

Prüfung für
Wanderleiterinnen/Wanderleiter

Fragenkatalog 2024

(mit Kennzeichnung der richtigen Antworten)

Esame di
Accompagnatore/Accompagnatrice di
media montagna

Raccolta di domande 2024

(con risposte corrette)

E

Notfallmanagement und
Gesundheit, Verletzungen
und Erste Hilfe

Gestione dei casi d'urgenza e
salute, traumatologia e pronto
soccorso

Inhalt

Indice

A	Grundwissen zur Leitung von Wanderungen	Conoscenze base per la conduzione di escursioni	
B	Landeskunde	Territorio provinciale	
C	Meteorologie, Schnee- und Lawinenkunde	Meteorologia, nivologia e valanghe	
D	Natur und Umwelt	Natura e ambiente	
E	Notfallmanagement und Gesundheit, Verletzungen und Erste Hilfe	Gestione dei casi d'urgenza e salute, traumatologia e pronto soccorso	
1	Notfallmanagement	gestione dei casi d'urgenza	Frage Nr. domanda n. 5001 ÷ 5011
2	Erste Hilfe	pronto soccorso	5012 ÷ 5060
3	Gesundheitslehre	educazione sanitaria	5061 ÷ 5070
F	Betriebsführung und Marketing	Gestione aziendale e marketing	

WICHTIG:

- Die Reihenfolge der Antwortmöglichkeiten kann bei der Prüfung geändert werden.

IMPORTANTE:

- L'ordine delle alternative di risposta può essere modificato durante l'esame

1. Notfallmanagement

Gestione dei casi d'urgenza

5001 Welchen Grundsatz soll jeder Ersthelfer in einer Gefahrenzone beachten?

- Selbstschutz geht vor Fremdschutz.
- Es gibt kein Gefahrenpotential bei der Leistung von Erster Hilfe.
- Fremdschutz geht vor Eigenschutz.
- Einer für alle, alle für einen.

Quale principio deve osservare ogni soccorritore in una zona di pericolo?

- L'autoprotezione ha la precedenza sulla protezione di terzi.
- Non c'è alcun potenziale di pericolo quando si presta il primo soccorso.
- La protezione di terzi ha la precedenza sull'autoprotezione.
- Uno per tutti, tutti per uno.

5002 Wen verständigt der Wanderleiter/die Wanderleiterin in einem Notfall zuerst?

- den Partner/die Partnerin oder die Verwandten des/der Verletzten
- Er/Sie holt sich die nötigen Informationen des/der Verletzten und verständigt sofort die Notrufzentrale.
- Es wird sofort der eventuelle Auftraggeber bzw. die Versicherung verständigt.
- Es werden sofort die Polizeiorgane verständigt.

Chi chiama l'accompagnatore/l'accompagnatrice di media montagna per primo in caso di emergenza?

- il partner o i parenti della persona ferita
- Ottiene le informazioni necessarie dall'infortunato/a e avvisa immediatamente la centrale d'emergenza.
- Il cliente o la compagnia di assicurazione vengono informati immediatamente.
- Vengono informati immediatamente Polizia e/o Carabinieri.

5003 Wie lautet die einheitliche europäische Notrufnummer?

- 112
- 115
- 118
- 144

Qual è il numero unico europeo per le chiamate d'emergenza?

- 112
- 115
- 118
- 144

5004 Was muss bei einer Hubschrauberlandung beachtet werden?

- Es ist wichtig zu filmen, um den Verlauf zu dokumentieren.
- Es sind keine besonderen Hinweise zu berücksichtigen.
- Der Landeplatz sollte mindestens 30x30 m groß und frei von herumliegenden Gegenständen sein.
- Die Aufsetzfläche ist 4x4 m groß und frei von Hindernissen.

Quali aspetti sono da considerare in caso di atterraggio di un elicottero?

- È importante fare delle riprese per poter documentare l'atterraggio.
- Non vi è alcun aspetto da considerare.
- La dimensione della zona di atterraggio è di almeno 30x30 m e la superficie è libera da oggetti di qualsiasi tipo.
- La superficie di contatto per l'elicottero è di 4x4 metri ed è priva di ostacoli.

