

**Θέματα περιβάλλοντος εργασίας**

*Επιλέξτε όλες τις σωστές απαντήσεις γράφοντας μόνον τον αριθμό της ερώτησης και την απάντηση Α,Β,Γ ή Δ, ανά περίπτωση είναι ίσως παραπάνω από μια!*

*Παράδειγμα για την ερώτηση 9 γράφουμε την απάντηση: 9. A*

**1. Ποιος από τους παρακάτω θεωρείται βασικός παράγοντας του εργασιακού περιβάλλοντος;**

- A. Ο καιρός
- B. Οι σχέσεις μεταξύ εργαζομένων
- Γ. Η διατροφή στο σπίτι
- Δ. Οι εξωσχολικές δραστηριότητες

**Σωστό: B**

**2. Τι είναι «εργονομία»;**

- A. Η μελέτη της ανθρώπινης συμπεριφοράς
- B. Η προσαρμογή της εργασίας στον εργαζόμενο
- Γ. Η σωστή χρήση των χημικών
- Δ. Ο καθαρισμός του χώρου

**Σωστό: B**

**3. Ποιος φορέας στην Ελλάδα είναι υπεύθυνος για την επιθεώρηση της εργασίας;**

- A. ΚΕΕΛΠΝΟ
- B. ΕΦΕΤ
- Γ. ΣΕΠΕ
- Δ. ΕΟΔΥ

**Σωστό: Γ**

**4. Ποιο από τα παρακάτω θεωρείται βιολογικός κίνδυνος;**

- A. Θόρυβος
- B. Ιός
- Γ. Φωτιά
- Δ. Δόνηση

**Σωστό: B**

**5. Ποιο μέσο ατομικής προστασίας χρησιμοποιείται στην επαφή με σωματικά υγρά;**

- A. Γυαλιά ηλίου
- B. Ποδιά κουζίνας
- Γ. Γάντια μιας χρήσης
- Δ. Κράνος

**Σωστό: Γ**

**6. Ποιος είναι ο στόχος της υγιεινής και ασφάλειας;**

- A. Να αυξήσει την αποδοτικότητα μόνο
- B. Να μειώσει τα ατυχήματα και τις ασθένειες
- Γ. Να βελτιώσει την εικόνα του φορέα
- Δ. Να αυξήσει την πελατεία

**Σωστό: B**

**7. Τι σημαίνει «στατιστική ανάλυση ατυχημάτων»;**

- A. Καταγραφή και μελέτη των ατυχημάτων
- B. Δημιουργία νέων ατυχημάτων
- Γ. Επιβολή ποινών στους εργαζομένους
- Δ. Ανασχεδιασμός του χώρου

**Σωστό: A**

**8. Ποια είναι η πρώτη ενέργεια σε περίπτωση φωτιάς;**

- A. Τρέχουμε πανικόβλητοι
- B. Αποσυνδέουμε το ρεύμα
- Γ. Ενεργοποιούμε τον συναγερμό
- Δ. Περιμένουμε οδηγίες

**Σωστό: Γ**

**9. Ποιο από τα παρακάτω θεωρείται χημικός κίνδυνος;**

- A. Μικροοργανισμοί
- B. Θερμοκρασία
- Γ. Απολυμαντικό
- Δ. Κουραστική στάση σώματος

**Σωστό: Γ**

**10. Ποιος είναι ο σκοπός της απολύμανσης;**

- A. Να καθαρίσει το χώρο από σκόνη
- B. Να σκοτώσει τα έντομα
- Γ. Να καταστρέψει παθογόνους μικροοργανισμούς
- Δ. Να απομακρύνει τα αλλεργιογόνα

**Σωστό: Γ**

**11. Τι είναι «burnout»;**

- A. Σωματική εξάντληση
- B. Ψυχική και σωματική εξουθένωση από εργασία
- Γ. Θερμοπληξία
- Δ. Τραυματισμός

