

---

ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ  
**ΠΑΝΕΛΛΑΔΙΚΩΝ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ 2023**

---

ΜΑΘΗΜΑ

ΥΓΙΕΙΝΗ

ΩΡΑ ΑΝΑΡΤΗΣΗΣ

11:45



φροντιστήρια  
**ΠΟΥΚΑΜΙΣΑΣ**

Ο ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟΣ ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΠΑΝΕΛΛΑΔΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ Γ' ΤΑΞΗΣ  
ΗΜΕΡΗΣΙΩΝ ΛΥΚΕΙΩΝ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΞΕΤΑΣΗΣ:

10-06-2023

ΕΞΕΤΑΖΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑ:

**ΥΓΙΕΙΝΗ**

**ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ**  
**ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΘΕΜΑΤΩΝ**

**ΘΕΜΑ Α**

**A1.**

- α) Σωστό
- β) Λάθος
- γ) Λάθος
- δ) Λάθος
- ε) Σωστό

**A2.**

- α-1
- β-6
- γ-3
- δ-4
- ε-8

**A3.**

- 1-γ
- 2-δ
- 3-ε
- 4-β
- 5-στ

**ΘΕΜΑ Β**

**B1.**

Δημόσια Υγιεινή είναι το σύνολο των μέτρων που εφαρμόζονται από το κράτος με σκοπό την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του πληθυσμού. Αυτό επιτυγχάνεται με την εξυγίανση του περιβάλλοντος, τον

έλεγχο των λοιμωδών νοσημάτων, την αγωγή υγείας ομάδων πληθυσμού, την οργάνωση των υγειονομικών και νοσηλευτικών υπηρεσιών.

**B2.**

α) Τα ούλα γίνονται έντονα κόκκινα, διογκωμένα από το οίδημα και πολλές φορές αιμορραγούν.

β) Στην περιοδοντίτιδα, η βλάβη επεκτείνεται βαθύτερα στους ιστούς που στηρίζουν τα δόντια και έτσι αρχίζουν να κουνιούνται και σύντομα γίνεται η εξαγωγή τους.

**B3.**

α) Με τον όρο επαγγελματικά νοσήματα εννοούμε τα νοσήματα εκείνα που εμφανίζονται με πολύ μεγαλύτερη συχνότητα σε εργαζόμενους, εκτεθειμένους στο συγκεκριμένο παράγοντα που προκαλεί τη νόσο, σε σύγκριση με τη συχνότητα που εμφανίζεται η νόσος στο γενικό πληθυσμό.

β) Οι κυριότερες επαγγελματικές πνευμονοπάθειες είναι:

α. Πνευμονοκονιάσεις.

β. Επαγγελματικό άσθμα,

γ. Αντιδράσεις από υπερευαισθησία.

γ) Τα μέτρα προφύλαξης για τις επαγγελματικές πνευμονοπάθειες περιλαμβάνουν:

\* Συστήματα εξαερισμού που έχουν σκοπό να περιορίσουν τη βλαπτική σκόνη.

\* Η χρήση ατομικής μάσκας προστασίας.

\* Απομάκρυνση των αρρώστων από βεβαρυμένους χώρους εργασίας.

\* Περιοδικές εξετάσεις στους εργαζόμενους.

**ΘΕΜΑ Γ**

## Γ1.

Η υγειονομική ταφή περιλαμβάνει την ταφή των απορριμμάτων σε επιλεγμένους χώρους. Τα απορρίμματα αδειάζονται στους χώρους ταφής, συμπιέζονται, ώστε να μειωθεί ο όγκος τους και καλύπτονται με χώμα. Όταν η χωματερή δεν μπορεί να δεχτεί άλλα απορρίμματα, σκεπάζεται με χώμα ύψους ενός μέτρου και δενδροφυτεύεται. Δύο επιπλέον τρόποι διάθεσης των απορριμμάτων είναι η καύση και η λιπασματοποίηση.

## Γ2.

α) Οι ειδικοί συμβούλευσαν τους μαθητές να κάνουν σωματική άσκηση και να εξασφαλίζουν υψηλή πρόσληψη ασβεστίου από τις τροφές (γαλακτοκομικά προϊόντα) κυρίως κατά την παιδική και νεανική ηλικία, τα οποία συμβάλλουν στην αύξηση της οστικής πυκνότητας και έτσι, προλαμβάνεται η οστεοπόρωση.

β) Ο προληπτικός έλεγχος για σκολίωση και κύφωση γίνεται από εξειδικευμένο προσωπικό κατά τη σχολική περίοδο και συμβάλλει στη μείωση εμφάνισης της νόσου. Η εξέταση γίνεται με απλή επισκόπηση σε όρθια στάση και επίκυψη.

