача зігріваючих напоїв – невелика кількість алкоголю, кава, чай;
- г) теплі ванни;
- д) асептична пов'язка на уражену ділянку.

44. Іонізуюче випромінювання – це:

- а) потік альфа- і бета-частинок;
- б) потік нейтронів і протонів;
- в) потік ядер атомів гелію, калію;

- г) рентгенівське, гамма-випромінювання;
- д) потік електронів, ультрафіолетових променів.

45. Білки яких продуктів сприяють виведенню радіоактивного цезію?

- а) свинячого м'яса;
- б) вівсяної, гречаної крупи;
- в) кролячого і телячого м'яса;
- г) молока, сиру, яєць;
- д) баранячого м'яса, ячмінної крупи.

46. Електромагнітні хвилі в діапазонах частот, що перевищують допустимі, можуть викликати у людини:

- а) головний біль, роздратованість, розлади сну;
- б) загальне підвищення температури тіла;
- в) облісіння, ламкість нігтів;
- г) прискорене дихання і частий пульс;
- д) місцеве підвищення температури.

47. Які ознаки характерні для відмороження 1 ступеня?

- а) блідість і набряк шкіри;
- б) синьо-червоне забарвлення шкіри і втрата чутливості;
- в) поява міхурів;
- г) пониження температури тіла до 31 – 33° С.
- д) змертвіння шкіри, сильний біль.

48. Виділіть 2 пари овочів і фруктів, що мають найбільшу концентрацію пектину;

- а) помідори та огірки;
- б) картопля і виноград;
- в) горох і морква;
- г) горох і столовий буряк;
- д) квасоля і яблука.

49. Основні ознаки отруєння оксидом вуглецю (чадним газом):

- а) загальне нездужання, слабкість, в'ялість, порушення координації рухів;
- б) зниження працездатності, загальне нездужання, погіршення пам'яті, шум у вухах;
- в) шум у вухах, нудота, блювота, порушення дихання, втрата свідомості;
- г) нудота, блювота, підвищення температури тіла, спрага;
- д) головний біль, головокружіння, різка загальна слабкість.

50. Перша допомога при отруєнні нітратами:

- а) ретельно промити шлунок;
- б) дати випити активоване вугілля;
- в) прийняти послаблюючий засіб;
- г) винести на свіже повітря;
- д) зробити штучне дихання, закритий масаж серця.

51. Фосфорорганічні сполуки у вигляді інсектицидів поступають в організм людини:

- а) через укуси бліх, вошей;
- б) дихальні шляхи;
- в) шлунково-кишковий тракт, шкіру;
- г) харчові продукти, заражені виділеннями гризунів;
- д) контактним шляхом.

52. Ознаки алкогольного сп'яніння II ступеня:

- а) невиразна мова, в'ялість;
- б) різке порушення координації рухів;
- в) підвищена подразливість, спалахи гніву, прискіпливість до оточуючих;
- г) легке головокружіння, самовпевненість;
- д) похмілля.

53. Для жінок, які палять, характерні:

- а) запалення жіночих статевих органів;
- б) землистий колір шкіри обличчя з ранньою появою зморщок;
- в) охриплість голосу, подразливість слизових оболонок дихальних шляхів;
- г) підвищений статевий потяг;
- д) злоякісні пухлини дихальних шляхів.

54. Ознаки отруєння ртуттю:

- а) нудота, блювота, ломота у всьому тілі, проноси, почервоніння шкіри обличчя, долонь;
- б) різка слабкість, головний біль, нудота, блювота, відчуття металевого присмаку в роті, слинотеча, болі в животі, кров'яні проноси;
- в) різка слабкість, слинотеча, біль в животі, нудота, блювота;
- г) болі в животі, нудота, блювота, підвищення температури тіла, висипи на шкірі пальців, втрата працездатності.

55. Зменшення надходження нітратів і нітритів в організм людини можна досягти:

- а) миттям і механічним очищенням продуктів;

- б) вимочування у воді очищених продуктів;
- в) копченням, смаженням, тушкуванням харчових продуктів;
- г) відварюванням протягом тривалого часу.

56. Перша допомога при отруєнні ФОС:

- а) при попаданні на шкіру – промити її 10% розчином питної соди;
- б) промити шкіру 5% розчином оцтової кислоти;
- в) при попаданні в очі – промити їх 5% розчином нашатирного спирту;
- г) промити шлунок 2% розчином соди;
- д) застосувати активоване вугілля.

57. Ознаки, характерні для алкогольного сп'яніння III ступеня:

- а) нудота, блювання
- б) невиразна мова;
- в) некоординовані рухи;
- г) агресивність, яка змінюється глибоким сном;
- д) мішки під очима, набряк обличчя.

58. Що свідчить про вживання наркотиків?

- а) наявність "доріжки" по ходу вен;
- б) часті відлучення з дому; байдуже ставлення до навчання;
- в) посилений апетит, спрага;
- г) часті простудні захворювання;
- д) посилений статевий потяг.