**Σωστό: B**

**12. Σε ποια θέση πρέπει να βρίσκεται η πλάτη κατά την ανύψωση βάρους;**

- A. Λυγισμένη
- B. Κυρτή
- C. Ευθεία
- D. Στριμμένη

**Σωστό: Γ**

**13. Ποιο χρώμα έχει συνήθως ο πυροσβεστήρας σκόνης;**

- A. Κίτρινο
- B. Κόκκινο
- C. Πράσινο
- D. Μπλε

**Σωστό: Β**

**14. Πότε πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας;**

- A. Μετά την εργασία μόνο
- B. Πριν και μετά από κάθε επαφή με ασθενή
- C. Μόνο αν λερωθούν
- D. Μόνο στο τέλος της ημέρας

**Σωστό: Β**

**15. Τι είναι το πρωτόκολλο ασφαλείας;**

- A. Κείμενο με διαδικασίες προστασίας
- B. Εγχειρίδιο μηχανών
- C. Ημερολόγιο εργασίας
- D. Λίστα προμηθειών

**Σωστό: Α**

**16. Ποια από τις παρακάτω στάσεις προκαλεί μυοσκελετικά προβλήματα;**

- A. Συχνά διαλείμματα
- B. Όρθια στάση πολλών ωρών
- C. Καλή στάση καθίσματος
- D. Χαμηλή ένταση εργασίας

**Σωστό: Β**

**17. Τι σημαίνει PPE;**

- A. Professional Personal Exercise
- B. Personal Protective Equipment
- C. Public Protection Environment
- D. Personal Physical Evaluation

**Σωστό: Β**

**18. Ποιος θεωρείται φυσικός κίνδυνος;**

A. Θόρυβος

B. Ιός

Γ. Χλώριο

Δ. Οξύ

**Σωστό: Α**

**19. Ποιος έχει ευθύνη για την ασφάλεια στο χώρο;**

A. Μόνο ο εργοδότης

B. Μόνο ο εργαζόμενος

Γ. Και εργοδότης και εργαζόμενος

Δ. Κανένας

**Σωστό: Γ**

**20. Η χρήση γαντιών αντικαθιστά το πλύσιμο χεριών;**

A. Ναι

B. Μερικές φορές

Γ. Ποτέ

Δ. Μόνο στα νοσοκομεία

**Σωστό: Γ**

**21. Ποιο είναι πρώτο βήμα στην παροχή Πρώτων Βοηθειών;**

A. Έλεγχος περιβάλλοντος για κίνδυνο

B. Μετακίνηση τραυματία

Γ. Χορήγηση φαρμάκου

Δ. Καθαρισμός χώρου

**Σωστό: Α**

**22. Τι είναι «νοσοκομειακή λοίμωξη»;**

A. Λοίμωξη εκτός εργασίας

B. Λοίμωξη που μεταδίδεται στο χώρο περίθαλψης

Γ. Λοίμωξη από τρόφιμα

Δ. Λοίμωξη από ζώα

**Σωστό: Β**

**23. Ποια επιφάνεια απολυμαίνεται συχνότερα;**

A. Το πάτωμα

B. Οι λαβές θυρών

Γ. Οι κουρτίνες

Δ. Τα έπιπλα

**Σωστό: Β**

**24. Ποιο μέσο προστατεύει από αερομεταφερόμενα σταγονίδια;**

- A. Μάσκα
- B. Ποδιά
- C. Γάντια
- D. Γυαλιά

**Σωστό: A**

**25. Η κόπωση μπορεί να προκαλέσει:**

- A. Αύξηση προσοχής
- B. Μείωση αποδοτικότητας και λάθη
- C. Μείωση ατυχημάτων
- D. Βελτίωση απόδοσης

**Σωστό: B**

**26. Τι είναι ο «Κανόνας 20-20-20»;**

- A. Ξεκουύραση μάτια κάθε 20 λεπτά σε απόσταση 20 ποδιών για 20 δευτερόλεπτα
- B. Ασκηση 20 λεπτών κάθε ημέρα
- C. 20 γεύματα – 20 ώρες – 20 θερμίδες
- D. Χρόνος καθαρισμού εργαλείων

