

Gesundheitsquiz

Alle Fragen, Antworten
und kurze Erklärungen



Gesundheitsquiz



1. Was ist der primäre Zweck von Vitamin D im menschlichen Körper?

A) Den Blutzucker regulieren

Die Regulierung des Blutzuckers wird hauptsächlich durch Insulin und Glukagon, Hormone der Bauchspeicheldrüse, gesteuert.

B) Die Knochen stärken (Richtige Antwort)

Vitamin D ist entscheidend für die Aufnahme von Kalzium aus dem Darm, was wesentlich für die Bildung und Erhaltung starker Knochen ist. Es hilft auch bei der Regulierung des Kalziumspiegels im Blut.

C) Die Blutgerinnung fördern

Die Blutgerinnung wird durch Substanzen wie Vitamin K und verschiedene Blutgerinnungsfaktoren unterstützt.



2. Welches Organ filtert Abfallstoffe aus dem Blut?

A) Herz

Das Herz ist verantwortlich für die Pumpfunktion, um Blut durch den gesamten Körper zu zirkulieren.

B) Lunge

Die Lunge ist zentral für den Gasaustausch, insbesondere die Aufnahme von Sauerstoff und die Abgabe von Kohlendioxid.

C) Niere (Richtige Antwort)

Die Nieren sind für die Filterung von Abfallstoffen und überschüssigen Flüssigkeiten aus dem Blut verantwortlich, die dann als Urin ausgeschieden werden. Sie spielen eine zentrale Rolle bei der Regulierung des Blutdrucks, des Elektrolythaushalts und des Säure-Basen-Gleichgewichts.

Gesundheitsquiz



3. Welches Vitamin ist wesentlich für das Sehvermögen?

A) Vitamin E

Vitamin E spielt eine wichtige Rolle als Antioxidans, das die Zellen vor Schäden durch freie Radikale schützt.

B) Vitamin A (Richtige Antwort)

Vitamin A ist wesentlich für die Aufrechterhaltung einer gesunden Sehkraft, insbesondere in schlechten Lichtverhältnissen. Es trägt zur Bildung des Pigments Rhodopsin bei, das in den Augen für das Sehen bei geringem Licht notwendig ist.

C) Vitamin K

Vitamin K ist wesentlich für die Blutgerinnung und die Gesundheit der Knochen.



4. Was verursacht die Krankheit Malaria?

A) Bakterien

Bakterielle Infektionen wie Tuberkulose oder Borreliose werden durch verschiedene Bakterienarten verursacht.

B) Viren

Viren sind für eine Vielzahl von Krankheiten verantwortlich, darunter Erkältungen, Grippe und HIV/AIDS.

C) Parasiten (Richtige Antwort)

Malaria wird durch Plasmodium-Parasiten verursacht, die durch den Stich infizierter Anopheles-Mücken auf Menschen übertragen werden. Diese Parasiten infizieren und zerstören rote Blutkörperchen.

Gesundheitsquiz



5. Welcher Körperteil ist von Arthritis betroffen?

A) Knochen

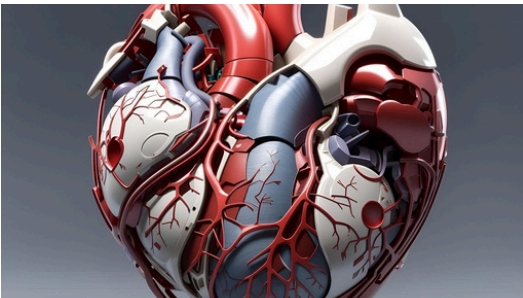
Knochen bilden das Skelett und unterstützen die Körperstruktur und -funktion.

B) Gelenke (Richtige Antwort)

Arthritis bezieht sich auf eine Entzündung der Gelenke, die Schmerzen und Steifigkeit verursacht. Es gibt viele Formen von Arthritis, wie rheumatoide Arthritis und Osteoarthritis.