59. Ознаки гострого отруєння тетраетилсвинцем:

- а) страх, тривога, розгубленість, кошмарні сні, відчуття стороннього тіла на тілі, в роті;
- б) загальна слабкість, недомагання, пониження працездатності;
- в) болі в животі, пронос, загальне нездужання;
- г) нудота, блювота, підвищення температури тіла;
- д) підвищення температури тіла, нудота, блювота, підвищена пітливість, нездужання.

60. Яка допустима добова кількість вживання нітратів людиною?

- а) 245,5 мг.; в) 340,0 мг; д) 312,5 мг.
- б) 240,0 мг.; д) 300,0 мг.;

61. До забруднювачів повітря приміщень належать:

- а) озон, водяна пара, з відносною вологістю 50%;
- б) радон, формальдегід;
- в) азбест, діоксид вуглецю;
- г) оксиди азоту;

д) засоби для чищення, полірування речей домашнього вжитку, клей, фарба, косметичні засоби.

62. Де найдовше затримується алкоголь?

- а) печінка;
- в) головний мозок;
- г) кишківник;
- д) нирки;
- б) кров.

63. Перша допомога при гострому отруєнні алкоголем:

- а) промивання шлунка, проносні засоби;
- б) міцні кава, чай;
- в) штучне дихання;
- г) введення наркотиків і серцевих засобів;
- д) вдихання нашатирного спирту або приймання 5–6 крапель на половину склянки води.

64. Перша допомога при отруєнні ртуттю:

- а) штучне дихання і закритий масаж серця;
- б) застосування грілки на ділянку живота;
- в) застосування серцевих засобів і покращення вентиляції легень;
- г) промивання шлунка, введення у шлунок яєчного білка та молока;
- д) суворе дотримання дієти.

65. Ознаки гострого отруєння нітратами при вживанні джерельної води і харчових продуктів з'являються через:

- а) 6–15 год; в) 1–6 год.; д) 8–14 год.
- б) 10–15 год.; г) 4–6 год.;

66. Ознаки гострого отруєння ФОС (пестицидами):

- а) головний біль, головокружіння, нудота, блювота;
- б) біль у животі, відчуття тривоги;
- в) порушення функції дихання, параліч центру дихання з наступною зупинкою;
- г) головний біль, кровотечі кишкові і шлункові;
- д) порушення процесів кровотворення, кровотеча.

67. Характерні ознаки хронічного алкоголізму:

- а) синдром абстиненції, похмілля, втрата контролю за кількістю прийнятого алкоголю;

- б) часте блювання;
- в) головний біль, головокружіння;
- г) різке зниження стійкості до великих доз алкоголю, запої;
- д) підвищення АТ, анемія, стенокардія.

68. До віддалених наслідків вживання наркотиків належать:

- а) передчасне старіння;
- б) ейфорія, підвищення працездатності на короткий проміжок часу;
- в) втрата ваги, випадіння зубів;
- г) деградація особи;
- д) статеві збочення.

69. Перша допомога при отруєнні оксидом вуглецю (чадний газ):

- а) промити шлунок 2% розчином питної соди;
- б) викликати блювоту;
- в) винести на свіже повітря;
- г) зробити доступ свіжого повітря, застосувати знеболюючий засіб;
- д) зробити доступ свіжого повітря, при зупинці дихання провести штучне дихання.

70. Які особливості токсичної дії метилового спирту?

- а) втрата зору;
- б) сильне головокружіння;
- в) втрата свідомості;
- г) ураження шлунково-кишкового тракту;
- д) зупинка дихання.
- е) пониження захисних властивостей організму.

71. Протягом якого часу алкоголь виводиться з головного мозку?

- а) 5 днів; в) 10 днів; д) 2–3 дні.
- б) 15 днів; г) 30 днів;

72. Прояви абстинентного синдрому у наркоманів:

- а) слино - і сльозотеча, пронос, пітливість;
- б) озноб, тремтіння рук, судоми жувальних м'язів;
- в) ейфорія, бажання похмелитись;
- г) виламуючі болі в суглобах, м'язах;
- д) порушення координації рухів, похитування при ходьбі.

73. Основні клінічні ознаки туберкульозу:

- а) кашель, потовиділення, підвищення температури;
- б) покашлювання, невелика слабкість, далі настає постійний сухий кашель, нездоровий рум'янець на щоках, схуднення, кровохаркання і згасання хворого;
- в) головний біль, слабкість, гарячка;
- г) втрата ваги, потовиділення, загальна слабкість, болі в горлі;
- д) запалення лімфовузлів, збільшення печінки, селезінки.

74. Середня тривалість інкубаційного періоду при сифілісі:

- а) 1–2 тижні; в) 3–5 тижнів; д) 6–10 год.
б) 3–4 тижні; г) 10–14 тижнів;

75. Ускладнення гонорей:

- а) запалення придатків матки, простати, суглобів;
б) запалення матки, яєчників;
в) запалення мозку;
г) підвищення температури тіла, головний біль;
д) біль при випорожненнях.

76. Вкажіть контингент людей, який найчастіше заражається ВІЛ - інфекцією:

- а) хворі на гемофілію;
б) гомосексуалісти, наркомани;
в) діти, заражені від матерів;
г) бактеріоносії;
д) хворі на туберкульоз.

77. Основні шляхи зараження сифілісом:

- а) інгаляційний;
б) статевий;
в) контактено-побутовий;
г) повітряно - краплинний;
д) парентеральний.

