**BỘ CÂU HỎI DÀNH CHO**

**BÀI 36: ĐIỀU HÒA MÔI TRƯỜNG TRONG CƠ THỂ**

**I. TRẮC NGHIỆM:**

**Câu 1:** Môi trường trong của cơ thể bao gồm

A. Máu, nước mô

B. Máu, bạch huyết

**C. Máu, nước mô và bạch huyết**

D. Nước mô và bạch huyết

**Câu 2:** Cân bằng môi trường trong cơ thể là:

**A. Sự duy trì sự ổn định của môi trường trong cơ thể, đảm bảo cho các hoạt động sống diễn ra bình thường**

B. Duy trì sự ổn định của môi trường trong cơ thể.

C. Đảm bảo cho các hoạt động sống diễn ra bình thường

**Câu 3:** Hiện tượng nào sau đây là ví dụ về sự điều hòa ổn định môi trường trong cơ thể

A. Sau khi ăn no sẽ có cảm giác buồn ngủ

**B. Sau khi ăn mặn sẽ có nhu cầu uống nhiều nước**

C. Khi ăn cơm có nhu cầu uống nước ngọt

Câu 4: Một người khi xét nghiệm máu khi đói thấy chỉ số Glucose là 12.6mmol/L. Hãy cho biết người này có nguy cơ mắc bệnh gì biết chỉ số glucose bình thường trong máu người là 3,9-6,4mmol/L

A. Gout

**B. Tiểu đường**

C. Viêm gan

D. Đau dạ dày

Câu 5: Môi trường trong cơ thể được duy trì ổn định giúp cơ thể:

**A. Hoạt động bình thường**

B. Không hoạt động bình thường

C. Gây ra 1 số bệnh

D. Chữa được 1 số bệnh

**Câu 6:** Nồng độ các chất nào sau đây nếu được duy trì ổn định sẽ có vai trò quan trọng trong duy trì ổn định môi trường trong cơ thể:

A. Glucose

B. Sodium chloride

**C. Cả a và b**

D. Không có đáp án nào đúng

Câu 7: Nếu lượng acid uric trong máu cao hơn bình thường trong 1 thời gian dài sẽ gây ra bệnh gì:

**A. Gout**

B. Tiểu đường

C. Viêm gan

D. Đau dạ dày

Câu 8: Để xác định nồng độ 1 số yếu tố trong cơ thể như nồng độ glucose, acid uric, ... người ta thường làm xét nghiệm gì:

A. Siêu âm

B. Xét nghiệm máu

C. Xét nghiệm nước tiểu

**D. Xét nghiệm máu và nước tiểu**

Câu 9: Môi trường trong cơ thể thường xuyên liên hệ với môi trường ngoài thông qua các cơ quan nào dưới đây:

**A. Da**

B. Thần kinh

C. Dạ dày

D. Ruột non

Câu 10: Nếu lượng acid uric trong máu thấp hơn bình thường trong 1 thời gian dài cơ thể sẽ mắc bệnh gì:

A. Rối loạn chức năng gan

B. Rối loạn chức năng thận

**C. Rối loạn chức năng gan và thận**

D. Không mắc bệnh gì

**II. TỰ LUẬN**

**Câu 1**: Môi trường trong cơ thể gồm những thành phần nào? Chúng có quan hệ với môi trường ngoài thông qua các hệ cơ quan hoặc cơ quan nào?

Trả lời: Môi trường trong cơ thể bao gồm:

+ Máu (nằm trong mạch máu)

+ Nước mô (nằm giữa các tế bào)

+ Bạch huyết (nằm trong mạch bạch huyết)

Môi trường trong cơ thể luôn có mối quan hệ với môi trường ngoài thông qua các hệ cơ quan: tiêu hóa, tuần hoàn, hô hấp, da....

**Câu 2**: Sau khi ăn quá mặn ta thường có cảm giác khát. Việc uống nhiều nước sau khi ăn quá mặn có ý nghĩa như thế nào đối với cơ thể?

Trả lời: Sau khi ăn quá nhiều muối, muối sẽ di chuyển qua thành ruột non và được hấp thụ vào máu làm cho hàm lượng muối trong máu tăng lên, môi trường trong cơ thể vì thế trở nên mất cân bằng. Khi đó, các tín hiệu hóa học sẽ truyền lên não để cảnh báo nồng độ muối trong cơ thể quá cao. Trung tâm cảm nhận cơn khát của cơ thể sẽ gửi thông tin để chúng ta bổ sung nước cho cơ thể nhằm điều hòa nồng độ muối, giúp môi trường trong cơ thể trở về trạng thái cân bằng, giúp các hoạt động của cơ thể diễn ra bình thường.

**Câu 3**: Nêu khái niệm cân bằng môi trường trong và vai trò của sự duy trì ổn định môi trường trong của cơ thể?

Trả lời: Cân bằng môi trường trong cơ thể là duy trì sự ổn định của môi trường trong cơ thể, đảm bảo cho các hoạt động sống diễn ra bình thường

**Câu 4**: Trên đây là mẫu kết quả xét nghiệm một số chỉ số sinh hóa của 1 người đàn ông trưởng thành

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tên xét nghiệm | Kết quả | Chỉ số bình thường | Đơn vị |
| Định lượng glucose máu | 6,0 | 3,9 – 6,4 | mmol/l |
| Định lượng acid uric máu | 450 | 210 – 420 |  |

Em hãy nhận xét kết quả xét nghiệm, dự đoán các nguy cơ về sức khỏe của bệnh nhân ( nếu có) và đưa ra lời khuyên thích hợp.

Trả lời: Bệnh nhân trên rất có thể đã mắc bệnh Gout.

Lời khuyên:

+ Hạn chế sử dụng các thực phẩm thịt đỏ, các loại hải sản giàu đạm

+ Kiêng bia, rượu và đồ uống có gas

+ Tăng cường sử dụng các loại rau có màu xanh và trái cây.

+ Xây dựng chế độ tập luyện TDTT điều độ

+ Khám sức khỏe định kì và thường xuyên theo dõi các chỉ số

**Câu 5**: Trên đây là mẫu kết quả xét nghiệm một số chỉ số sinh hóa của 1 người đàn ông trưởng thành

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tên xét nghiệm | Kết quả | Chỉ số bình thường | Đơn vị |
| Định lượng glucose máu | 9,4 | 3,9 – 6,4 | mmol/l |
| Định lượng acid uric máu | 230 | 210 – 420 |  |

Em hãy nhận xét kết quả xét nghiệm, dự đoán các nguy cơ về sức khỏe của bệnh nhân ( nếu có) và đưa ra lời khuyên thích hợp.

Trả lời: Bệnh nhân trên rất có thể đã mắc bệnh tiểu đường

Lời khuyên:

+ Lựa chọn tinh bột cẩn thận như kiều mạch, yến mạch, đậu xanh, ...

+ Hạn chế ăn thịt đỏ và hạn chế ăn muối

+ Kiêng bia, rượu và đồ uống có gas

+ Tăng cường sử dụng các loại rau có màu xanh và trái cây ít đường

+ Xây dựng chế độ tập luyện TDTT điều độ

+ Khám sức khỏe định kì và thường xuyên theo dõi các chỉ số