C) Muskeln

Muskeln sind für Bewegung und Kraft verantwortlich und arbeiten mit Knochen und Gelenken zusammen.



6. Was ist kein Risikofaktor für Herzkrankheiten?

A) Hoher Cholesterinspiegel

Ein hoher Cholesterinspiegel kann das Risiko für Herzkrankheiten erhöhen, da er zu Arterienverkalkung führen kann.

B) Hohe Mobilität (Richtige Antwort)

Hohe Mobilität ist kein Risikofaktor für Herzkrankheiten. Tatsächlich kann regelmäßige körperliche Aktivität das Risiko für Herzerkrankungen senken.

C) Rauchen

Rauchen ist ein erheblicher Risikofaktor für viele Krankheiten, einschließlich Herzkrankheiten und Lungenkrebs

Gesundheitsquiz



7. Welches Organ ist hauptsächlich für die Insulinproduktion verantwortlich?

A) Leber

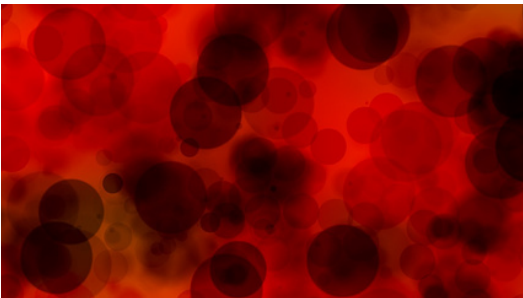
Die Leber ist hauptsächlich für die Entgiftung und den Stoffwechsel verantwortlich.

B) Bauchspeicheldrüse (Richtige Antwort)

Die Bauchspeicheldrüse produziert Insulin, ein Hormon, das entscheidend ist, um den Blutzuckerspiegel zu regulieren. Insulin hilft, Glukose aus dem Blut in die Zellen zu transportieren, wo sie zur Energiegewinnung verwendet wird.

C) Milz

Die Milz spielt eine Rolle im Immunsystem und beim Abbau alter oder beschädigter Blutzellen.



8. Welche Blutgruppe gilt als Universalspender?

A) AB

Personen mit der Blutgruppe AB können Plasma an alle Blutgruppen spenden, sind aber keine universellen Blutspender.

B) B

Personen mit der Blutgruppe B können Blut nur an B- und AB-Blutgruppen weitergeben.

C) O (Richtige Antwort)

Die Blutgruppe O negativ wird als Universalspender angesehen, weil rote Blutkörperchen dieser Gruppe an Empfänger aller anderen Blutgruppen gegeben werden können, ohne dass es zu einer Immunreaktion kommt.

Gesundheitsquiz



9. Welche Krankheit wird durch den Mangel an Vitamin C verursacht?

A) Skorbut (Richtige Antwort)

Skorbut ist eine Krankheit, die durch einen Mangel an Vitamin C entsteht und sich durch Symptome wie Zahnfleischbluten, Schwäche und blutige Hämatome manifestiert. Vitamin C ist wesentlich für die Kollagenproduktion und Gewebereparatur.

B) Rachitis

Rachitis ist eine Erkrankung, die durch einen Mangel an Vitamin D verursacht wird und sich durch weiche, schwache Knochen bei Kindern äußert.

C) Pellagra

Pellagra wird durch einen Mangel an Niacin (Vitamin B3) verursacht und führt zu Hautentzündungen, Durchfall und mentalen Störungen.



10. Was misst ein Sphygmomanometer?

A) Blutdruck (Richtige Antwort)

Ein Sphygmomanometer misst den Blutdruck und gibt wichtige Informationen über die Gesundheit des Herz-Kreislauf-Systems.

B) Blutzucker

Der Blutzuckerspiegel wird mit Geräten wie Glukometern gemessen, nicht mit einem Sphygmomanometer.