78. Тривалість інкубаційного періоду при гонорей:

- а) 1–3 дні;
б) 3–5 днів;
в) від 1 до 3–5 днів;
г) від 5 до 14 днів;
д) 1–21 день.

79. Які основні ознаки первинного сифілісу?

- а) запалення лімфатичних вузлів, висипання на тілі, інфільтрат;
б) блюдцевидна виразка, твердий безболісний інфільтрат;
в) руйнування кісток, м'яких тканин;
г) дряпання в горлі;
д) головокружіння.

80. Що таке дифтерія?

- а) це гостра інфекційна хвороба, яка характеризується загальною інтоксикацією і запаленням слизових оболонок (зів, гортань, трахея, око, шкіра) з утворенням на них плівок;

- б) це гостре інфекційне захворювання сечостатевих органів;
- в) це венерична хвороба, при якій уражаються слизові оболонки сечостатевих органів, горла, гортані;
- г) це хронічна хвороба верхніх дихальних шляхів і статевих органів;
- д) це венеричне захворювання, при якому уражається сечостатева система.

81. Профілактика ВІЛ – інфекції включає:

- а) уникнення випадкових статевих зв'язків;
- б) уникнення статевих зв'язків з гомосексуалістами, наркоманами;
- в) користування одноразовими шприцами;
- г) дотримання особистої гігієни.

82. Основні шляхи передачі гонорей:

- а) статевий;
- б) повітряно - краплинний;
- в) контактено-побутовий;
- г) трансмісивний;
- д) парентеральний.

83. Основні профілактичні заходи при дифтерії:

- а) ізоляція хворого в інфекційне відділення;
- б) виявлення бактеріоносіїв;
- в) щеплення проти дифтерії;
- г) дотримання особистої гігієни;
- д) застосування контрацептивів.

84. Основні ознаки лептоспірозу:

- а) головний біль, слабкість, гарячка, біль в горлі;
- б) білі плівки з сіруватим відтінком в горлі, набряк шиї, параліч м'якого піднебіння з гучнявістю;
- в) набряк зіву, почервоніння мигдаликів, гарячка, білий точковий висип на мигдаликах;
- г) підвищення температури до 39° С і більше, жовтяничність склер, шкіри, збільшена печінка, крововиливи;
- д) запалення лімфатичних вузлів.

85. Які ускладнення дифтерії небезпечні для життя людини?

- а) кровотечі з носа;
- б) параліч кінцівок;
- в) гостре запалення м'язової оболонки серця;
- г) стеноз (звуження) гортані, пневмонія;
- д) головний біль, головокружіння.

86. Які основні ознаки третинного сифілісу?

- а) плямисті висипи на шкірі, облісіння, збільшення лімфовузлів;

- б) утворення та розпад сифілітичних гум;
- в) втрата ваги тіла;
- г) поява твердого шанкеру;
- д) часті проноси.

87. Найбільший ризик зараження при туберкульозі:

- а) через предмети домашнього вжитку та матеріали для лабораторної діагностики;
- б) побутовий контакт з хворим на туберкульоз;
- в) через гострі ріжучі предмети;
- г) статевий зв'язок з інфікованим на туберкульоз;
- д) через нестерильні шприци.

88. Джерело зараження ВІЛ - інфекцією:

- а) комарі, блохи;
- б) хворі на ВІЛ - інфекцію;
- в) вірусоносії ВІЛ - інфекції;
- г) гризуни;
- д) бактеріоносії.

89. Які основні ознаки вторинного сифілісу?

- а) почервоніння в ділянці статевих органів, виразка на шкірі та слизових оболонках статевих органів;
- б) поява висипань на тілі, нічні головні болі та болі в кістках;
- в) ушкодження шкіри, кісток, ушкодження нервової системи, біль в м'язах, підвищення температури;
- г) часте сечовипускання;
- д) біль при акті дефекації.

90. Основні шляхи зараження дітей ВІЛ - інфекцією:

- а) профілактичні щеплення;
- б) введення ліків з допомогою шприца;
- в) внутрішньоутробне зараження;
- г) поцілунки з хворим на ВІЛ - інфекцію або вірусоносієм;
- д) користування спільними предметами домашнього вжитку.

91. Основні ознаки гонореї:

- а) свербіння, біль при сечовипусканні;
- б) часті позиви до сечовипускання;
- в) виділення гною з уретри;
- г) біль при дефекації (випорожненнях);
- д) головний біль, головокружіння.

92. Найчастіші ускладнення при дифтерії:

- а) ураження серцево-судинної системи, пневмонія, поліневрити, параліч м'якого піднебіння;
- б) запалення суглобів, простатити;
- в) запалення легенів;

- г) запалення мозку;
- д) параліч нижніх кінцівок.

93. Чим небезпечні кровотечі з вен шиї?

- а) можливістю засмокування повітря в центральний відрізок вени, що призводить до повітряної емболії;
- б) частим виникненням повторних кровотеч;
- в) важкістю діагностики.

