1. **Milyen az ember lelki egészsége? (karikázd be a helyes választ!)**
2. fizikai (testi) egészség
3. lelki (belső) egészség
4. fizikai és lelki egészség
5. **Húzz alá 3 tevékenységet, amelynek napi váltakozása egészségünk helyes működéséhez vezet:**

MUNKA, ÉTKEZÉS, PIHENÉS, SZEMÉLYI HIGÉNIA, ALVÁS

1. **Mit tevezünk drogoknak?**
2. legális és illegális bódító és részegítő pszichotróp anygok
3. legális bódító és részegítő pszichotróp anyagok
4. illegális bódító és részegítő pszichotróp anyagok
5. **Sorolj fel 2 legális és 2 nem legális drogot!**

Legális:.............................................................................................................................

Nem legális: .....................................................................................................................

Mit okoznak a drogok az embernél? (GGÜFŐGÉS)........................................................

1. **Milyen telefonszámon hívjuk az orvosi gyorsmentőt?**

............................................................................................................................................

1. **Mit nem szabad tennünk a beteggel hátgerincsérülés esetén?**
2. nem adhatunk neki inni
3. nem beszélhetünk vele
4. nem mozdíthatjuk
5. **Hogyan segíthetünk a sérültön légzés és szívleállás esetén?**
6. a homlokára hideg borogatást teszünk
7. mesterséges légzést és szívmasszázst alkalmazunk
8. alsó végtagjait alátámasszuk és betakarjuk takaróval
9. **Húzd alá a sokkhatás jeleit!**

GÖRCS, SÁPADTSÁG, KAPKODÓ LÉGZÉS,

PUPILLATÁGULÁS, NYUGTALANSÁG, SZOMJÚSÁGÉRZET

1. **Az alábbi képek alapján határozd meg, hogyan helyezzük el helyesen a sérületet sokkhatás esetén!**

****

1. hátára fektetjük, lábait alátámasztjuk, betakarjuk takaróval, tiszta ivóvizet adunk neki, orvosi segítséget hívunk
2. oldalra fektetjük, betakarjuk takaróval, tiszuta ivóvizet adunk neki és orvosi segítséget hívunk
3. hátára fektetjük, lábait alátámasztjuk, batakarjuk takaróval, sem inni, semenni nem adunk és orvosi segítséget hívunk.
4. ** A kép alapján határozd meg hogyan helyezzük a sérületet rögzített helyzetbe?**
5. oldalára fordítjuk és a kezét a feje alá helyezzük
6. oldalra fordítjuk
7. hátára fektetjük.