**Σωστό: A**

**27. Τι κάνει το αντισηπτικό;**

- A. Εξουδετερώνει μικρόβια σε χέρια/δέρμα
- B. Καθαρίζει λεκέδες
- C. Σκοτώνει παράσιτα
- D. Αρωματίζει

**Σωστό: A**

**28. Ποια είναι βασική προϋπόθεση καλής συνεργασίας;**

- A. Επιβολή
- B. Επικοινωνία
- C. Ανταγωνισμός
- D. Απομόνωση

**Σωστό: B**

**29. Τι είναι «ασφάλεια εργασίας»;**

- A. Προστασία από κινδύνους στο χώρο εργασίας
- B. Προστασία προσωπικών δεδομένων
- C. Εξασφάλιση σύνταξης
- D. Πρόγραμμα εργασίας

**Σωστό: A**

**30. Σε περίπτωση ηλεκτροπληξίας τι κάνουμε πρώτα;**

- A. Αγγίζουμε τον τραυματία
- B. Απενεργοποιούμε το ρεύμα
- C. Τον σηκώνουμε
- D. Τον μεταφέρουμε

**Σωστό: B**

**31. Η μάσκα FFP2 προστατεύει κυρίως από:**

- A. Χημικές ουσίες
- B. Σκόνες και σταγονίδια
- C. Θερμότητα
- D. Τραυματισμούς

**Σωστό: B**

**32. Ποιο είναι σύμπτωμα επαγγελματικού στρες;**

- A. Αυξημένη ενέργεια
- B. Ευερεθιστότητα
- C. Πλήρης χαλάρωση
- D. Καλύτερη απόδοση

**Σωστό: B**

**33. Ποια ενέργεια μειώνει τη διασπορά μικροβίων;**

- A. Φτέρνισμα στον αέρα
- B. Φτέρνισμα στον αγκώνα
- C. Αποφυγή πλυσίματος
- D. Χρήση κοινών πετσετών

**Σωστό: B**

**34. Ποια ουσία χρησιμοποιείται συχνά για απολύμανση;**

- A. Αλκοόλη 70%
- B. Νερό
- C. Άμμος
- D. Αέρας

**Σωστό: A**

**35. Ποια είναι σημαντική δεξιότητα για εργαζόμενους υγείας;**

- A. Αδιαφορία
- B. Ενσυναίσθηση
- C. Απροθυμία
- D. Επιθετικότητα

**Σωστό: B**

**36. Τι σημαίνει «επικίνδυνη απόβλητα Υγειονομικών Μονάδων»;**

- A. Σκουπίδια άσχετα με υγεία
- B. Απόβλητα που μπορεί να προκαλέσουν βλάβη
- C. Προϊόντα καθαρισμού
- D. Κοινά απορρίμματα

**Σωστό: B**

**37. Ποιος είναι σωστός τρόπος επικοινωνίας με ασθενή;**

- A. Διακοπή συνεχώς
- B. Χιούμορ για σοβαρές ασθένειες
- C. Ήρεμος, κατανοητός λόγος
- D. Εντολές χωρίς εξήγηση

**Σωστό: Γ**

**38. Γιατί είναι σημαντική η στολή εργασίας;**

- A. Για εμφάνιση
- B. Για άνεση
- C. Για προστασία και υγιεινή
- D. Για μόδα

**Σωστό: Γ**

**39. Ποια από τις παρακάτω είναι μηχανικός κίνδυνος;**

- A. Ολισθηρό πάτωμα
- B. Βακτήριο
- C. Χημικό οξύ
- D. Θόρυβος

**Σωστό: A**

**40. Τι σημαίνει «καλή πρακτική εργασίας»;**

- A. Λανθασμένες μέθοδοι
- B. Διαδικασίες που μειώνουν κινδύνους
- C. Αδιαφορία για κανόνες
- D. Επιλογή κατά βούληση

**Σωστό: B**