94. Ознаки гострої анемії:

- а) загальна слабкість, спрага, головокружіння, потемніння в очах, нудота, блювання, блідість шкіри та слизових оболонок, пульс частий, слабкого наповнення, зниження артеріального тиску;
- б) загальна слабкість, головокружіння, потемніння в очах, зниження артеріального тиску, пульс частий слабкого наповнення, запах ацетону з рота, почервоніння обличчя;

95. Протишочкові заходи, які здійснюються на місці події:

- а) своєчасна зупинка зовнішньої кровотечі;
- б) введення промедолу із шприца-тюбика;
- в) іммобілізація кінцівок при переломах;
- г) закриття відкритого пневмотораксу;
- д) переливання крові, протишочкових рідин.

96. Перша медична допомога при вивихах:

- а) транспортна іммобілізація кінцівок;
- б) вправляння вивиху;
- в) застосування холоду на ділянку суглоба;
- г) введення наркотику з шприц - тюбика при сильних болях;
- д) евакуація в лікувальний заклад;
- е) тепло на ділянку суглоба.

97. Мета транспортної іммобілізації:

- а) зменшити болеві відчуття (профілактика травматичного шоку);
- б) не допустити виникнення додаткових пошкоджень м'яких тканин і внутрішніх органів;
- в) зменшити небезпеку виникнення і розвитку раневої інфекції при відкритих переломах;
- г) забезпечити зіставлення відламків кістки.

98. Вкажіть 2 найчастіші причини виникнення кровотеч:

- а) механічне пошкодження судинної стінки;
- б) порушення процесів зсідання крові;
- в) патологічні зміни судинної стінки.

99. Які ознаки свідчать про правильне накладання джгута?

- а) кровотеча припиняється;
- б) кінцівка блідне;
- в) кінцівка синіє;

г) пульс на кінцівці нижче місця накладання джгута зникає.

100. Для IV ступеня травматичного шоку характерні:

а) важкий загальний стан, землистий колір обличчя, холодний, липкий піт, відсутність рефлексів, повна втрата болювої чутливості, падіння максимального артеріального тиску нижче 50 мм рт. ст; пульс на променевій артерії не визначається, а на сонній і стегновій артеріях – не піддається підрахунку;

б) важкий загальний стан, виражена блідість шкіри та слизових оболонок, пульс 130–140 ударів за хвилину, падіння максимального артеріального тиску до 70–60 мм рт.ст.;

в) зупинка дихання, серця, відсутність рогівкового рефлексу, розширення зіниць.

101. Вивих – це:

а) стійке зміщення суглобових поверхонь кісток з виходом однієї з них через розрив капсули;

б) стійке зміщення суглобових поверхонь кісток з частковим порушенням їх цілості;

в) стійке зміщення суглобових поверхонь кісток з частковим порушенням цілості однієї з них.

102. Основні симптоми переломів:

а) біль;

б) деформація;

в) патологічна рухомість;

г) порушення функції ушкодженої кінцівки;

д) крепітація;

е) кровотеча;

є) втрата чутливості на ушкодженій кінцівці.

103. Ознаки артеріальної кровотечі:

а) кров яскраво-червоного кольору;

б) кров темно-червона;

в) кров витікає пульсуючою струминкою;

г) притискання судини вище місця пошкодження зменшує кровотечу.

104. Про що свідчить посиніння кінцівки нижче місця накладання джгута:

а) джгут накладено надто тісно;

б) джгут накладено слабо;

в) джгут накладено вірно.

105. Травматичний шок – це:

а) раптова, короткочасна втрата свідомості, що супроводжується послабленням діяльності серця і дихальних рухів;

б) раптове падіння артеріального тиску з частковою втратою свідомості та вираженою серцевою слабкістю;

в) важка нервово-рефлекторна реакція організму у відповідь на надзвичайні больові подразнення.

106. Перша медична допомога при розривах зв'язок і сухожилля:

- а) накладання стискуючої пов'язки;
- б) іммобілізація кінцівок;
- в) введення наркотичних речовин при сильних болях;
- г) застосування холоду в ділянці травми;
- д) застосування тепла в ділянці травми.

107. Які заходи включає в себе перша медична допомога при переломах?

- а) введення наркотичних аналгетиків;
- б) тимчасова (транспортна) іммобілізація;
- в) накладання гіпсових пов'язок;
- в) евакуація у лікувальний заклад.

108. Протягом якого часу можна залишати джгут на кінцівці влітку?

- а) не більше 1 години;
- б) не більше 2 годин;
- в) не більше 3 годин.

109. Способи тимчасової зупинки артеріальних кровотеч:

- а) пальцеве притискання судин;
- б) накладання стискуючої пов'язки;
- в) тампонада рани;
- г) накладання джгута;
- д) підвищене положення кровоточивої ділянки;
- е) максимальне згинання кінцівки в суглобі.

110. Основні клінічні ознаки еректильної фази травматичного шоку:

- а) рухове і мовне збудження при збереженій свідомості, блідість обличчя та видимих слизових оболонок, недооцінка важкості травми, різке підвищення больової чутливості, брадикардія, підвищення артеріального тиску;
- б) відсутність свідомості, клоніко - тонічні корчі;
- в) падіння артеріального тиску, тахікардія, відсутність вхідних і сухожилкових рефлексів, байдужість до оточуючих при збереженні свідомості.

