



imię i nazwisko

klasa

POKONAJ CUKRZYCĘ!

7 kwietnia obchodziliśmy Światowy Dzień Zdrowia. Każdego roku WHO (Światowa Organizacja Zdrowia) wybiera jako temat przewodni obszar ważny z punktu widzenia zdrowia publicznego – w tym roku skupia się na zagrożeniach związanych z szybkim rozprzestrzenianiem się cukrzycy na świecie.

1. Cukrzyca jest chorobą przewlekłą, charakteryzującą się podwyższonym poziomem glukozy (cukru) we krwi. Jest ona znana od tysięcy lat. Do 1922 roku była schorzeniem śmiertelnym. Nikt bowiem nie znał leku obniżającego poziom glukozy we krwi. Dopiero odkrycie insuliny w 1922 roku uratowało pierwszego cukrzyka.

Określ wiek i połowę wieku, w którym wynaleziono insulinę.

Ile lat minęło od odkrycia insuliny do inauguracji obecnego roku szkolnego?

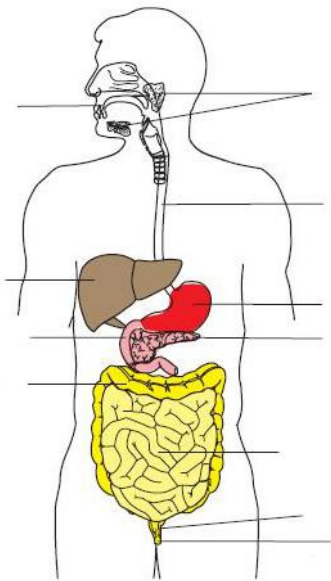
2. W zapobieganiu i leczeniu cukrzycy dużą rolę odgrywa wysiłek fizyczny. Powoduje on bowiem spalanie glukozy, podczas którego uwalniana jest energia. W poniższym labiryncie ukryto hasło zachęcające do aktywności ruchowej. Odczytaj je i zapisz. Trasę rozpocznij w jednym z czterech rogów.

R	Z	Y	C	Ą!
K	Z	Z	H	C
U	C	C	W	U
O	P	L	A	R
P	R	Z	E	Z

.....!

3. Biegacz podczas 30 minut spala około 235 kcal. Oblicz, ile czasu potrzebuje on na spalanie kalorii zawartych w dwóch pączkach. Przeciętny pączek ma około 350 kcal. Zapisz obliczenia.

4. Insulina (hormon obniżający poziom glukozy we krwi) wydzielana jest przez **trzustkę**. Wskaż jej położenie w organizmie człowieka, wpisując przy odpowiedniej linii znak „X”.



5. Poniżej przedstawiono kilka informacji dotyczących cukrzycy. Wskaż te, które są prawidłowe (tylko jedna z czterech jest prawdziwa).

Które z poniższych zdań jest prawdziwe?

- A** Cukrzyca jest chorobą zakaźną – możemy się nią zarazić od innych osób.
- B** Cukrzycę nazywa się często „cichym zabójcą” – jest ona bowiem chorobą podstępą, która przez długi czas może rozwijać się bezobjawowo.
- C** Na cukrzycę chorują wyłącznie osoby dorosłe.
- D** Zachorowanie na cukrzycę jest często związane z ukąszeniem kleszcza.

Do objawów cukrzycy należą między innymi:

- A** przewlekłe bóle głowy.
- B** przybieranie na wadze, mimo braku apetytu.
- C** duże pragnienie i częste oddawanie moczu.
- D** uporczywy kaszel.

Na rozwój cukrzycy w szczególny sposób narażone są osoby:

- A** otyłe.
- B** bardzo szczupłe.
- C** z bardzo jasną karnacją skóry.
- D** uprawiające sporty ekstremalne.

Nieleczona cukrzyca prowadzi do powikłań i może być przyczyną:

- A** upośledzenia wzroku.
- B** niewydolności nerek.
- C** udaru mózgu.
- D** wszystkich wyżej wymienionych chorób.