УТВЕРЖДАЮ

Главный врач

Учреждения здравоохранения

«2-я центральная районная

поликлиника Фрунзенского

района г. Минска»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А.Трубчик

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023г

**ТЕСТЫ**

при проведении аттестационного экзамена на присвоение (подтверждение) квалификационной категории

по квалификации **«Инструктор по лечебной физкультуре»**

*(для работников, занимающих должность «инструктор по лечебной физкультуре)*

1. **Задачи лечебной гимнастики при гипертонической болезни:**

1. общее укрепление организма
2. нормализация АД
3. уменьшение боли
4. улучшение деятельности центральной нервной системы
5. **Задачи лечебной гимнастики при инфаркте миокарда:**

1. предупреждение осложнений
2. улучшение периферического кровообращения
3. увеличение подвижности в суставах
4. общее укрепление организма
5. **Что относится к  *ЛФК?***
6. Кинезотерапия
7. Физиотерапия
8. Механотерапия
9. **Каковы особенности методики ЛФК при ожирении?**
10. Применение механотерапии
11. Общая физическая нагрузка должна быть субмаксимальной и индивидуальной
12. Назначение общего массажа
13. **Лечебная физкультура – это…**
14. мануальная техника с приемами рефлекторного воздействия на тело
15. раздел гигиены, направленный на соблюдение правил в личной жизни
16. система профилактики, лечения и реабилитации заболеваний с помощью физических упражнений
17. многократный процесс с воздействием солнечных лучей, охлаждения и тепла.
18. **Метод проведения ЛГ при пневмонии на свободном режиме:**
19. малогрупповой
20. индивидуальный
21. групповой
22. **При неврите лицевого нерва страдают мышцы:**
23. мимически
24. жевательные.
25. **Для кругло – вогнутой спины характерно:**
26. уменьшение грудного кифоза, увеличение поясничного лордоза
27. увеличение грудного кифоза, увеличением поясничного лордоза
28. увеличение грудного кифоза, лордоз в поясничном отделе сохранен
29. **Специальными упражнениями при травме конечностей в восстановительный период для устранения миогенной контрактуры не являются**:
30. активные свободные упражнения
31. упражнения с палками, мячами
32. упражнения с дозированным сопротивлением.
33. **Деторсионные упражнения при сколиотической болезни направлены:**
34. на уменьшение дуги искривления
35. на уменьшение торсии.
36. **При остеохондрозе позвоночника с целью вытяжения рекомендуют занятия:**
37. на шведской стенке
38. на велотренажере
39. на диске здоровья.
40. **К наиболее опасным  для заражения ВИЧ – инфекцией биологическим  жидкостям можно отнести:**
41. кровь, сперма
42. моча, кал
43. слюна, пот
44. **Трехглавая мышца плеча выполняет функцию:**
45. разгибания плеча
46. разгибания кисти
47. сгибания кисти
48. сгибания плеча
49. **Четырехглавая мышца бедра выполняет функцию:**
50. разгибания голени
51. разгибания стопы
52. сгибания голени
53. сгибания стопы

1. **Одним из методов проведения занятий лечебной физкультурой является:**
2. индивидуальный
3. амбулаторный
4. санаторно-курортный
5. стационарный
6. **Функцией дельтовидной мышцы является:**
7. отведение плеча
8. приведение кисти
9. разгибание предплечья
10. сгибание предплечья
11. **Видами физических упражнений являются:**
12. изометрические упражнения
13. плавание
14. подвижные игры
15. ходьба на лыжах
16. **Целью основной части урока является:**
17. применение специальных упражнений и максимальной нагрузки
18. восстановление дыхания после нагрузки
19. восстановление пульса после нагрузки
20. подготовка организма пациента к физической нагрузке
21. **При выполнении физических нагрузок объем вентилируемого воздуха:**