111. Перша медична допомога при ударах:

- а) накладання стискуючої пов'язки;
- в) спокій, транспортна іммобілізація;
- д) пункція гематоми.

112. Переломи – це:

- а) часткове або повне порушення цілості кістки;
- б) стійке зміщення суглобових поверхонь кістки з виходом однієї з них через розрив капсули з порожнини суглоба;
- в) функціональні та анатомічні зміни в організмі, які виникають внаслідок дії різних агентів зовнішнього середовища.

113. При артеріальній кровотечі на кінцівках джгут накладають:

- а) вище місця кровотечі;
- б) нижче місця кровотечі;

в) на рану, що кровоточить.

114. Які є види кровотеч?

- а) артеріальні; г) паренхіматозні;
- б) венозні; д) змішані.
- в) капілярні;

115. Які фази розрізняють у клінічному перебігу шоку?

- а) еректильну; в) компенсації;
- б) торпідну; г) декомпенсації.

116. Основні симптоми вивихів:

- а) деформація кістки та її вкорочення;
- в) нерухомість, деформація суглоба;
- г) змушене положення кінцівки, порушення функції суглоба;
- д) набряклість тканин, крепітація.

117. При переломах, накладаючи шини, фіксують:

- а) завжди тільки 2 суглоби;
- б) завжди тільки 3 суглоби;
- в) два, а при переломах плеча та стегна – три суглоби.

118. Коли була створена ЦО України?

- а) 01.01.1932 р.;
- б) 12.10.1961 р.;
- в) 22.06.1941 р.;
- г) 01.12.1991 р.;
- д) 03.02.1993 р.

119. Кому підпорядковані невоєнізовані формування ОГД?

- а) начальнику ЦО області;
- б) начальнику ЦО міста, району;
- в) начальнику ЦО ОГД;
- г) Міністерству, відомству.

120. Що належить до надзвичайних ситуацій?

- а) стихійні лиха;
- б) аварії;
- в) катастрофи;
- г) воєнні дії.

121. Хто є начальником ЦО України?

- а) Президент;
- б) Прем'єр - міністр;
- в) Міністр оборони;
- г) Голова Президії Верховної Ради.

122. Як поділяються невоєнізовані формування за підпорядкованістю?

- а) територіальні;
- б) об'єктові;
- в) загального призначення;
- г) підвищеної готовності.

123. Як поділяються невоєнізовані формування за ступенем готовності?

- а) формування підвищеної готовності;
- б) формування загальної готовності;
- в) формування загального призначення;
- д) формування екстремальних ситуацій.

124. Хто є начальником ЦО ОГД?

- а) спеціально призначена особа;
- б) один із головних спеціалістів;
- в) перший заступник керівника ОГД;
- г) керівник ОГД.

125. Хто призначається начальником ЦО вузу?

- а) один з деканів;
- б) один із проректорів;
- в) ректор;
- г) начальник відділу кадрів.

126. Що належить до сил ЦО?

- а) регулярні війська;
- б) війська ЦО;
- в) спеціалізовані та невоєнізовані формування;
- г) заклади ЦО;
- д) національна гвардія.

127. Як поділяються невоєнізовані формування за призначенням?

- а) територіальні формування;
- б) формування загального призначення;
- в) формування служб ЦО;
- г) об'єктові формування.

128. Руйнування будівель, споруд виникають переважно в зоні землетрусу де інтенсивність його за шкалою Ріхтера рівна:

- а) 5 балів;
- б) 3 бали;
- в) 7–8 балів.

129. До найпоширеніших СДОР належить:

- а) хлор, синильна кислота, фосфор;
- б) аміак, фосген, дифосген;
- в) аміак, хлор, сірчаний ангідрид, кислоти;
- г) хлор, фосген, дифосген.

130. Зсуви – це:

- а) повені з дуже великою концентрацією мінеральних частинок, каміння і обламків гірських порід;
- б) зміщення мас гірських порід вниз по схилу, яке викликане різними причинами;
- в) сильні коливання земної кори, викликані проявами внутрішніх сил Землі.

131. Перша допомога при ураженні хлором:

- а) вивести на свіже повітря, промити очі, рот, ніс 2% розчином соди, дати пити молоко з содою, каву;
- б) одягнути протигаз, ватно - марлеву пов'язку чи респіратор, винести на свіже повітря, очі та рот промити чистою водою;
- в) винести на свіже повітря, зробити штучне дихання;
- г) дати вдихати нашатирний спирт.

132. Землетруси викликають такі стихійні лиха:

- а) зсуви, лавини, селі, цунамі;
- б) урагани, шторми, бурі, смерчі, лавини;
- в) снігові замети, пожежі, лавини, селі, урагани.

133. Місцевість вважається зараженою, якщо рівень радіації через одну годину після вибуху становить:

- а) у воєнний час – 0,5 р/год., у мирний – 0,2 р/год.;
- б) у воєнний час – 0,05 р/год., у мирний – 0,02 р/год.;
- в) у воєнний час – 50 р/год., у мирний – 20 р/год.;
- г) у воєнний час – 5 р/год., у мирний час – 2 р/год.

