



Gesundheitsquiz für Erwachsene

Wie gut kennen Sie Ihren eigenen Körper und wie steht es mit Ihrem Gesundheitswissen?
Beantworten Sie die folgenden Fragen und kreuzen Sie sie an. Nur eine Antwort pro Frage ist richtig!

1. Wann erschrecken Sie? Wenn der Doktor sagt: <input type="checkbox"/> Ihr HDL-Cholesterin liegt über 40 mg/dl <input type="checkbox"/> Ihr Blutdruck beträgt 145 / 90 <input type="checkbox"/> Sie haben 3 Olf	2. Für was sind verkalkte Arterien verantwortlich? <input type="checkbox"/> Impotenz <input type="checkbox"/> Falten <input type="checkbox"/> Bluthochdruck	3. Die Hauptverantwortlichen im Stoffwechsel sind ... <input type="checkbox"/> Hormone, Vitamine, Enzyme <input type="checkbox"/> Hormone, Enzyme, Mikroben <input type="checkbox"/> Glukose, Galaktose
4. Welche Größe hat die Gesamtoberfläche des Darms? <input type="checkbox"/> Tischtennisplatte <input type="checkbox"/> Fußballfeld <input type="checkbox"/> 5 m Gartenschlauch	5. Während 10 Jahre Ihres Lebens transportiert Ihr Magen-Darm-Trakt <input type="checkbox"/> 2 – 3 Tonnen feste Nahrung <input type="checkbox"/> 3 – 4 Tonnen feste Nahrung <input type="checkbox"/> Mehr als 4 Tonnen feste Nahrung	6. Eine gemästete Leber regeneriert sich in ... <input type="checkbox"/> Drei bis sechs Wochen <input type="checkbox"/> zwei Jahren <input type="checkbox"/> Eine Fettleber wird nie wieder schlank
7. Was spüren Sie, wenn sie ganz schnell hintereinander „k,k,k.“ sagen? <input type="checkbox"/> Das Sprachzentrum im Gehirn <input type="checkbox"/> Den Blinddarm <input type="checkbox"/> Das Zwerchfell	8. Warum vertragen Frauen weniger Alkohol? <input type="checkbox"/> Sie haben weniger Alkoholdehydrogenase <input type="checkbox"/> Sie haben eine kleinere Leber <input type="checkbox"/> Sie bringen ihn einfach seltener aufs Örtchen	9. Das Gehirn besteht zum größten Teil aus ... <input type="checkbox"/> Fett <input type="checkbox"/> Stroh <input type="checkbox"/> Eiweiß
10. Wieviel wiegt Ihr Gehirn? <input type="checkbox"/> 1500 Gramm, wie ein männliches Meerschwein <input type="checkbox"/> 20 Gramm, wie eine Walnuss <input type="checkbox"/> 800 Gramm, wie ein Fussball	11. Hängt man alle Nerven aneinander, wie weit führt das? <input type="checkbox"/> Von München nach Hamburg <input type="checkbox"/> Vom Nordpol zum Südpol <input type="checkbox"/> Von der Erde zum Mond und zurück	12. In ihrem Körper werden pro Sekunde wie viele Zellen neu gebildet? <input type="checkbox"/> 50.000, genauso viele sterben auch wieder ab <input type="checkbox"/> 100.000 – 1.000.000 <input type="checkbox"/> Mehr als 1.000.000
13. Wo liegt das Herz? <input type="checkbox"/> Im Brustkorb links <input type="checkbox"/> Im Brustkorb rechts <input type="checkbox"/> Je nach Situation (z.B. bei Angst in der Hose)	14. Wieviele Zähne hat das natürliche Gebiß eines Erwachsenen? <input type="checkbox"/> 50 <input type="checkbox"/> 32 <input type="checkbox"/> ab einem gewissen Alter keine mehr	15. Sie halten einem Baby zum ersten Mal ein faules Ei unter die Nase? <input type="checkbox"/> Es lächelt freundlich <input type="checkbox"/> Es bringt sein Näschen in Sicherheit <input type="checkbox"/> Es zeigt Ihnen einen Vogel
16. Was nennt man Homunculus? <input type="checkbox"/> Einen nach innen wachsenden Pickel <input type="checkbox"/> Ein „Männlein“ im Gehirn mit großer Zunge und riesigen Händen <input type="checkbox"/> Ein Bakterium, das Durchfall erzeugt	17. Wenn man auf Pollen allergisch reagiert, was hilft? <input type="checkbox"/> Küssen <input type="checkbox"/> Niesen <input type="checkbox"/> Davonrennen	18. Was macht der Bizeps? <input type="checkbox"/> Er ist eine Erfindung der Fitness-Studios <input type="checkbox"/> Er beugt den Unterarm. <input type="checkbox"/> Er steuert die Bewegung der Finger

Auf der Internetseite <http://www.gesundheitsdialog.org/info.html> finden Sie unter dem Link „Gesundheitsquiz“ die richtigen Antworten. Das Gesundheitsquiz wurde von der Ernährungspraxis Ute Jagau (www.vitalfit.de) und der Praxis und Schule für Naturheilkunde Gisela Lüttringhausen (www.heilpraktikerschule-taunus.de) entwickelt und dem Gesundheitsdialog e. V. zur Verfügung gestellt

✂ -----
Bitte geben Sie diesen Abschnitt ausgefüllt am Infostand ab!

Name/ Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon Nr.

e-mail

Datum

Unterschrift