1. увеличивается
2. остается без изменений
3. резко снижается
4. снижается
5. **Динамическими физическими упражнениями являются упражнения, при которых происходит:**
6. чередование сокращения и расслабления мышц с изменением их длины
7. напряжение и расслабление без изменения их длины
8. посылка импульса к движению
9. снятие состояния патологического возбуждения нервных центров
10. **Основной функцией большой ягодичной мышцы является:**
11. разгибание бедра
12. разгибание голени
13. сгибание бедра
14. сгибание голени
15. **Комплекс упражнений лечебной физкультурой должен:**
16. начинаться с простых упражнений с постепенным введением более сложных
17. состоять из вводной и основной частей
18. состоять только из общеразвивающих упражнений
19. состоять только из специальных упражнений
20. **Функцией передней большеберцовой мышцы является:**
21. разгибание стопы
22. разгибание бедра
23. сгибание голени
24. сгибание стопы
25. **Показаниями к занятиям лечебной физкультуры являются:**
26. сердечно-сосудистые заболевания, заболевания позвоночника
27. болезни кожи, заболевания системы кровообращения
28. церебральный паралич, нарушения интеллектуального развития
29. бронхит, бронхиальная астма, депрессия
30. **Гимнастические упражнения разделяются по анатомическому признаку:**
31. активные, пассивные, активно-пассивные
32. упражнения с предметами и снарядами, без предметов и снарядов, на снарядах
33. порядковые и строевые, подготовительные, корригирующие
34. упражнения для мышц головы, туловища, мышц брюшного пресса и тазового дна, шеи
35. **Что учитывается по принципу индивидуального подхода к больному?**
36. возраст, пол, общее состояние больного, уровень тренированности
37. только особенности личности больного и реакция на нагрузку
38. психологическое состояние пациента
39. должность и семейное положение
40. **Три основных варианта дозировки нагрузок:**
41. тренирующие, тонизирующие, лечебные
42. постоянные, временные, статические
43. динамические, сосредоточенные, лечебные
44. лечебные, постоянные, временные
45. **При каком случае снижается общая физическая нагрузка?**
46. при высокой степени компенсации
47. при окончании восстановительного лечения
48. при ухудшении состояния
49. при характерных особенностях
50. **Противопоказанием к занятиям лечебной физкультурой является:**
51. высокое артериальное давление
52. избыточный вес
53. плоскостопие
54. Беременность
55. **Механотерапия – это...**
56. реставрация растраченных функций при помощи специальных аппаратов
57. восстановление функций через трудовые процессы
58. комплекс мероприятий на недопущение факторов риска заболевания
59. выезд пациентов в другую местность в целях оздоровления
60. **Интенсивность физических упражнений может быть..**
61. минимальной, максимальной
62. маленькой, умеренной, большой, максимальной
63. средней и максимальной
64. малой, большой
65. **Чем отличается ЛФК от оздоровительных технологий?**
66. воспитанием здорового человека
67. физическими упражнениями с задачами лечения
68. обязательностью назначения врача в учреждениях здравоохранения
69. формой утренней гимнастики
70. **Как упражнения лечебной физкультуры влияют на нервную систему?**
71. повышая адаптацию к большим физическим нагрузкам
72. оказывая отрицательное воздействие на психологическое состояние больного
73. влияют на эмоциональное состояние человека и отвлекают от мыслей о болезни
74. придает повышенную утомленность от занятий
75. **Особенности лечебной гимнастики при пневмонии:**

1. упражнения на координацию
2. постуральный дренаж
3. дренажная гимнастика
4. упражнения с предметами
5. **Исходные положения, применяемые для укрепления мышц** [**живота**](https://med-slovar.ru/index.php?option=com_seoglossary&view=glossary&catid=3&id=494)**:**

1. лежа на спине
2. сидя на стул
3. лежа на животе
4. стоя
5. **Рекомендации пациентам с шейно** – **грудным остеохондрозом:**

1. жесткая, ровная постель
2. ношение воротника типа Шанца
3. лечебная гимнастика
4. соблюдение специальной диеты
5. **Задачи лечебной гимнастики при гипертонической болезни:**

1. общее укрепление организма
2. нормализация АД
3. уменьшение боли
4. улучшение деятельности центральной нервной системы
5. **Причины гипертонической болезни:**