134. Дія хлору на організм людини:

- а) подразнює дихальні шляхи, викликає спазм судин;
- б) уражає шкіру, головний мозок, легені;
- в) подразнює дихальні шляхи, викликає набряк легень;
- г) подразнює слизову оболонку очей, знижує гостроту зору.

135. Стихійне лихо – це:

- а) непередбачене явище природи, яке раптово створює катастрофічну обстановку і призводить до порушення умов життєдіяльності населення, руйнування будівель, споруд, знищення матеріальних цінностей і загибелі людей;
- б) порушення нормальних умов життя і діяльності людей на об'єкті або території, спричинене аварією, катастрофою чи іншою небезпечною подією, яка призвела (може призвести) до загибелі людей або значних матеріальних втрат;
- в) здійснення або реальна загроза терористичного акту, транспортні аварії, пожежі, раптове руйнування споруд та будівель, гідродинамічні аварії на греблях, дамбах тощо.

136. До стихійних лих належить:

- а) гідродинамічні аварії на греблях, дамбах, аварії на інженерних мережах і спорудах, пожежі;
- б) зруйнування атомних і гідроелектричних станцій, складів і сховищ радіоактивних і токсичних речовин і відходів, зміна стану водних ресурсів та біосфери;
- в) землетруси, урагани, повені, пожежі, снігові замети, шторми, смерчі, селі.

137. Перша допомога при ураженні аміаком:

- а) забезпечити спокій і тепло;
- б) забезпечити спокій і тепло, зробити інгаляцію теплою водяною парою;
- в) при попаданні аміаку на шкіру промити її водою або 25%-ним розчином борної кислоти;
- г) промити слизові оболонки проточною водою і застосувати знеболюючі засоби.

138. Причини виникнення повені:

- а) необережне поводження з господарськими об'єктами;
- б) зливи, швидке танення льоду, виникнення заторів льоду, недотримання режиму господарювання у водоохоронних зонах і прибережних захисних смугах річок;
- в) влаштування гребель, нарощування дамб.

139. При загрозі повені потрібно:

- а) залишатись у приміщеннях, позачиняти вікна і двері; з дахів, балконів, лоджій прибрати предмети, вимкнути електрику, перекрити газ;
- б) перенести на місця, які не затоплюються, те майно, яке може пошкодити вода, вимкнути електрику, перекрити газ, взяти з собою документи і необхідні речі, невеликий запас продуктів і води та прийти на місце збору;
- в) оповістити населення і ОГД, підсилити спостереження за рівнем води, привести в готовність сили і засоби ЦО, перевірити стан дамб, гребель, мостів.

140. Дія аміаку на організм людини:

- а) пригнічує нервову систему, викликає опіки, розлади травлення;
- б) збуджує нервову систему, викликає корчі, набряк гортані і легень;
- в) викликає нудоту, блювоту, розлади дихання, серцевої діяльності, знижує гостроту зору;
- г) знижує м'язовий тонус, порушує координацію рухів.

141. При пожежах виділяють такі зони:

- а) горіння, теплового впливу, задимлення;
- б) полум'я, задимлення, тління;
- в) теплового впливу, полум'я, горіння.

142. У розвитку аварійної радіаційної обстановки виділяють періоди:

- а) скритий, йодної небезпеки, полінуклідний;
- б) періоди скритий, полінуклідний;
- в) йодної небезпеки, цезієвий;
- г) цезієвий, плутонієвий.

143. Дегазація хлору проводиться:

- а) слабким розчином оцтової кислоти;
- б) водою, розчином сірчаного ангідриду;
- в) лужним розчином гіпосульфїту, гашеним вапном.

144. Що належить до заходів протирадіаційного захисту?

- а) виявлення і оцінка радіаційної обстановки;
- б) дегазація зараженої території;

- в) дотримання режиму захисту;
- г) забезпечення населення ЗІЗ;
- д) використання радіозахисних засобів з аптечки АІ - 2.

145. Який мінімальний об'єм приміщень сховища на 1 людину?

- а) 1,5 м³;
- б) 2 м³;
- в) 3 м³;
- г) 2-3 м³;
- д) 1 м³.

146. Після повідомлення про евакуацію у воєнний час населення повинно:

- а) чекати евакотранспорту за місцем проживання;
- б) вирушити до сховища;
- в) зібрати необхідні речі, гроші, документи і продукти харчування у розрахунок на 2–3 дні;
- г) вирушити до родичів чи знайомих, що проживають за межами міста;
- д) прибути у визначений час на збірний евакуаційний пункт.

147. Яка тривалість великого привалу під час евакуації населення?

- а) 0,5 год.; г) 3 год.;
- б) 1–2 год.; д) 2–3 год.
- в) до 1 год.;

148. Що належить до заходів протихімічного захисту?

- а) дегазація;
- б) санітарна обробка людей;
- в) виявлення і оцінка хімічного становища;
- г) забезпечення населення протигазами;
- д) дезактивація, дозиметричний контроль.

149. Сигнал "УВАГА ВСІМ!" подається:

- а) повідомленням по телефону;
- б) включенням сирен;
- в) гудками підприємств;
- г) по радіо;
- д) по телебаченню.

