

## ISPITNA PITANJA ZA SPECIJALISTIČKI ISPIT IZ HIGIJENE

1. Procena ishrane i stanja ishranjenosti
2. Vrste ankete ishrane
3. Antropometrijsko ispitivanje ishrane
4. Funkcionalno ispitivanje ishranjenosti
5. Energetske potrebe čoveka
6. Ugljeni hidrati u ishrani-fiziološki značaj, izvori, vrste, zdravstveni značaj
7. Proteini u ishrani - fiziološki značaj, izvori, vrste, zdravstveni značaj
8. Masti u ishrani - fiziološki značaj, izvori, vrste, zdravstveni značaj
9. Značaj vode u ishrani
10. Liposolubilni vitamini
11. Vitamin A - fiziološki značaj, izvori, deficit i mere prevencije
12. Gvožđe - fiziološki značaj, izvori, deficit i mere prevencije
13. Kalcijum - fiziološki značaj, izvori, deficit i mere prevencije
14. Jod i fluor - fiziološki značaj, izvori, deficit i mere prevencije
15. Vitamin C - fiziološki značaj, izvori, deficit i mere prevencije
16. Vitamini B grupe - fiziološki značaj, izvori, deficit i mere prevencije
17. Antioksidansi u ishrani
18. Životne namirnice - preporučena struktura dnevnog obroka
19. Žitarice
20. Povrće
21. Voće
22. Mleko i mlečni proizvodi
23. Masti i ulja
24. Šećeri i šećerni koncentрати
25. Meso, riba, jaja
26. Konzervisanje namirnica
27. Ishrana trudnica i doilja
28. Ishrana dece i omladine - specifičnosti ishrane adolescenata
29. Ishrana i fizički rad
30. Ishrana sportista
31. Ishrana starih ljudi
32. Proteinsko - energetske deficiti
33. Gojaznost kao zdravstveni problem
34. Zdravstvena bezbednost hrane - biološka kontaminacija
35. Toksične hemijske supstance u hrani
36. Sanitacija objekata za proizvodnju, preradu i promet namirnica
37. Zdravstvena ispravnost predmeta opšte upotrebe
38. Ishrana u prevenciji i lečenju gojaznosti
39. Ishrana u prevenciji i lečenju kardiovaskularnih bolesti
40. Ishrana u prevenciji i lečenju malignih bolesti
41. Ishrana u prevenciji i lečenju poremećaja metabolizma masti
42. Ishrana u prevenciji i lečenju šećerne bolesti

43. Zemljište, značaj, sastav, struktura
44. Razlaganje organskih materija u zemljištu, sposobnost zemljišta za prečišćavanje otpadnih materija
45. Zagađivanje zemljišta, delovanje na zdravlje, mere zaštite
46. Voda za piće, vrste i osobine voda po poreklu, značaj i uloga vode
47. Lokalna inspekcija vodnog objekta, uzorkovanje, pisanje mišljenja, tumačenje pravilnika
48. Kondicioniranje vode za piće, metode (sedimentacija, koagulacija, aeracija, filtracija, omekšavanje)
49. Centralni način snabdevanja vodom za piće
50. Lokalni način snabdevanja vodom za piće
51. Otpadne materije, poreklo, sastav, higijenski značaj
52. Lokalno uklanjanje čvrstih otpadnih materija
53. Lokalno uklanjanje tečnih otpadnih materija
54. Centralni način uklanjanja čvrstih otpadnih materija
55. Centralni način uklanjanja tečnih otpadnih materija
56. Prečišćavanje otpadnih voda
57. Ispitivanje sanitarno-higijenskog stanja vodotoka
58. Delovanje sniženog atmosferskog pritiska na zdravlje i mere zaštite
59. Delovanje povišenog atmosferskog pritiska na zdravlje i mere zaštite
60. Aerozagađenje u komunalnoj sredini, izvor, sastav, zdravstveni aspekt
61. Aerozagađenje u prostorijama, izvor, sastav, zdravstveni aspekt
62. Delovanje aerozagađenja i mere zaštite
63. Merenje aerozagađenja, pravna regulativa, pisanje mišljenja
64. Klima i delovanje klimatskih faktora na zdravlje
65. Delovanje visokih temperatura na organizam čoveka i mere zaštite
66. Delovanje niskih temperatura na organizam čoveka i mere zaštite
67. Ventilacija prostorija, grejanje prostorija, zdravstveni aspekt
68. Priroda radijacije i spektar elektromagnetnog zračenja
69. Svetlost, fiziološki i higijenski značaj, izvori, merenje, normativi
70. Ultraljubičasto zračenje, delovanje, mere zaštite
71. Jonizujuće zračenje, priroda, vrste, zdravstveni aspekt
72. Posledice akutnog i hroničnog izlaganja jonizujućem zračenju
73. Zaštita od jonizujućeg zračenja
74. Kontaminacija životne sredine jonizujućim zračenjem i dispozicija radioaktivnog otpada
75. Buka, izvori, delovanje na zdravlje
76. Mere zaštite od buke
77. Vibracije i ultrazvuk (izvori i delovanje na čovekov organizam )
78. Hemijske nokse, klasifikacija i sudbina u organizmu, procena zdravstvenog rizika
79. Kontaminanti u namirnicama, vrste, delovanje na zdravlje
80. Kancerogeni i alergeni u životnoj sredini
81. Osnovni komunalno-higijenski principi izgradnje naselja
82. Značaj zdravog stanovanja i uslovi koje treba da ispuni stan

83. Ljudska i stočna groblja (higijenski značaj)
84. Higijena zdravstvenih ustanova
85. Značaj higijenskih mera u prevenciji intrahospitalnih infekcija
86. Školska sredina i zdravlje učenika, karakteristike morbiditeta školske dece
87. Specijalni razredi i škole
88. Higijena predškolskih ustanova
89. Sanitacija radne sredine, vrste i klasifikacija profesionalnih štetnosti
90. Značaj telesne i lične higijene, higijene odeće i obuće
91. Higijena sportskih objekata, higijena sportskih rekvizita, opreme i lična higijena sportista
92. Duševno zdravlje, faktori koji utiču na ljudsko ponačanje, mehanizmi prilagođavanja frustracijama
93. Mentalna higijena u praksi (škola, porodica, radna sredina, zdravstvo)
94. Higijenske i epidemiološke karakteristike vojnog kolektiva
95. Higijena vojne obuke
96. Improvizacija u vojnoj higijeni i vanrednim situacijama (snabdevanje vodom, otpadne materije)