

TEST ZA SAMOOCENJEVANJE

SELF-ASSESSMENT TEST

(Pravilni odgovori bodo objavljeni v naslednji številki revije)

- Starši 2-letnega dečka z Duchennovo mišično distrofijo (DMD) vas vprašajo za mnenje o sinovi prihodnosti. Katera izjava ni pravilna?**

 - DMD postane klinično opazna v starosti 3 do 5 let.
 - Prve težave, ki se pojavijo, so spotikanje ali druge težave pri hoji ter padci.
 - Mišična šibkost je simetrična, najprej se začne v mišicah ramenskega obroča, kasneje medenice.
 - Pri DMD je lahko prizadeta tudi kognicija, vendar se IQ ne slabša.
- Katera od elektrofizioloških preiskav ni primerna za ocenjevanje spastičnosti?**

 - Merjenje hitrosti prevajanja po peronealnem živcu,
 - val F,
 - H-refleks,
 - tonični vibracijski refleksi.
- Obseg gibljivosti upogiba v zapestju merimo:**

 - v sagitalni ravnini,
 - v transverzalni ravnini,
 - v frontalni ravnini,
 - z osjo giba na volarni strani zapestja.
- Nezmožnost načrtovanja gibanja in izvedbe giba brez izgube moči mišic, koordinacije in občutljivosti, imenujemo:**

 - anosmija,
 - afazija,
 - agnozija,
 - apraksija.
- Katera oblika kinezioterapije pri pacientu s Parkinsonovo boleznijo ne pride v poštev?**

 - Relaksacijske tehnike,
 - kontrola spastičnosti,
 - pasivno raztezanje,
 - vaje za boljši obseg gibljivosti.
- Katera trditev o terapevtski vadbi je pravilna?**

 - Malo ponovitev in velik upor povečajo vzdržljivost pri izotoničnih vajah.
 - Veliko število ponovitev in majhen upor izboljšajo moč pri izotoničnih vajah.
 - Med izometrično vadbo se poviša krvni tlak.
 - Vadba z veliko upora in majhnim številom ponovitev izboljša vzdržljivost.
- Kaj od naštetega NI pogost vzrok za cerebralno paralizo?**

 - Nedonošenost,
 - ishemija možganov,
 - hiperbilirubinemija,
 - pomanjkanje vitamina C.
- Katero od pogostih motenj govora srečamo pri nezgodni možganski poškodbi?**

 - Afazija,
 - nominalna disfazija (moteno iskanje besed),
 - eholalija,
 - žargon.
- Katera trditev o plantarnem fasciitisu ne drži?**

 - Plantarni fasciitis je povezan z napredujočo bolečino v peti čez dan.
 - Plantarni fasciitis je vedno povezan s ploskimi stopali.
 - Težave lahko lajšamo z razbremenilnim vložkom pod peto.
 - Težave lahko zdravimo z udarnimi valovi.
- Katera trditev o hitrih motoričnih enotah je pravilna?**

 - Velika anaerobna kapaciteta in slaba aerobna kapaciteta.
 - Visoka gostota kapilar.
 - Hitra utrudljivost.
 - Velika sila kontrakcije.
- Katera trditev o mišici supraspinatus je pravilna?**

 - Mišico supraspinatus oživčuje dorzalni skapularni živec.
 - Mišica supraspinatus je zunanji rotator.
 - Kita mišice supraspinatus se pripenja na veliki tuberkel glavice nadlahtnice.
 - Mišica supraspinatus je večinoma oživčena z vlakni iz korenine C7.
- Bolnik toži zaradi občasne, močne bolečine v zunanjem delu stopala, z občutkom elektriziranja v tretjem in četrtem prstu. Raje hodi bos. Kaj je najverjetnejša diagnoza?**

- A. Plantarni nevrom (Mortonov),
- B. zdrs medvretenčne ploščice,
- C. stresni zlom 3.in 4. stopalnice,
- D. plantarni fasciitis.

13. Katera od trditev o vadbi pri revmatoidnem artritisu NE drži?

- A. Vaje za moč izboljšajo izvajanje dnevnih aktivnosti.
- B. Vaje za moč izboljšajo mišično moč.
- C. Aerobna vadba poslabša izvajanje dnevnih aktivnosti.
- D. Hidroterapevtske vaje izboljšajo vzdržljivost.

14. Katera trditev o ledveni spinalni stenozi NI pravilna?

- A. Simptome olajšata sedenje ali upogib trupa naprej.
- B. Pacienti raje hodijo pokončno.
- C. Hoja navkreber je lažja od hoje po hribu navzdol.
- D. Bolečina v križu.

15. Katera od trditev o blazini z zračnimi celicami je pravilna?

- A. Uporablja se v splošne namene.
- B. Je draga, ampak odlično razbremeni pritiske.
- C. Omogoča suboptimalno stabilnost pri sedenju.
- D. Je zelo vzdržljiva.