150. Розосередження населення – це:

- а) організований вивіз чи вивід з категоризованих міст у заміську зону непрацюючого населення;
- б) організований вивіз чи вивід з міст робітників і службовців тих об'єктів, які продовжують роботу у воєнний час;
- в) організований вивіз з міст персоналу об'єктів, які забезпечують життєдіяльність міста;
- г) вивіз з міст робітників і службовців об'єктів, діяльність яких переноситься у заміську зону;

д) вивіз з міст робітників і службовців з членами сімей тих об'єктів, діяльність яких припиняється у воєнний час.

151. Що таке евакуація населення?

а) організований вивіз чи вивід з категоризованих міст у заміську зону непрацюючого населення;

б) організований вивіз чи вивід з міст робітників і службовців тих об'єктів, які продовжують роботу у воєнний час;

в) організований вивіз з міст персоналу об'єктів, які забезпечують життєдіяльність міста:

г) вивіз з міст робітників і службовців об'єктів, діяльність яких переноситься в заміську зону;

д) вивіз з міст робітників, службовців з членами їх сімей об'єктів, діяльність яких припиняється у воєнний час.

152. До основних способів захисту відносяться:

а) евакуація населення;

б) своєчасне оповіщення про НС;

в) створення формувань ЦО;

г) укриття у захисних спорудах;

д) використання ЗІЗ.

153. Сховища забезпечують повний захист від:

а) бойових ОР і СДОР;

б) проникаючої радіації, радіоактивного зараження місцевості;

в) ударної хвилі;

г) бактеріологічних засобів;

д) світлового випромінювання.

154. Основні способи евакуації:

а) перпендикулярно до руху хмари зараженого повітря;

б) комбінований;

в) пішим порядком;

г) транспортними засобами;

д) проти руху хмари зараженого повітря.

155. Що таке медичний захист населення в умовах надзвичайних ситуацій?

а) контроль продуктів харчування і води;

б) забезпечення населення предметами першої необхідності;

в) забезпечення своєчасного застосування профілактичних препаратів;

г) розгортання необхідної кількості лікарняних закладів;

д) своєчасне надання потерпілим медичної допомоги.

156. За сигналом "Повітряна тривога" потрібно:

а) вимкнути світло, газ, воду, нагрівальні прилади;

б) взяти ЗІЗ, документи, запас продуктів і води та укритися у захисній споруді чи на місцевості;

в) стежити за повідомленнями управління з питань надзвичайних ситуацій і цивільного захисту населення.

157. Яка мінімальна площа у сховищі на 1 людину?

- а) 1 м^2 ; в) $1-2\text{ м}^2$;
б) $0,4-0,5\text{ м}^2$; г) $0,6\text{ м}^2$; д) $0,8-1\text{ м}^2$.

158. Отримавши повідомлення "Загроза радіоактивного зараження", потрібно:

- а) одягнути протигаз;
б) за герметизувати квартиру;
в) оповістити сусідів;
г) діяти відповідно до вказівок управління з питань надзвичайних ситуацій і цивільного захисту населення.

159. При здійсненні маршу під час евакуації населення великий привал роблять:

- а) через 4 год. від початку евакуації;
б) через 5–6 год. від початку евакуації;
в) після двох малих привалів;
г) після прибуття в замиську зону;
д) у другій половині добового переходу.

160. Протирадіаційні укриття захищають від:

- а) ударної хвилі;
б) радіаційного випромінювання;
в) світлового випромінювання;
г) краплинних отруйних речовин;

6. ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА КОМПЛЕКСНОЇ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ **З ДИСЦИПЛІНИ «БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ»**

1. Оцінка хімічної обстановки при аваріях на хімічно небезпечних об'єктах.
2. Оцінка радіаційної обстановки при аваріях на радіаційно небезпечних об'єктах.
3. Проведення найпростіших реанімаційних заходів.
4. Надання першої медичної допомоги при травмах.
5. Надання невідкладної допомоги при гострих отруєннях.
6. Користування засобами індивідуального захисту.
7. Планування евакуаційних заходів при надзвичайних ситуаціях мирного та військового часу.

ТЕМАТИКА**навчально - дослідницької самостійної роботи студентів при вивченні дисципліни «Безпека життєдіяльності».**