5005 Welche vollständigen Informationen muss ich geben, wenn ich einen Notruf absetze?

- Was ist passiert? Wo ist es passiert? Wie viele Verletzte? Welche Verletzungen? Wer ruft an?
- Was ist passiert? Wo ist es passiert? Namen des Verletzten mitteilen! Notarzt anfordern! Handynummer mitteilen!
- Was ist passiert? Welche Verletzungen? Wie viele Verletzte? Wer ruft an?
- Wo ist es passiert? Welche Verletzungen? Wie viele Verletzte? Wer ruft an?

Quali sono le informazioni da fornire completamente quando si effettua una chiamata di emergenza?

- Che cosa è successo? Dove è successo? Quante persone sono rimaste ferite? Quali sono le ferite? Chi sta chiamando?
- Che cosa è successo? Dove è successo? Indicare il nome del ferito! Richiedere il medico d'urgenza! Indicare il numero di cellulare!
- Che cosa è successo? Quali sono le ferite? Quanti feriti? Chi sta chiamando?
- Dove è successo? Quali sono le ferite? Quante vittime? Chi sta chiamando?

5006 Was bedeutet dieses Zeichen beim Einweisen des Hubschraubers?

Che cosa significa questo segnale per l'elicotterista?

- Ja, ich brauche Hilfe!
Sì, ho bisogno di aiuto!
- Nein, ich brauche keine Hilfe!
No, non ho bisogno di aiuto!
- Gefahr für den Hubschrauber, Landevorgang abbrechen!
Pericolo per l'elicottero, interrompere la procedura di atterraggio!
- Hier kann problemlos gelandet werden.
Potete atterrare qui senza problemi.



5007 Was bedeutet dieses Zeichen beim Einweisen des Hubschraubers?

Che cosa significa questo segnale per l'elicotterista?

- Ja, ich brauche Hilfe!
Sì, ho bisogno di aiuto!
- Nein, ich brauche keine Hilfe!
No, non ho bisogno di aiuto!
- Gefahr für den Hubschrauber, Landevorgang abbrechen!
Pericolo per l'elicottero, interrompere la procedura di atterraggio.
- Hier kann problemlos gelandet werden.
Potete atterrare qui senza problemi.



5008 Was bedeutet dieses Zeichen beim Einweisen des Hubschraubers?

Che cosa significa questo segnale per l'elicotterista?

- Ja, ich brauche Hilfe!
Sì, ho bisogno di aiuto!
- Nein, ich brauche keine Hilfe!
No, non ho bisogno di aiuto!
- Gefahr für den Hubschrauber, Landevorgang abbrechen!
Pericolo per l'elicottero, interrompere la procedura di atterraggio!
- Hier kann problemlos gelandet werden.
Potete atterrare qui senza problemi.



5009 Welche Handy-App ist empfehlenswert, um in Südtirol einen Notruf abzusetzen?

 112 Where Are U

 EchoSOS

 SOS EU Alp

 Rega

Quale app è consigliata per effettuare una chiamata d'emergenza in Alto Adige?

 112 Where Are U

 EchoSOS

 SOS EU Alp

 Rega

5011 Welche sind die ersten Schritte eines Wanderleiters/einer Wanderleiterin in einem Notfall?

sofort zum Verletzten laufen und seinen Zustand kontrollieren

zur nächsten Hütte laufen und den Notruf absetzen

überprüfen, ob weitere Gefahren für die Retter bestehen

die Sicherheit der Gruppe gewährleisten

Quali sono le prime azioni che un accompagnatore/un'accompagnatrice di media montagna deve compiere in caso di emergenza?

correre immediatamente dal ferito e controllare le sue condizioni

correre al rifugio più vicino e fare una chiamata d'emergenza

verificare se ci sono altri pericoli per i soccorritori

garantire la sicurezza del gruppo

5012 Das alpine Notsignal ist ein optisches oder akustisches Signal beliebiger Art (Rufe, Pfeifen, Lichtzeichen) in folgendem Rhythmus:

- 3-mal je Minute bis Antwort gegeben wird
- 3-mal je Minute, dann eine Minute Pause, dann wieder 3-mal je Minute usw. bis Antwort gegeben wird
- 6-mal je Minute bis Antwort gegeben wird
- 6-mal je Minute, dann eine Minute Pause, dann wieder 6-mal je Minute usw. bis Antwort gegeben wird

Il segnale di soccorso alpino è un segnale visivo o acustico di qualsiasi tipo (grida, fischi, segnali luminosi) nel seguente ritmo:

- 3 volte al minuto finché non viene data una risposta
- 3 volte al minuto, poi un minuto di pausa, poi di nuovo 3 volte al minuto e così via fino alla risposta.
- 6 volte al minuto finché non viene data una risposta
- 6 volte al minuto, poi un minuto di pausa, poi di nuovo 6 volte al minuto e così via fino alla risposta.