1. стрессовые ситуации
2. ожирение
3. переутомление
4. хронический бронхит
5. **Перечислить периоды ЛФК при заболеваниях сердечно–сосудистой системы:**

1. острый период
2. ранний восстановительный период
3. период выздоровления
4. поддерживающий период
5. **Задачи ЛФК при хроническом гастрите:**

1. общее укрепление организма
2. укрепление мышц брюшного пресса
3. расслабление мышц брюшного пресса
4. укрепление мышц таза
5. **Особенностью проведения лечебной гимнастики при переломе хирургической шейки плеча являются наклоны туловища:**

1. в здоровую сторону
2. в пораженную сторону
3. вперед
4. назад
5. **Поверхностной мышцей спины является:**
6. широчайшая мышца
7. внутренняя межреберная мышца
8. наружная межреберная мышца
9. нижняя задняя зубчатая мышца
10. **Инструктор по лечебной физкультуре должен:**
11. проводить санитарно-просветительную работу
12. назначать метод реабилитации
13. определять физиологическую кривую пульса пациента во время занятия
14. собирать анамнез пациента
15. **Для занятий лечебной физкультурой пациенты формируются в группы, учитывая**:
16. нозологию заболеваний
17. возраст
18. функциональные возможности кардио-респираторной системы
19. функциональные возможности опорно-двигательного аппарата
20. **Мышцей, отводящей бедро, является**:
21. малая ягодичная мышца
22. большая ягодичная мышца
23. квадратная мышца
24. подвздошно-поясничная мышца
25. **Упражнения на расслабление мышц являются специальными для пациентов с диагнозом:**
26. гипертоническая болезнь
27. бронхоэктатическая болезнь
28. гипоацидный гастрит
29. нейропатия локтевого нерва
30. **Формы лечебной физкультуры, рекомендуемые больным с тяжелой формой сахарного диабета:**
31. дыхательная гимнастика
32. лечебное плавание
33. занятия на тренажерах общего действия
34. дозированная ходьба
35. **В помещении лечебной физкультуры влажная уборка проводится:**
36. 1 раз в 7 дней
37. 1 раз в месяц
38. в конце рабочего дня
39. 2 раза в день
40. **Детским церебральным параличом называют поражение:**
41. головного мозга
42. периферического отдела нервной системы
43. костной системы
44. спинного мозга
45. **При травмах верхней конечности с отеком кисти применяют упражнения**:
46. на суставы здоровой конечности
47. из возвышенного положения верхней конечности
48. в изометрическом напряжении мышц
49. идеомоторного характера
50. **В остром периоде шейного остеохондроза назначают упражнения:**
51. на расслабление мышц плечевого пояса и дыхательные
52. активные для шейного отдела позвоночника с сопротивлением
53. пассивные для шейного отдела позвоночника
54. идеомоторные на верхние конечности
55. **Поражение бедренного нерва приводит к нарушению:**
56. разгибания голени
57. сгибания голени
58. сгибания стопы
59. разгибания бедра
60. **Лечебная гимнастика при переломах костей начинается в период:**
61. с первых дней иммобилизации
62. поздний восстановительный
63. ранний восстановительный
64. постиммобилизационный
65. **Для улучшения вентиляции верхних долей легких применяется исходное положение:**
66. лежа на животе
67. стоя на четвереньках
68. лежа на спине
69. сидя «по - турецки»
70. **Пациентам с ишемической болезнью сердца первого функционального класса проводится лечебная физкультура**
71. в щадящем режиме до 15-20 мин. с ЧСС на высоте нагрузки до 90-100 в мин индивидуальным методом
72. в щадяще-тренирующем режиме до 20 мин. с ЧСС на высоте нагрузки до 110 в мин.
73. в тренирующем режиме до 30-40 мин. с ЧСС до 140 в мин.
74. в щадяще-тренирующем режиме до 30 мин. с ЧСС на высоте нагрузки до 130 в мин.
75. **Признаками отрицательной реакции пациента на нагрузку являются:**
76. учащение дыхания на 6-8 дых/мин.
77. подъем систолического артериального давления на 20-40 мм.рт.ст.
78. одышка, боль в груди
79. увеличение пульса на 15-20 уд/мин