1. Екологічні проблеми України (області, регіону, міста).
2. Медико - демографічна ситуація України (області).
3. Умови праці студентів ТАНГ та їх відповідність санітарно-гігієнічним вимогам.
4. Вплив шкідливих і небезпечних факторів виробничого середовища на студентів ТАНГ і його наслідки.
5. Стрес як реакція студентів на психофізіологічні шкідливі небезпечні фактори і шляхи його подолання.
6. Фактори впливу на працездатність і шляхи її підвищення у студентів.
7. Епідеміологічна обстановка в Україні (області, місті, ТАНГ) і шляхи її поліпшення.
8. Дорожньо-транспортний травматизм в Україні (області), його наслідки та шляхи зниження.
9. Особливості спортивного травматизму та шляхи його зниження.
10. Медико-соціальні проблеми студентської сім'ї і шляхи її вирішення.
11. Надзвичайні ситуації в Україні, їх характеристика та наслідки.
12. Організація захисту працівників та студентів ТАНГ в умовах надзвичайних ситуацій.
13. Ядерна війна та її вплив на здоров'я населення.
14. Хімічна війна та її вплив на здоров'я населення.
15. Біологічна війна та її вплив на здоров'я населення.
16. Війни та деякі проблеми геогієни.
17. Положення міжнародного гуманітарного права з проблем захисту людей.
18. Аналіз хімічної обстановки, яка складається на території ТАНГ при аваріях на хімічно небезпечних об'єктах м. Тернополя (м'ясокомбінат, молокозавод, «Текстерно», хлораторна водонапірних тощо).
19. Концепція захисту населення і територій у разі загрози та виникненні надзвичайних ситуацій.
20. Концепція створення мережі спостереження і лабораторного контролю на території України.
21. Причини катастрофічного паводку в Закарпатській області.
22. Радіоекологічна безпека проживання на забруднених територіях.
23. Причини і наслідки найбільших великих катастроф.
24. Антропогенні екологічні катастрофи.
25. Соціально-економічні, політичні та правові аспекти вирішення еколого-демографічних проблем в Україні
26. Санітарно-гігієнічні умови праці студента.
27. Сучасні методи та підходи до прогнозування і вирішення екологічних проблем у системі демографічних процесів в Україні.
28. Екологія та генофонд України: проблеми, реальність, прогноз.
29. Міжнародне співробітництво у вирішенні еколого - демографічних проблем в Україні.
30. Екологічні та медико - психологічні аспекти проблеми народжуваності в Україні: демографічні проблеми молодіжних сімей.

ТЕМАТИКА
рефератів для самостійної роботи студентів
прививченні дисципліни «Безпека життєдіяльності».

1. Середовище проживання людини, його характеристика.
2. Фізичні шкідливі та небезпечні фактори середовища проживання, їх вплив на організм людини та шляхи його зниження.
3. Хімічні шкідливі та небезпечні фактори середовища проживання, їх вплив на організм людини та шляхи його зниження.
4. Епідеміологічний процес, його характеристика. Профілактика інфекційних захворювань.
5. Нервово-психічне напруження при розумовій праці, його наслідки. Шляхи подолання стресу.
6. Травми, їх види, ознаки. Перша медична допомога при травмах.
7. Особливості дорожньо-транспортного травматизму та шляхи його зниження.
8. Соціальні, економічні та психофізіологічні передумови створення сім'ї.
9. Вагітність, її перебіг. Особливості поведінки та харчування жінки в різні періоди вагітності.
10. Правові, нормативно - технічні та організаційні основи забезпечення БЖД.
11. Міністерство з надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи (МНС), його завдання.
12. ЦО України, її роль і завдання у структурі заходів щодо забезпечення життєдіяльності населення і держави.
13. Надзвичайні ситуації, їх класифікація.
14. Надзвичайні ситуації природного характеру, їх характеристика.
15. Правила поведінки населення під час відпочинку у лісі та біля води.
16. Дії населення у надзвичайних ситуаціях природного характеру.
17. Перша медична допомога при гострих отруєннях сильнодіючими отруйними речовинами.
18. Аварії на хімічно небезпечних об'єктах та дії населення при них.
19. Аварії на радіаційно небезпечних об'єктах та дії населення при них.
20. Основні принципи та способи захисту населення у НС.
21. Режими захисту населення при радіаційному зараженні.
22. Основи організації і проведення рятувальних та інших невідкладних робіт.
23. Організація робіт щодо знезаражування місцевості, споруд, техніки, одягу, ЗІЗ.
24. Причини, ступені важкості та перебіг гострої променевої хвороби.
25. Профілактика радіаційних уражень.
26. Фізіологія розумової праці. Гігієнічна оцінка умов і характеру праці студента.
27. Етіологія, епідеміологія, ознаки, перебіг і профілактика туберкульозу.
28. Венеричні хвороби. Причини виникнення, ознаки, перебіг, ускладнення і профілактика.
29. Засоби індивідуального захисту, призначення, правила користування.
30. Захисні споруди, призначення, правила користування.
31. Планування і організація евакуаційних заходів при надзвичайних ситуаціях мирного та воєнного часу.
32. Отруєння нітратами та нітридами. Ознаки, ПМД і профілактика.
33. Отруєння грибами, причини, ранні ознаки, ПМД і профілактика.
34. Причини, ознаки та медико-соціальні наслідки алкоголізму.
35. Вплив наркотиків на організм людини. Медико - біологічні проблеми наркоманії.
36. Термінальні стани. Правила проведення найпростіших реанімаційних заходів.
37. Принципи організації та структури ЦО України.
38. Завдання та організаційна структура ЦО на ОГД.
39. Шляхи і способи підвищення стійкості функціонування об'єктів господарської діяльності.
40. Основи організації і проведення РПНР в осередках ураження.

Підписано до друку 2.10.2001 р.
Формат 60x84/16. Папір офсетний. Друк на різнографі.
Обл.-вид. арк. 4,4. Зам. № 215.

Віддруковано у видавництві “Економічна думка”
Тернопільської академії народного господарства
46000, Тернопіль, вул. Львівська, 3, тел. 43-22-18