2. Erste Hilfe

Pronto soccorso

5013 Wer als Laie eine bewusstlose Person findet, prüft unbedingt ...

- den Puls
- die Reaktion der Pupillen
- die Atmung
- den Blutdruck

Se un non esperto trova una persona incosciente, è essenziale controllare ...

- il polso
- la reazione delle pupille
- la respirazione
- la pressione sanguigna

5014 Welche Schritte sind zu unternehmen, wenn man eine nicht ansprechbare Person auffindet? Bewusstsein und Atmung kontrollieren, wenn keine Atmung vorhanden ist ...

- in die stabile Seitenlage bringen.
- Wiederbelebungsmaßnahmen (BLS) durchführen bis professionelle Hilfe eintrifft.
- warten bis professionelle Hilfe eintrifft.
- Notruf absetzen.

Quali sono le manovre da compiere in caso di persona a terra che sembra non rispondere? Controllare lo stato di coscienza e la respirazione, se non c'è respirazione ...

- mettere la persona nella posizione laterale di sicurezza.
- eseguire immediatamente la rianimazione (BLS) fino all'arrivo dei soccorsi.
- aspettare l'arrivo dei soccorsi.
- fare la chiamata di emergenza.

5015 Wenn ich eine bewusstlose Person in die stabile Seitenlage gebracht habe, ...

- muss ich nur dann auf ihre Atmung achten, wenn sie unregelmäßig ist.
- muss ich ihre Atmung weiter überwachen.
- muss ich ihre Atmung nicht mehr überwachen.
- muss ich (sofern noch nicht geschehen) sofort den Notruf absetzen.

Quando ho messo una persona incosciente nella posizione laterale di sicurezza ...

- devo monitorare il suo respiro solo se è irregolare.
- devo continuare a monitorare il suo respiro.
- non devo più monitorare il suo respiro.
- devo fare immediatamente la chiamata d'emergenza (se non l'ho già fatto).

5016 Welche Erste-Hilfe-Maßnahmen sind bei einem reglosen Menschen durchzuführen?

- laut ansprechen und sanft schütteln
- Es ist nur der Notruf abzusetzen.
- Erste-Hilfe-Maßnahmen dürfen nur vom Notarzt durchgeführt werden
- Atemwege freimachen und Atmung kontrollieren

Quali misure di primo soccorso devono essere eseguite su una persona che non reagisce?

- parlare ad alta voce e scuotere delicatamente
- Deve essere effettuata solo la chiamata di emergenza.
- Le misure di primo soccorso possono essere eseguite solo da un medico d'urgenza.
- liberare le vie respiratorie e controllare la respirazione

5017 Welche Lagerung wird bei einem bewusstlosen Patienten (der atmet) durchgeführt?

- stabile Seitenlage
- Beine hochlagern
- Lagerung mit erhöhtem Oberkörper
- keine spezielle Lagerung erforderlich

Quale posizionamento si esegue per un paziente incosciente che respira?

- posizionamento laterale stabile
- elevazione delle gambe
- elevazione della parte superiore del corpo
- Non è necessario un posizionamento speciale.

5018 Welche Erste-Hilfe-Maßnahmen werden bei der Diagnose Herz-Kreislauf-Stillstand durchgeführt?

- stabile Seitenlage
- Notruf
- Defibrillator anwenden oder holen lassen
- Reanimation

Quali sono le misure di primo soccorso da attuare in caso di diagnosi di arresto cardiaco?

