

## APARATI LOKOMOTOR DHE USHTRIMET

1. Tolerancë ndaj aktivitetit fizik quajmë:
  - a) Llojin dhe limitin e aktivitetit fizik që pacienti mund të përballojë.
  - b) Aktiviteti ditor si: ecja, gjumi, pushimi, ushqyerja.
  - c) Relaksim që ndihmon në lëvizjen e muskujve.
  - d) Të gjitha lëvizjet e mundëshme të trupit.
  
2. Ekuilibri dhe lëvizjet realizohen nëpërmjet:
  - a) Ndërrimit të pozicionit në kohë dhe hapsirë.
  - b) Fleksionit dhe ekstensionit të ekstremiteteve.
  - c) Reflekseve në mënyrën e qëndrimit dhe të sjelljes.
  - d) Relaksimit të muksulaturës.
  
3. Infermiera duhet të vlerësojë lëvizjen e pacientit. Ç'farë veprimi duhet të ndërmerri në fillim ajo:
  - a) Të vëzhgoi lëvizjen e pacientit.
  - b) Të aktivizojë pacientin të lëviz.
  - c) Të përcaktojë tolerancën ndaj aktivitetit.
  - d) Të përcaktojë lëvizjen e artikulacioneve.
  
4. Cilën ang principet e mekanizmit të trupit duhet të shfrytëzojë infermierja për të parandaluar dëmtimin e saj dhe të pacientit gjatë perkujdesit ndaj tij:
  - a) Qëndrimi në një largësi të konsiderueshme ndaj pacientit.
  - b) Përkulja e trupit në drejtim të lëvizjes.
  - c) Përdorimi i muskujve të shpinës për të lëvizur.
  - d) Flektimi i gjunjëve dhe këmbët larg nga njëra-tjetra.
  
5. Ç'farë do të thotë dekubitus lateral:
  - a) Pacienti qëndron shtrirë në pozicionin anash.
  - b) Pacienti qëndron shtrirë mbi bark.
  - c) Pacienti qëndron shtrirë në kurriz.
  - d) Pacienti qëndron në pozicion gjysëm-ndenjor.
  
6. Infermierja pozicionon pacientin për terapinë intravenoze. Cili është ky pozicion:
  - a) Dekubitus dorsalis
  - b) Dekubitus ventralis
  - c) Dekubitus lateralo-ventral.
  - d) Pozicioni orthopne.
  
7. Imobilitet do të thotë:
  - a) Kordinimi i artikulacioneve të mëdha me ato të vogla.
  - b) Lëvizja e ekstremiteteve të poshtme.
  - c) Aftësija e trupit për të lëvizur lirshëm.
  - d) Paaftësija e trupit për të lëvizur lirshëm.
  
8. Cila është arsyeja që pacienti me kirurgji abdominale ( me plagë të suturuar) duhet t'i mbajë këmbët e flektuara:
  - a) Ndihmon kthimin venoz.
  - b) Ndihmon në qarkullimin e limfës.

- c) Mbron suturat e plagës.
  - d) Ndhmon kthimin limfatik.
9. Një pacient i cili ka qëndruar për një kohë të gjatë rregjim shtrati mund të paraqesi:
- a) Rritje të metabolizimit bazal.
  - b) Rritje të nivelit të hemoglobinës në gjak.
  - c) Hypertension arterial.
  - d) Rrezik për inkontinencë urinare.
10. Tek një pacient i imobilizuar infermierja gjykon për dezekuilibër hidrik në bazë të:
- a) Monitorimit të presionit arterial.
  - b) Matjes së marrjeve dhe nxjerrjeve.
  - c) Monitorimit të pulsit central.
  - d) Monitorimit të pulsit periferik.
11. Pozicioni shtrirë mbi bark, cilit term i referohet.
- a) Dekubitus ventral.
  - b) Dekubitus lateralo-ventral.
  - c) Dekubitus lateral.
  - d) Dekubitus dorsal.
12. Aftësia e një personi për të lëvizur lirshëm quhet:
- a) Lirshmëria vetëm e artikulacioneve të mëdha.
  - b) Lëvizshmëria vetëm e artikulacioneve të sipërme.
  - c) Imobilitet.
  - d) Mobilitet
13. Pacient me mobilitet të plotë do të thotë që:
- a) Nuk është në gjendje të përkujdeset për vetë-veten.
  - b) Ka nevojë për asistencën e infermieres.
  - c) Kryen në mënyrë të pavarur nevojat e tij.
  - d) Ka nevojë për asistencën e familjarëve.
14. Infermierja përkujdeset për një pacient të imobilizuar në shtrat. Ç'farë duhet të observojë ajo për të shmangur në kohë:
- a) Uljen e nivelit të glicemisë në gjak.
  - b) Parandalimin e plagëve dekubituse.
  - c) Hipertensionin arterial.
  - d) Shtim të sasisë së urinës.
15. Tek një pacient me imobilizim të ekstremitetit ndodh:
- a) Hipertrofia muskulare.
  - b) Atrofia muskulare.
  - c) Rritje të qarkullimit të gjakut.
  - d) Mbajtja e muskulaturës me tonus të njëjtë.
16. Imobilitet i pacientit është situata kur ai:
- a) Lëviz pa ndihmën e infermieres
  - b) Nuk është i aftë të lëviz i pavarur.
  - c) Qëndron në pozicionin ulur pa u ndihmuar.