80. **Больному бронхиальной астмой на свободном двигательном режиме рекомендуются специальные упражнения:**
81. дыхательные с медленным и удлиненным выдохом
82. дыхательные с задержкой дыхания
83. динамические на укрепление мышц брюшного пресса
84. общеразвивающие на мышцы туловища
85. **В лечебной физкультуре у детей при кифотических деформациях позвоночника специальными упражнениями являются:**
86. подъемы ног из исходного положения лежа
87. висы на гимнастической стенке с разгибанием позвоночника
88. релаксационные упражнения
89. наклоны туловища в сторону
90. **При дискенизии желчевыводящих путей специальным упражнением является:**
91. диафрагмальное дыхание
92. статическое на мышцы брюшного пресса
93. произношение звуков
94. дренажное дыхательное упражнение
95. **При хроническом бронхите с обстркутивным синдромом в подостром периоде целесообразно применять:**
96. прогулки на свежем воздухе
97. звуковую гимнастику
98. дозированную ходьбу в среднем темпе
99. покашливание на выдохе при выполнении дыхательных упражнений
100. **Характерной особенностью мышечной системы у детей первых месяцев жизни является:**
101. гипертонус мышц сгибателей верхних и разгибателей нижних конечностей
102. общая гипотония мышц
103. гипертонус мышц разгибателей конечностей
104. гипертонус мышц сгибателей конечностей
105. **При проведении наружного массажа сердца взрослому ладони следует располагать**
106. в пятом межреберном промежутке
107. на границе средней и нижней трети грудины
108. на границе верхней и средней трети грудины
109. на середине грудины
110. **При воспалительных заболеваниях органов дренажные дыхательные упражнения способствуют:**
111. восстановлению жизненной емкости легких
112. увеличению подвижности грудной клетки
113. расслаблению дыхательной мускулатуры
114. выведению мокроты из дыхательных путей
115. **При инсультах в верхней конечности повышается тонус мышц:**
116. разгибателей пальцев
117. сгибателей кисти
118. разгибателей кисти
119. разгибателей предплечья
120. **Характерным клиническим признаком сколиатической осанки является:**
121. асимметрия надплечий, лопаток и углов талии
122. сглаженность физиологических изгибов позвоночника
123. тотальный пологий кифоз
124. усиление грудного кифоза на фоне нормального поясничного лордоза
125. **Смена спецодежды в отделениях терапевтического профиля осуществляется:**
126. 1 раз в неделю
127. 2 раза в неделю
128. 1 раз в месяц
129. 1 раз в две недели
130. **При инсультах в раннем восстановительном периоде специальным упражнением для нижних конечностей является:**
131. дозированная ходьба
132. упражнение на верхние конечности из исходного положения стоя
133. пассивное сгибание-разгибание в коленном суставе
134. приседание
135. **Легочно-сердечная функциональная проба проводится с целью:**
136. изучения работы сердечно-сосудистой системы
137. характеристики согласованности в работе сердечно-сосудистой системы и органов дыхания
138. определения физической подготовленности пациента
139. оценки физической работоспособности
140. **При рахите в период разгара в комплексе лечебной физкультуры применяются упражнения:**
141. активные
142. с помощью
143. пассивные
144. с сопротивлением
145. **Специальными пассивными упражнениями при правосторонней врожденной мышечной кривошее являются:**

1. наклон головы и поворот лица влево
2. наклон головы влево и поворот лица вправо
3. сгибание головы 4) наклон головы вправо и поворот лица влево
4. **При синдроме позвоночной артерии специальными упражнениями являются**
5. дыхательные
6. на координацию и равновесие
7. идеомоторные на верхние конечности
8. изометрические напряжения
9. **Базальное артериальное давление измеряют**
10. после физической нагрузки
11. в условиях основного обмена
12. в условиях покоя
13. в любое время дня без особых приготовлений больного