C) Cholesterinspiegel

Der Cholesterinspiegel wird durch Bluttests gemessen, die Lipidprofile liefern.

Gesundheitsquiz



11. Was ist kein Symptom von Diabetes?

A) Übermäßiger Hunger

Übermäßiger Hunger, auch als Polyphagie bekannt, ist ein häufiges Symptom von Diabetes, das durch die Unfähigkeit des Körpers entsteht, Glukose effektiv zu nutzen.

B) Häufiges Wasserlassen

Häufiges Wasserlassen, oder Polyurie, ist ein weiteres klassisches Symptom von Diabetes, das durch hohe Blutzuckerwerte verursacht wird.

C) Verminderte Schweißproduktion (Richtige Antwort)

Diabetes führt typischerweise zu Symptomen wie übermäßigem Hunger, Durst und häufigem Wasserlassen, aber nicht zu verminderter Schweißproduktion.



12. Was ist der medizinische Fachbegriff für Heuschnupfen?

A) Rhinitis (Richtige Antwort)

Rhinitis ist der medizinische Begriff für Entzündungen der Nasenschleimhaut, die häufig durch Allergien wie Heuschnupfen verursacht werden.

B) Bronchitis

Bronchitis ist eine Entzündung der Atemwege in der Lunge, die meist durch eine Virusinfektion oder Rauchen verursacht wird.

C) Pharyngitis

Pharyngitis, eine Entzündung des Rachenraums, wird typischerweise durch Viren verursacht und äußert sich meist als Halsschmerzen.

Gesundheitsquiz



13. Was ist keine Funktion der Leber?

A) Produktion von Verdauungsenzymen

Die Produktion von Verdauungsenzymen ist eine Hauptfunktion der Bauchspeicheldrüse, nicht der Leber.

B) Produktion von Blutzellen

Die Produktion von Blutzellen findet hauptsächlich im Knochenmark statt, nicht in der Leber.

C) Entgiftung von Schadstoffen (Richtige Antwort)

Die Leber ist für viele wichtige Funktionen im Körper verantwortlich, darunter die Entgiftung von Schadstoffen. Produktion von Blutzellen und Verdauungsenzymen sind keine direkten Funktionen der Leber.



14. Welches Organ ist von Hepatitis betroffen?

A) Herz

Das Herz ist ein Organ, das primär für die Pumpfunktion des Blutkreislaufs verantwortlich ist, und nicht von Hepatitis betroffen.

B) Leber (Richtige Antwort)

Hepatitis ist eine Entzündung der Leber, die durch Viren, übermäßigen Alkoholkonsum oder andere toxische Substanzen verursacht werden kann und die Leberfunktion beeinträchtigt.

C) Niere

Die Niere filtert Abfallstoffe aus dem Blut, spielt aber keine Rolle in der Entwicklung von Hepatitis.

Gesundheitsquiz



15. Was ist kein typisches Merkmal von Grippe?

A) Fieber

Fieber ist ein häufiges Symptom der Grippe, das durch die Körperreaktion auf die Virusinfektion entsteht.

B) Hautausschlag (Richtige Antwort)

Ein Hautausschlag ist kein typisches Merkmal der Grippe, die meist durch Symptome wie Fieber, Husten, Körperschmerzen und Müdigkeit gekennzeichnet ist.

C) Körperschmerzen

Körperschmerzen sind typisch für Grippe, da die Infektion den ganzen Körper beeinflusst.



16. Welches Hormon reguliert den Kalziumspiegel im Blut?

A) Insulin

Insulin ist ein Hormon, das den Glukosespiegel im Blut reguliert, nicht den Kalziumspiegel.

B) Adrenalin

Adrenalin ist ein Stresshormon, das Herzrate und Blutdruck erhöht, aber nicht direkt den Kalziumspiegel beeinflusst.

