



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Pracovní list - SPÁNEK

- 1.) Definuj pojem „SPÁNEK“.
- 2.) Jaký je základní význam spánku?
- 3.) Popiš změny jednotlivých fyziologických funkcí během spánku:
- 4.) Charakterizuj:
REM fázi spánku:
non-REM fázi spánku:
- 5.) Vysvětli pojmy:
INSOMNIE
NARKOLEPSIE
SPÁNKOVÁ INVERZE
HYPERMOMNIE
- 6) Definuj bolest:
- 7) Jaký je rozdíl mezi akutní a chronickou bolestí?
- 8) Jaké jsou nejčastější nonverbální projevy bolesti?
- 9) Mezi nejčastější metody měření bolesti patří škálování. Popiš u jednotlivých stupňů verbální způsob vyjádření bolesti podle České škály:
0
1
2
3
4
5
- 10) Co je mapa bolesti?