- posizionamento laterale stabile
- chiamata d'emergenza
- usare o farsi arrivare un defibrillatore
- rianimazione

-
- 5019 Wann muss die Herz-Lungen-Wiederbelebung angewandt werden?
- bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand
- bei einer bewusstlosen Person
- bei Atemproblemen
- bei Verdacht auf Herzinfarkt
- Quando bisogna effettuare una rianimazione cardiopolmonare?
- in caso di un arresto cardiaco
- nel caso vi fosse una persona svenuta
- in caso di problemi di respirazione
- se si sospetta un attacco cardiaco
-
- 5020 Welche Technik wird bei der Herzdruckmassage im Rahmen der Ersten Hilfe angewendet?
- Be- und Entlastungsphase sollen gleich lang sein
- möglichst kurze Be- und Entlastungsphase
- Notfallpatienten auf eine harte, unnachgiebige Unterlage legen
- Mitte des Brustkorbs schnell und kräftig niederdrücken
- Quale tecnica si utilizza per le compressioni toraciche nell'ambito del primo soccorso?
- le fasi di compressione e decompressione devono essere di uguale durata.
- fase di applicazione e rilascio più breve possibile
- posizionare il paziente in emergenza su una superficie dura e non flessibile.
- premere rapidamente e con forza il centro del torace
-
- 5021 In welchem Rhythmus wechseln sich Herzdruckmassage und Beatmung ab?
- 5 Herzdruckmassagen zu einer Beatmung
- 10 Herzdruckmassagen zu 6 Beatmungen
- 15 Herzdruckmassagen zu 2 Beatmungen
- 30 Herzdruckmassagen zu 2 Beatmungen
- Qual è il ritmo del massaggio cardiaco e della ventilazione?
- 5 volte massaggio cardiaco, 1 volta ventilazione
- 10 volte massaggio cardiaco, 6 volte ventilazione
- 15 volte massaggio cardiaco, 2 volte ventilazione
- 30 volte massaggio cardiaco, 2 volte ventilazione

5022 In welchem Rhythmus erfolgt die Kompression bei der Herzdruckmassage?

- 40- bis 50-mal je Minute
 60- bis 80-mal je Minute
 100- bis 120-mal je Minute
 150- bis 180-mal je Minute

Qual è il ritmo di compressione durante le compressioni toraciche?

- 40 a 50 volte al minuto
 60 a 80 volte al minuto
 100 a 120 volte al minuto
 150 a 180 volte al minuto

5023 Wie viel Prozent Sauerstoff bekommt der Patient bei einer Mund-zu-Mund-Beatmung?

- ca. 15 %
 ca. 17 %
 ca. 21 %
 ca. 23 %

Quale percentuale di ossigeno riceve il paziente durante la ventilazione bocca a bocca?

- ca. 15 %
 ca. 17 %
 ca. 21 %
 ca. 23 %

5024 Wie lange dauert die Atemkontrolle bei einer nicht ansprechbaren Person?

- 3 Sekunden
 5 Sekunden
 10 Sekunden
 30 Sekunden

Quanto tempo occorre per controllare la respirazione di una persona non cosciente?

- 3 secondi
 5 secondi
 10 secondi
 30 secondi

5025 Was soll die stabile Seitenlage verhindern?

- Ersticken
 Laufen
 Atmen
 Bauchkrämpfe

Che cosa deve prevenire il posizionamento laterale stabile?

- il soffocamento
 la corsa
 la respirazione
 crampi addominali

5026 Wie kann man den Bewusstseinszustand einer Person kontrollieren?

- Puls fühlen
- zum Aufsitzen bewegen und ansprechen
- laut ansprechen, schütteln und eventuell Schmerzreiz setzen
- kräftig schütteln

Come si può controllare lo stato di coscienza di una persona?

- sentire il polso
- farla sedere e parlare con la persona
- parlare ad alta voce, scuotere ed eventualmente stimolare il dolore
- scuotere vigorosamente

5027 Darf ein Wanderleiter/eine Wanderleiterin den Gästen selbst mitgebrachte Medikamente verabreichen?

- ja, selbstverständlich
- nein, nicht auf eigene Verantwortung
- nur Medikamente, die er/sie kennt
- ja, unter ärztlicher Anweisung (auch telefonisch)

L'accompagnatore/accompagnatrice di media montagna è autorizzato/a a somministrare ai partecipanti dei medicinali che ha con se?

- sì, certamente
- no, non sotto la propria responsabilità
- soltanto dei medicinali che conosce
- sì, sotto istruzione di un medico (anche per telefono)

5028 Welche sind typische Symptome eines möglichen Herzinfarkts?

- starke Kopfschmerzen und Fieber
- neurologische Probleme und Atemnot
- starke Schmerzen im Brustbereich, kalter Schweiß, Kurzatmigkeit
- Angst- und Vernichtungsgefühl

Quali sono i sintomi tipici di un possibile infarto cardiaco?