C) Parathormon (Richtige Antwort)

Das Parathormon wird von den Nebenschilddrüsen produziert und spielt eine zentrale Rolle bei der Regulierung des Kalziumspiegels im Blut.

Gesundheitsquiz



17. Was ist der Hauptzweck von Antioxidantien?

A) Verbesserung der Verdauung

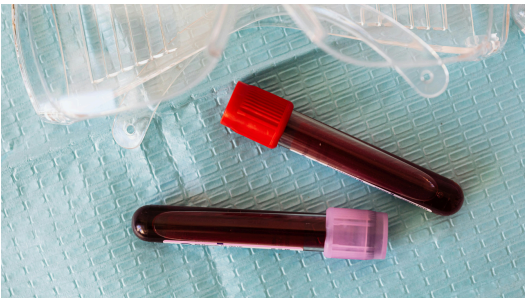
Die Verbesserung der Verdauung wird von Enzymen und anderen Verdauungssäften unterstützt, nicht direkt von Antioxidantien.

B) Bekämpfung von freien Radikalen (Richtige Antwort)

Antioxidantien schützen den Körper vor Schäden durch freie Radikale, die Zellen schädigen und zu verschiedenen Krankheiten führen können.

C) Förderung der Muskelkontraktion

Die Muskelkontraktion wird durch Kalzium und andere Elektrolyte reguliert, nicht durch Antioxidantien.



18. Welche Substanz ist wesentlich für die Blutgerinnung?

A) Glukose

Glukose ist ein wichtiger Energielieferant für die Körperzellen, spielt aber keine Rolle bei der Blutgerinnung.

B) Vitamin K (Richtige Antwort)

Vitamin K ist essentiell für die Blutgerinnung, da es für die Bildung mehrerer Gerinnungsfaktoren benötigt wird.

C) Vitamin D

Vitamin D ist wesentlich für die Knochengesundheit und Kalziumaufnahme, nicht direkt für die Blutgerinnung.

Gesundheitsquiz



19. Welche Krankheit wird durch einen Mangel an Eisen im Körper verursacht?

A) Anämie (Richtige Antwort)

Anämie, insbesondere Eisenmangelanämie, entsteht, wenn der Körper nicht genug Eisen hat, um ausreichend Hämoglobin zu produzieren, das für den Sauerstofftransport in den roten Blutkörperchen verantwortlich ist.

B) Hyperthyreose

Hyperthyreose, oder eine überaktive Schilddrüse, beschleunigt den Metabolismus, steht aber nicht in Verbindung mit Eisenmangel.

C) Leukämie

Leukämie ist eine Art von Blutkrebs, die die Produktion abnormaler Blutzellen in das Knochenmark involviert und nicht direkt mit Eisenmangel verbunden ist.



20. Welches Organ ist nicht direkt am Verdauungsprozess beteiligt?

A) Magen

Der Magen spielt eine zentrale Rolle bei der Zersetzung der Nahrung und der Verdauung.

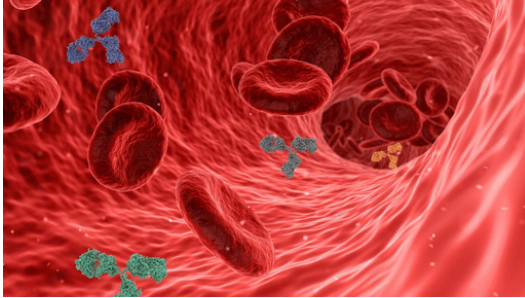
B) Darm

Der Darm ist wesentlich für die Verdauung und Nährstoffaufnahme aus der Nahrung.

C) Niere (Richtige Antwort)

Die Niere ist nicht direkt am Verdauungsprozess beteiligt. Sie spielt eine wichtige Rolle in der Filtration von Blut und der Ausscheidung von Abfallstoffen.

Gesundheitsquiz



21. Was ist die Hauptfunktion von weißen Blutkörperchen?

A) Sauerstoff transportieren

Das Transportieren von Sauerstoff wird hauptsächlich durch rote Blutkörperchen, nicht weiße, durchgeführt.

