

## CSONTÜGYEK

1. Mi az, ami nem jut a porcokba?

- a. vér
- b. oxigén
- c. szinóvia

2. Mi a Pivot-shift jelenség?

- a. a térd időnként hátrafelé akar hajlani
- b. bizonyos mozdulatoknál a síp csont fájdalmasan ki- vagy befelé fordul
- c. keresztszalag szakadás

3. Mi a combcsont neve?

- a. lemur
- b. femur
- c. cemur

4. A kéz csontjai között van egy zöldség nevű is. Melyik zöldségről kaphatta a nevét?

- a. borsó
- b. lencse
- c. bab

5. A nyeregízületre nehezedő nyomás által kialakuló betegség neve az artrózis. Általában egy bizonyos géppel foglalkozó emberek körében alakulhat ki. Milyen gépről van szó?

- a. légkalapács
- b. láncfűrész
- c. aknavető

6. Milyen mozgást ajánl a szakirodalom a porckorongsérv megelőzésére?

- a. futást
- b. súlyemelést
- c. törzsizom-erősítő edzést

7. Hogyan lehet a porcot gyógyítani, regenerálni?

- a. úszással
- b. sehoggy
- c. műtéttel

8. Melyik a legtipikusabb sportbaleset?

- a. szalagszakadás
- b. porcleválás
- c. lábtörés

9. Térdprotézis beültetése esetén lehetőség van arra, hogy csak fél protézist ültessenek be. Hogy nevezik ezt a fél segédeszközt?

- a. szánkóprotézis
- b. lepedőprotézis
- c. fél dióprotézis

10. Melyik sporttal tudjuk a legtöbbet tenni csontjaink egészségéért?

- a. úszással
- b. jógával
- c. vívással