γ) Η σωματική άσκηση συμβάλλει στην ανάπτυξη του μυοσκελετικού συστήματος και γενικότερα στην καλή του λειτουργία και αυτό αποκτά:

- Δύναμη. Οι μύες αδυνατίζουν, όταν δε χρησιμοποιούνται.
- Ευλυγισία και χάρη. Η άσκηση βοηθά να γίνεται η κίνηση με ευκολία.
- Αντοχή. Η αντοχή αυξάνεται, όταν κάποιος ασκείται.
- Βοηθά στην εναπόθεση ασβεστίου στα παιδιά.

δ) Η σωστή στάση του σώματος σε όλες τις συνήθειες ασχολίες αποτελεί βασική αρχή πρόληψης παθήσεων της σπονδυλικής στήλης. Η κυφωτική στάση είναι η πιο συνηθισμένη μορφή παραμόρφωσης.

**Γ3.**

α) Τα μαγειρεμένα τρόφιμα πρέπει να καταναλώνονται αμέσως. Επειδή στην πράξη είναι δύσκολο, καλό είναι να μην παραμένουν πάνω από 4-5 ώρες εκτός ψυγείου.

β) Η προετοιμασία του φαγητού εκ των προτέρων και η συντήρηση μετά συμβαίνει συχνά, όπως εν προκειμένω στο εστιατόριο. Γι' αυτό καλό είναι το φαγητό να συντηρείται ή σε θερμοκρασία μεγαλύτερη από 60°C ή μικρότερη από 10°C.

γ) Τα μαγειρεμένα τρόφιμα πρέπει να αναθερμαίνονται αποτελεσματικά. Αποτελεσματική αναθέρμανση σημαίνει ότι όλα τα μέρη του τροφίμου θα θερμανθούν τουλάχιστον στους 70°C.

### ΘΕΜΑ Δ

**Δ1.**

α) Ο απορροφητικός βόθρος αποτελείται από λάκκο βάθους 3-4 μέτρων με τοιχώματα από πέτρες. Είναι ο πιο ανθυγιεινός, γιατί συλλέγονται τα οικιακά λύματα κατ' ευθείαν στη γη, διαποτίζουν το έδαφος, μολύνουν τα υπόγεια νερά, γεγονός που έχει ως αποτέλεσμα την εμφάνιση λοιμωδών νοσημάτων. Πρέπει να απέχει 50 μέτρα από την πηγή ύδρευσης.

β) Το ασφαλέστερο και υγιεινότερο σύστημα αποχέτευσης είναι με το δίκτυο υπονόμων, όπου συλλέγονται τα λύματα της περιοχής, δέχονται επεξεργασία και απομακρύνονται σε υγρό περιβάλλον (θάλασσα, λίμνη, ποταμό) κατά τρόπο αποδεκτό για το περιβάλλον και τη δημόσια υγεία.

γ) Ο σηπτικός βόθρος είναι το υγιεινότερο είδος βόθρου. Αποτελείται από στεγανά τμήματα. Στο πρώτο γίνεται καθίζηση των ακαθαρσιών και στα άλλα δύο υγροποίηση και ζυμώσεις. Από το τρίτο τμήμα διοχετεύονται τα λύματα στο έδαφος, απορροφώνται και δε δημιουργούν υγειονομικό πρόβλημα. Γι' αυτό θεωρείται υγιεινότερος των άλλων.

## Δ2.

α) Κανένα από τα τρία δείγματα νερού δεν κρίνεται κατάλληλο για πόση. Η αντίδρασή του πόσιμου νερού πρέπει να είναι ουδέτερη ως ελαφρά αλκαλική (pH 6,8 - 7,8). Το δείγμα Α έχει pH μικρότερο από 6,8 και επομένως δεν είναι κατάλληλο για κατανάλωση. Το δείγμα Β περιέχει αζωτούχες ενώσεις. Ωστόσο, για να είναι πόσιμο το νερό δεν πρέπει να περιέχει αζωτούχες ενώσεις, επομένως και αυτό κρίνεται ως μη κατάλληλο για πόση.

Τέλος, το πόσιμο νερό δεν πρέπει να περιέχει χημικές ουσίες ή όταν υπάρχουν, δεν επιτρέπεται να υπερβαίνουν ορισμένη αναλογία. Όταν ο μόλυβδος π.χ. βρίσκεται στο πόσιμο νερό σε μεγάλη αναλογία, προκαλούνται χρόνιες δηλητηριάσεις. Επομένως, το δείγμα Γ δεν είναι κατάλληλο για κατανάλωση.

β) Οι αζωτούχες ενώσεις σε δείγμα νερού που δεν είναι μολυσμένο μπορεί να προέρχονται από λιπάσματα ή από τη γεωλογική σύσταση του εδάφους.

γ) Με τη χημική εξέταση διαπιστώνεται πιθανή μόλυνση του νερού.