16. Katera kombinacija o vrsti ogrevanja, globini prehajanja in prenašanju toplotne energije NI pravilna?

- | | | |
|-----------------------------|------------|------------|
| A. tople obloge | globoko | konvekcija |
| B. ultrazvok | globoko | konverzija |
| C. kratkovalovna diatermija | globoko | konverzija |
| D. radiacija | površinsko | sevanje |

17. Kateri od naštetih NI takojšnji učinek ohlajevanja?

- A. Takojšnja vazokonstrikcija v koži.
- B. Zmanjšanje akutnega vnetja.
- C. Zmanjšanje hitrosti prevajanja po živcih.
- D. Boljša maksimalna izometrična moč.

18. Katera od naštetih mišic je ključna mišica za ugotavljanje simptomov, ki so posledica okvare korenine C7?

- A. Odmikalka rame,
- B. upogibalke komolca,
- C. iztegovalke zapestja,
- D. iztegovalka komolca.

19. Kakšno obravnavo priporočamo za kontinentnega pacienta z okvaro hrbtenjače, ki ima refleksni mehur, z zastajanjem seča in tlakom mišice detruzor nižjim od 40 mmHg?

- A. Električno draženje,
- B. zdravljenje z zdravili,
- C. intermitentna katetrizacija,
- D. urinal.

20. Heterotopnih osifikacij ne najdemo pri:

- A. poliomielitisu,
- B. okvarah hrbtenjače,
- C. nezgodni možganski poškodb, opeklinah.
- D. opeklinah.

21. Kateri od naštetih simptomov amiotrofične lateralne skleroze je redek?

- A. Usihanje mišic,
- B. mišični krči,
- C. dizartrija,
- D. bolečina.

22. Česa od naštetega ne priporočamo za zdravljenje »trigger finger-ja«

- A. Lokalno injiciranje kortikosteroidov,
- B. pasivne vaje za boljši obseg gibljivosti,
- C. ortoze,
- D. ergonomski nasvet.

23. Po poškodbi perifernega živca po tipu aksonotmeze, živec običajno raste s hitrostjo:

- A. 3-5 mm/dan,
- B. 1-3 mm/dan,
- C. 0,1-0,3 mm/dan,
- D. več kot 5 mm/dan.

24. Bolnik se pritožuje zaradi težav pri spuščanju po stopnicah. Kje boste našli šibkost?

- A. V štiriglavi stegenski mišici,
- B. v mišici gastroknemius,
- C. v primikalkah kolka,
- D. v srednji zadnjični mišici.

25. Katere od naštetih mišic so najpomembnejše za hojo s podpazdušnimi berglami?

- A. Mišici latissimus dorzi in spodnja vlakna kapucaste mišice,
- B. zadnja vlakna deltoidne mišice in subskapularna mišica
- C. srednja vlakna deltoidne mišice in pektoralna mišica,
- D. sprednja vlakna deltoidne mišice in dvoglava nadlahtna mišica.

26. Katere od spodaj navedenih terapij verjetno NE bomo predpisali pri fibromialgiji?

- A. Vaje za popravljanje drže,
- B. ocena delovnega mesta,
- C. tehnike obvladovanja stresa,
- D. intenzivne vaje za izboljšanje vzdržljivosti.

27. Najpogostejši vzrok hipotonije pri donošenem dojenčku je:

- A. bolezen motoričnega nevrona pri dojenčku,
- B. okvara osrednjega živčevja,

- C. kongenitalna miastenija gravis,
- D. kongenitalna miopatija.

28. Algometer oziroma dolorimeter meri:

- A. temperaturo poškodovanega uda,
- B. pritisk potreben za pojav bolečine,
- C. električni potencial kože,
- D. število nociceptorjev na kvadri centimeter kože.

29. S somatosenzoričnimi izvabljenimi odzivi ocenjujemo integriteto:

- A. lateralne spinothalmične proge,
- B. sprednje spinothalmične proge,
- C. piramidnega trakta,
- D. fasciculus gracilis in fasciculus cuneatus.

30. Katera od trditev o Lestvici funkcijske neodvisnosti NI pravilna?

- A. Je ordinalna lestvica z 18 vprašanji.
- B. Vsako področje ocenjujemo z ocenami od 1 do 7.
- C. Veljavnost ni dobro dokumentirana.
- D. Področja ocenjevanja so osebna nega, nadzorovanje sfinktrov, premeščanje, premikanje, sporazumevanje in socialna kognicija.

Pravilni odgovori na vprašanja iz prejšnje številke / *Answers to self - assessment questions from previous issue:*

- | | |
|-------|------------|
| 1. D | 16. A |
| 2. A | 17. D |
| 3. D | 18. A |
| 4. A | 19. D |
| 5. C | 20. D |
| 6. B | 21. C |
| 7. B | 22. A in C |
| 8. A | 23. B |
| 9. B | 24. C |
| 10. D | 25. D |
| 11. D | 26. D |
| 12. C | 27. B |
| 13. A | 28. D |
| 14. C | 29. B |
| 15. A | 30. B |