

[Zadejte text.]

PŘÍJMENÍ, JMÉNO:

Zakroužkujte 1 správnou odpověď.

1.) Skokanské koleno (jumping knee):

- a) Je název pro kolenní kloub vrcholových skokanů o tyči
- b) Je pochoutka Francouzů z nožky skokana hnědého
- c) Je poranění kolenního kloubu vznikajícím úrazem při doskoku z výše
- d) Je poranění kolenního kloubu, které vzniká při přetížení a patří do skupiny tzv. plíživých poranění

2.) Při úrazu či podezření na plíživé poškození pohybového aparátu je stále základní vyšetřovací metodou:

- a) Ultrazvuk
- b) CT
- c) RTG
- d) MRI

3.) Hojení poškozené kostní tkáně ať už úrazem, nebo při mikrotraumatu kosti, trvá minimálně:

- a) 5-7 dní
- b) 2 týdny
- c) 6 týdnů
- d) 6 měsíců

4.) Při zlomeninách, luxacích nebo entezopatiích v oblasti loketního kloubu je možno sádrovou fixací:

- a) Přiložit, ale maximálně na 2 měsíce
- b) Přiložit pouze u dospělých pacientů

[Zadejte text.]

- c) Přiložit, ale maximálně na 3 týdny
- d) Sádra se nepřikládá nikdy

5.) Při běžných poranění svaloviny (křeč, natažení, natržení) se většinou:

- a) Provádí sutura vláken svaloviny
- b) Nakládá sádrová dlaha
- c) Přikládá ortéza
- d) Léčí tzv. funkční léčbou

6.) Poranění předního zkříženého vazů kolenního kloubu u mladých jedinců se dnes léčí nejčastěji:

- a) Konzervativně na ortéze 6 týdnů
- b) Operační suturou vazů
- c) Konzervativně v sádrové fixaci
- d) Operační náhradou předního zkříženého vazů štěpem

7.) Poranění svaloviny se léčí nejčastěji (včetně tzv. funkční léčby):

- a) 1-3dny
- b) 3-6měsíců
- c) 3-8týdnů
- d) neléčí se

8.) Mezi plíživá poranění nepatří:

- a) tenisový loket
- b) ruptura předního zkříženého vazů kolena
- c) pochodová zlomenina
- d) prsařské koleno

9.) Mezi zásadní pravidla patřící do prevence poškození tělesných systémů vlivem sportu nepatří:

- a) necvičit se zdravotním oslabením
- b) správné provádění techniky pohybu
- c) odstraňování únavy
- d) žádná odpověď není správná

[Zadejte text.]

10.) Při výpotku v kolenním kloubu bych jako první diagnostickou metodu volby doporučil/a:

- a) Punkci kloubu
- b) Sonografické vyšetření
- c) Magnetickou rezonanci
- d) Pouze bych stav kloubu sledoval/a

11.) Jako prevenci mikrotraumat bych doporučil:

- a) Posilovací cvičení
- b) Protahovací cvičení
- c) Balanční a proprioceptivní cvičení
- d) Všechny odpovědi jsou správné

12.) Při rychlostním běhu se nejčastěji potkáme s patologií pohybového aparátu:

- a) Akutním traumatem (natržení svaloviny,...)
- b) Entezopatií v oblasti Achillovy šlachy
- c) Přehřátím organismu
- d) Bursitidou ramena

13.) Při dlouhodobém běhu se nejčastěji potkáme s patologií pohybového aparátu:

- e) Akutním traumatem (natržení svaloviny,...)
- f) Entezopatií na dolní končetině
- g) Přehřátím organismu
- h) Bursitidou ramena

14.) Mezi pomocné vyšetřovací metody v oboru sportovní medicíny při poranění pohybového aparátu patří:

- a) Ultrazvuk
- b) CT
- c) RTG
- d) MRI
- e) všechny odpovědi jsou správné

15.) Adaptace vaziva na pohybovou aktivitu je:

- a) Výrazná, stejně jako struktura svalu či kosti
- b) Možná, ale není tak výrazná jako adaptace svalů a kostí
- c) Vazivo se neadaptuje na pohybovou aktivitu
- d) Údaje nejsou známy

[Zadejte text.]

16.)V léčbě mikrotraumat lze využít:

- a) omezení zátěže
- b) potlačit akutní zánět a otok
- c) zlepšit prokrvení při chronickém zánětu (fyzikální terapie, apod.)
- d) všechny odpovědi jsou správně

17.)Pro adekvátní mineralizaci kostní tkáně je nutná sportovní aktivita:

- a) Pouze dynamická
- b) Statická, tj. s dopady na podložku
- c) Pouze v dospělosti
- d) Pouze u žen

18.)Mezi varovné příznaky velmi závažného poranění baze lebni patří:

- a) Krvácení z nosu
- b) Krvácení z ucha
- c) Ztráta vědomí
- d) Vomitus

19.)Při tržné ráně kůže a podkoží je nutné ránu chirurgicky ošetřit suturou:

- a) Kdykoliv
- b) Po odeznění otoku a bolesti
- c) Do 12 hodin od poranění
- d) Nikdy se rána nesešívá z důvodu možnosti vzniku infekce

20.)Při poranění tepny je nutné:

- a) Naložit škrtidlo centrálně, tj. směrem k srdci
- b) Ihned stlačit cévu proti pevnému bodu, nejčastěji protilehlé kosti
- c) Kontrolovat periferii končetiny a škrtidlo po cca 60 minutách uvolnit na dobu opětovného prokrvení končetiny
- d) Všechny odpovědi jsou správné