

**Bài 22: Vệ sinh hệ hô hấp**

**Câu 1:** Chất độc nào dưới đây có nhiều trong khói thuốc lá ?

- A. Hêrôin
- B. Côcain
- C. Moocphin
- D. Nicôtin

**Lời giải**

Nicôtin là chất độc có nhiều trong khói thuốc lá.

Đáp án cần chọn là: D

**Câu 2:** Loại khí nào dưới đây thường gây viêm, sưng lớp niêm mạc, cản trở trao đổi khí và có thể gây chết người khi dùng với liều cao ?

- A. Nitơ
- B. Cacbon đioxit
- C. Hidrô
- D. Nitơ ôxit

**Lời giải**

Nitơ ôxit gây viêm, sưng lớp niêm mạc, cản trở trao đổi khí và có thể gây chết người khi dùng với liều cao.

Đáp án cần chọn là: D

**Câu 3:** Loại khí nào dưới đây có ái lực với hồng cầu rất cao và thường chiếm chỗ ôxi để liên kết với hồng cầu, khiến cơ thể nhanh chóng rơi vào trạng thái ngạt, thậm chí tử vong ?

- A. N<sub>2</sub>
- B. CO
- C. CO<sub>2</sub>

D. NO<sub>2</sub>

**Lời giải**

CO có ái lực với hồng cầu rất cao và thường chiếm chỗ ôxi để liên kết với hồng cầu, khiến cơ thể nhanh chóng rơi vào trạng thái ngạt, thậm chí tử vong.

Đáp án cần chọn là: B

**Câu 4:** Loại khí nào dưới đây không độc hại đối với con người ?

A. N<sub>2</sub>

B. NO<sub>2</sub>

C. CO

D. NO

**Lời giải**

Khí nitơ không độc hại đối với con người.

Đáp án cần chọn là: A

**Câu 5:** Thông thường, tỉ lệ khí cacbonic trong không khí hít vào là bao nhiêu ?

A. 0,03%

B. 0,5%

C. 0,46%

D. 0,01%

**Lời giải**

Tỉ lệ khí cacbonic trong không khí hít vào là 0,03%.

Đáp án cần chọn là: A

**Câu 6:** Vì sao công nhân làm trong các hầm mỏ than có nguy cơ mắc bệnh bụi phổi cao?

A. Môi trường làm việc có bụi than, cứ hít vào là sẽ mắc bệnh

B. Môi trường làm việc quá sức nên dễ bị bệnh

- C. Hệ bài tiết không bài tiết hết bụi than hít vào
- D. Vì hít vào nhiều bụi than, hệ hô hấp không thể lọc sạch hết được

### Lời giải

Trong quy trình khai thác mỏ có nhiều công đoạn phát sinh bụi như đào, xúc, múc, khoan đá, nổ mìn, vận chuyển, nghiền sàng, bốc dỡ đất đá than, quặng. Vì vậy có nhiều vị trí lao động bị ô nhiễm bụi nghiêm trọng, nồng độ bụi toàn phần cao từ 30 - 100mg/m<sup>3</sup>, vượt tiêu chuẩn vệ sinh cho phép, quá khả năng lọc sạch của đường dẫn khí của cơ thể người → Người công nhân làm trong hầm mỏ than có nguy cơ mắc bệnh bụi phổi cao.

Đáp án cần chọn là: D

**Câu 7:** Hiệu quả trao đổi khí có mối liên hệ mật thiết với trạng thái và khả năng hoạt động của hệ cơ quan nào?

- A. Hệ tiêu hoá
- B. Hệ sinh dục
- C. Hệ bài tiết
- D. Hệ tuần hoàn

### Lời giải

Hiệu quả trao đổi khí có mối liên hệ mật thiết với trạng thái và khả năng hoạt động của hệ tuần hoàn, do vậy để bảo vệ phổi và tăng hiệu quả hô hấp chúng ta cũng cần phải rèn luyện thói quen sinh hoạt để có một hệ tuần hoàn khỏe mạnh.

Đáp án cần chọn là: D

**Câu 8:** Để bảo vệ phổi và tăng hiệu quả hô hấp, chúng ta cần lưu ý điều nào sau đây ?

- A. Đeo khẩu trang khi tiếp xúc với khói bụi hay môi trường có nhiều hoá chất độc hại
- B. Thường xuyên luyện tập thể dục thể thao, bao gồm cả luyện thở
- C. Nói không với thuốc lá
- D. Tất cả các phương án còn lại

### Lời giải

Để bảo vệ phổi và tăng hiệu quả hô hấp, chúng ta cần đeo khẩu trang khi tiếp xúc với khói bụi hay môi trường có nhiều hoá chất độc hại, thường xuyên luyện tập thể dục thể thao, bao gồm cả luyện thở, không hút với thuốc lá.

Đáp án cần chọn là: D

**Câu 9:** Hoạt động nào dưới đây góp phần bảo vệ đường hô hấp của bạn ?

- A. Đeo khẩu trang trong môi trường có nhiều khói bụi
- B. Trồng nhiều cây xanh
- C. Xả rác đúng nơi quy định
- D. Tất cả các phương án đưa ra

**Lời giải**

Các hoạt động A, B, C đều góp phần bảo vệ đường hô hấp.

Đáp án cần chọn là: D

**Câu 10:** Vì sao khi chúng ta hít thở sâu thì sẽ làm tăng hiệu quả hô hấp ?

- A. Vì hít thở sâu giúp loại thải hoàn toàn lượng khí cặn và khí dự trữ còn tồn đọng trong phổi, tạo ra khoảng trống để lượng khí hữu ích dung nạp vào vị trí này.
- B. Vì khi hít thở sâu thì ôxi sẽ tiếp cận được với từng tế bào trong cơ thể, do đó, hiệu quả trao đổi khí ở tế bào sẽ cao hơn.
- C. Vì khi hít vào gắng sức sẽ làm tăng lượng khí bổ sung cho hoạt động trao đổi khí ở phế nang và khi thở ra gắng sức sẽ giúp loại thải khí dự trữ còn tồn đọng trong phổi.
- D. Tất cả các phương án còn lại.

**Lời giải**

Khi hít vào gắng sức sẽ làm tăng lượng khí bổ sung cho hoạt động trao đổi khí ở phế nang và khi thở ra gắng sức sẽ giúp loại thải khí dự trữ còn tồn đọng trong phổi → sẽ làm tăng hiệu quả hô hấp.

Đáp án cần chọn là: C