

JÁTÉKOS EGÉSZSÉG TOTÓ

1. Milyen az ideális fogkefe?
 1. Kisfejű, rugalmas nyelvű, közepes, vagy lágy sörtéjű
 2. Kisfejű, nem túl drága
 - X. Nagyfejű, kemény sörtéjű
2. Milyen élőlények laknak a szánkban?
 1. Fogynyűvő manók
 2. Baktériumok
 - X. Moszatok
3. Szent-Györgyi Albert milyen növényből vonta ki először a C-vitamint?
 1. Paprika
 2. Citrom
 - X. Paradicsom
4. Melyik vitamin termelődik a bőrünkben napfény hatására?
 1. B12- vitamin
 2. D-vitamin
 - X. B6-vitami
5. Hogy hívják a Fogynyűvő Manócska című mesekönyv főszereplőjét?
 1. Fog Gyszi
 2. Nyalókás Gergő
 - X. Gombóc Peti
6. Ártalmas a fogainkra nézve, ha colát iszunk?
 1. Szénsavtartalma miatt tisztító hatású
 2. Közömbös
 - X. Sav és cukortartalma miatt káros fogainkra nézve
7. Az újraélesztést a nemzetközi protokoll szerint hogyan kell végezni?
 1. 30 kompresszió-2 befújás
 2. 2 kompresszió- 30 befújás
 - X. Jobb, ha nem is kezdünk hozzá, úgysem tudjuk hogyan kell

8. Erős vérzés esetén milyen módon fedjük be a sebet?

1. Fedőkötés

2. Nyomókötés

X. Sebtapaszt alkalmazunk

9. Melyik szervünknek van fontos szerepe a szervezet méregtelenítésében?

1. Hasnyálmirigy

2. Gyomor

X. Máj

10. Mi a körömgomba tünete?

1. Megsárgult és megvastagodott köröm

2. A körömágy alatt kékes szín megjelenése

X. A köröm lemezen hosszában átfutó fehér csíkok

11. Mit okoz a gyakori ínygyulladás?

1. Fogszuvasodást

2. Fogágybetegséget

X. Semmit

12. Mikor marad a legtöbb C-vitamin a citromos teában?

1. Ha nem a forró teába tesszük a citromot

2. Ha cukrot teszünk hozzá

X. Ha mézet is teszünk hozzá

13. Verejtékezéssel járó sportolás után mely tápanyagok pótlása legfontosabb?

1. Szénhidrát, vas

2. Folyadék, só

X. Zsír, méz

13+1. Mit gondolsz a túlzott sózásról?

1. Sokkal jobb ízt ad az ételnek

2. Növeli a szív- és érrendszeri betegségek kialakulásának veszélyét

X. Nem kell mellette más fűszert alkalmazni