- d) Kryen lëvizjen e artikulacioneve të poshtme.
17. Tek pacientet me imobilitet, problem i lidhur me sistemin respirator mund të jetë:
- Forcimi të muskujve respirator.
  - Rritje të nivelit të hemoglobinës në gjak.
  - Dobësim të muskujve respirator.
  - Zgjerim të pulmoneve.
18. Efektet psikosociale që mund të ndodhin në pacientët me imobilitet janë:
- Ndryshime të ciklit të gjumit dhe të zgjimit.
  - Rritja e aftësive përballuese.
  - Nuk shfaqin depresion.
  - Komunikojnë lirshëm pa ndjenjë frike.
19. Kur një pacient me probleme kardiovaskulare duhet të qëndrojë rregjim shtrati:
- Në rastet e hipertensionit kronik.
  - Në rastet e hypotensionit.
  - Në rastet e nauzeve.
  - Në infarkt të miokardit.
20. Kryerja e fleksionit dhe ekstensionit të një ekstremiteti do të thotë:
- Mbajtja e ekstremitetit pa lëvizur.
  - Lëvizja rrotulluese e ekstremitetit.
  - Mbledhja dhe shtrirja e ekstremitetit.
  - Masazhi i muskulatës së ekstremitetit.
21. Vendosja e një ekstremiteti të poshtëm në pozicionin ngritur/mbi nivel konsiston në:
- Mbajtjen drejt dhe pa lëvizur të ekstremitetit të poshtëm.
  - Ngritja e ekstremitetit lart.
  - Mbajtja në pozicion  $90^\circ$  e gjurit.
  - Ulja poshtë e ekstremitetit.
22. Cili nga këta pacientë e ka më të domosdoshme rregjimin e shtratit:
- Një pacient me frakturë të humerusit.
  - Një pacient me frakturë të radiusit.
  - Një pacient me frakturë të falangjeve.
  - Një pacient me frakturë të vertebrave.
23. Shërimi i plagës në nivel artikulacioni ndihmohet nga:
- Shmangia e ekstensionit.
  - Kryerja e fleksion-ekstensionit.
  - Lëvizjet rrotulluese të artikulacionit.
  - Mbajtja e artikulacionit në ekstension.
24. Në cilin rast të problemeve pulmonare pacientit i rekomandohet regjim shtrati:
- Bronkopneomoni dekstra
  - Bronkopneomoni sinistra.
  - Stadi i fundit i sëmundjeve kronike të pulmoneve.
  - Asma bronkiale.

25. Cila është ndërhyrja infermiere që ndihmon pacientët të kalojnë efektet negative të imobilitetit?
- Drejto pacientin që të kryej aktivitet lëvizës së paku dy herë në ditë.
  - Lejoje pacientin të qëndroi vetëm sa më shumë që të jetë e mundur.
  - Inkurajo pacientin që të marrë frymë normalisht gjatë ditës.
  - Shmang përdorimin e çorapeve anti embolike.
26. Cili nga pacientët e më poshtëm rezikon për komplikacione nga imobiliteti?
- Një pacient me pneumoni i aftë të kryej lëvizje aktive.
  - Një pacient me osteoartrit të theksuar dhe i keq ushqyer.
  - Një pacient që ka kaluar infarkt miokardi dhe ka filluar të ecë.
  - Një pacient me çrregullime të heparit i cili bashkëpunon duke kryer ushtrimet pasive.
27. Cila nga pikat e mëposhtmet ndërmerr infermierja për të arritur sigurinë e pacientit gjatë transferimit:
- Sigurohet që stafi infermior i njeh politikat që lidhen me transferimin e pacientit.
  - Mban paisjet për pacientin.
  - Nuk lejon transferimin e pacientëve që janë të dobët.
  - I jep pacientit këshilla verbale gjatë transferimit.
28. Infermierja pozicionon pacientin në pozicionin lateral për të arritur:
- Zgjerim më të madh të kafazit të kraharorit.
  - Lehtësim gjatë frymëmarrjeve.
  - Çlirim të presionit në pjesën sakrale.
  - Ndihmon në shërim të shpejtë.
29. Cila nga pikat e mëposhtmet do të ndihmoi infermierin të vlerësojë nëse plani i rritjes të mobilitetit të pacientit ka qënë i suksesshëm:
- Pacienti i thotë infermieres që ai kreu ushtrimet deri sa i digjnin muskujt.
  - Pacienti i demonstroi infermieres ushtrimet.
  - Pulsi i pacientit nuk ndryshon gjatë kryerjes së ushtrimeve aerobike.
  - Frymëmarrja e pacientit nuk ndryshon gjatë kryerjes së ushtrimeve.
30. Aplikimi i qafores në traumat e shtyllës kurrizore(Cervikale) bëhet:
- Në vendngjarjen e aksidentit
  - Gjatë transportimit të aksidentuarit
  - Në urgjencën e spitalit
31. Pastrimi i goës me solucion Natri Bikarbonat bëhet:
- Çdo 4 orë
  - Çdo 8 orë
  - Çdo 10 orë
32. Sa ushtrime duhet të bëhen në ditë tek te semurët rëndë për parandalimi i tromboflebitit atrofik muskularë :
- 4 x në ditë

- b) 3 x në ditë
- c) 6 x në ditë

33. Tek pacientët në gjendje kome koha e aspirimit nuk duhet të kaloj :

- a) 10 sekonda
- b) 20 sekonda
- c) 15 sekonda