B) Infektionen bekämpfen (Richtige Antwort)

Weißer Blutkörperchen oder Leukozyten sind wesentlich für das Immunsystem. Sie erkennen und bekämpfen Infektionen und fremde Eindringlinge im Körper.

C) Blutgerinnung fördern

Die Blutgerinnung wird durch Blutplättchen und verschiedene Gerinnungsfaktoren ermöglicht, nicht durch weiße Blutkörperchen.



22. Was ist keine häufige Ursache für Hypertonie (Bluthochdruck)?

A) Salzreiche Ernährung

Eine salzreiche Ernährung kann den Blutdruck erhöhen und ist somit ein Risikofaktor für Hypertonie.

B) Regelmäßige körperliche Betätigung (Richtige Antwort)

Regelmäßige körperliche Betätigung ist tatsächlich eine präventive Maßnahme gegen Bluthochdruck und keine Ursache dafür.

C) Übergewicht

Übergewicht ist ebenfalls ein bekannter Risikofaktor für Bluthochdruck und viele andere gesundheitliche Probleme.

Gesundheitsquiz



23. Welcher Körperteil ist von Asthma betroffen?

A) Leber

Die Leber ist zentral für den Metabolismus und die Entgiftung, spielt aber keine Rolle bei Asthma.

B) Lunge (Richtige Antwort)

Asthma ist eine chronische Erkrankung, bei der die Atemwege der Lunge entzündet und verengt sind, was zu Atembeschwerden führt.

C) Magen

Der Magen ist für die Verdauung verantwortlich, hat jedoch keine direkte Verbindung zu Asthma.



24. Was ist der medizinische Fachausdruck für Windpocken?

A) Varizellen (Richtige Antwort)

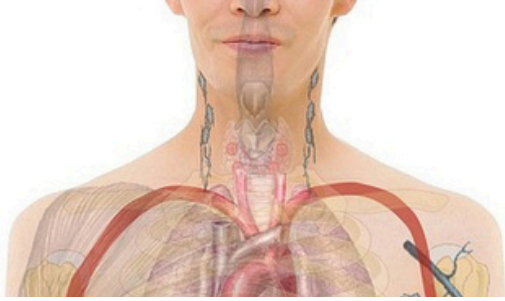
Varizellen oder Windpocken sind eine hochansteckende Viruserkrankung, die meist Kinder betrifft und durch das Varizella-Zoster-Virus verursacht wird.

B) Rubella

Rubella, auch bekannt als Röteln, ist eine virale Infektion, die sich von Windpocken unterscheidet und meist mildere Symptome verursacht.

C) Röteln

Röteln sind eine Infektionskrankheit, die vor allem durch Hautausschlag und Fieber gekennzeichnet ist, aber nicht die gleiche Krankheit wie Windpocken sind.



25. Welches ist keine Funktion der Schilddrüse?

A) Regulierung des Stoffwechsels

Die Schilddrüse spielt eine wesentliche Rolle bei der Regulierung des Stoffwechsels durch Produktion von Schilddrüsenhormonen.

B) Regulierung der Körpertemperatur

Obwohl die Schilddrüse indirekt die Körpertemperatur durch den Stoffwechsel beeinflusst, ist dies eine sekundäre Funktion.

C) Produktion von Verdauungsenzymen (Richtige Antwort)

Die Schilddrüse produziert Hormone, die den Stoffwechsel regulieren, nicht aber Verdauungsenzyme. Diese Funktion ist hauptsächlich in Organen wie der Bauchspeicheldrüse zu finden.



Folge uns auf



<https://www.facebook.com/raumfuerzeitheike>



https://www.instagram.com/heike_raumfuerzeit



https://www.instagram.com/cabrera_feelgood



www.cabrera-feelgood.de