- un forte mal di testa e febbre
- problemi neurologici e insufficienza respiratoria
- forte dolore toracico, sudorazione fredda, fiato corto (dispnea)
- sensazione di paura e devastazione

5029 Erleidet eine Person einen Krampfanfall, sollte man ...

- Gegenstände aus ihrem unmittelbaren Umfeld entfernen, um Verletzungen vorzubeugen.
- ihr einen Gegenstand zwischen die Zähne schieben, damit sie sich nicht auf die Zunge beißt.
- die Arme und Beine festhalten, um die Dauer des Anfalls zu verkürzen.

Se una persona soffre di una crisi epilettica, è necessario ...

- rimuovere gli oggetti dalle immediate vicinanze per evitare lesioni.
- mettere un oggetto tra i denti per evitare che si morda la lingua.
- tenere le braccia e le gambe per abbreviare la durata della crisi.

5030 Woran erkennt man einen Schlaganfall?

- plötzliche Schwäche, Gefühlsstörung oder Lähmung einer Körperseite
- Querschnittslähmung
- akute Bauchschmerzen
- plötzlicher Verlust der Sprechfähigkeit oder Schwierigkeiten, Gesprochenes zu verstehen

Come si riconosce un ictus?

- improvvisa debolezza, perdita di sensibilità o paralisi da un lato del corpo
- paraplegia
- dolore addominale acuto
- perdita improvvisa della capacità di parlare o difficoltà di comprensione del linguaggio

5031 Welche Lagerung wird bei Atemnot durchgeführt?

- Stabile Seitenlage
- Beine hochlagern
- Lagerung mit erhöhtem Oberkörper
- Es ist keine spezielle Lagerung erforderlich.

Quale posizionamento si esegue per il distress respiratorio?

- posizionamento laterale stabile
- elevazione delle gambe
- elevazione della parte superiore del corpo
- Non è necessario un posizionamento speciale.

5032 Durch körperliche Anstrengung in heißer oder feuchtwarmer Umgebung und erschwerter Schweißabgabe (Kleidung) kommt es zu einem Wärmestau und zu einer Erhöhung der Körpertemperatur. Wie nennt man dieses Krankheitsbild?

- Hypotonie
- Hypertonie
- Hitzschlag, Hitzeerschöpfung
- Hyperventilation

Lo sforzo fisico in un ambiente caldo o caldo-umido e la sudorazione difficoltosa (abbigliamento) portano a un accumulo di calore e a un aumento della temperatura corporea. Come si chiama questo quadro clinico?

- Ipotensione
- ipertensione
- colpo di calore, esaurimento da calore
- iperventilazione

5033 Welche der angeführten Erste-Hilfe-Maßnahmen sind bei einem Sonnenstich/Hitzschlag zu setzen?

- Betroffenen an einen schattigen Ort bringen
- Wasser zu trinken geben
- Wärmeerhalt
- Kalte Umschläge

Quale delle seguenti misure di primo soccorso deve essere adottata in caso di insolazione/colpo di calore?

- spostare la persona colpita in un luogo ombreggiato
- dare acqua da bere
- conservare la temperatura
- impacchi freddi

5034 Wie funktioniert die Schocklagerung?

- niederlegen und Füße hoch
- auf den Bauch legen und Atmung kontrollieren
- aufsetzen und tief atmen
- Oberkörper hochlagern

Come funziona il posizionamento di un/a paziente sotto shock?

- sdraiare il/la paziente e mettere i piedi in alto
- Sdraiare il/la paziente a pancia in giù e controllare la respirazione
- far sedere il/la paziente e farlo/farla respirare profondamente
- sollevare la parte superiore del corpo

5035 Wie erkenne ich einen Hitzschlag?

- Schwindel, blasse Haut, kaltschweißig, normale Körpertemperatur
- Müdigkeit, starkes Schwitzen, hohe Körpertemperatur
- Kopfschmerzen, Übelkeit, hochrote, trockene und heiße Haut, beschleunigter Puls und Atmung, hohe Körpertemperatur

Come si riconosce un colpo di calore?

- vertigini, pelle pallida, sudore freddo, temperatura corporea normale
- stanchezza, sudorazione abbondante, temperatura corporea elevata
- mal di testa, nausea, pelle rosso vivo, secca e calda, polso e respirazione accelerati, temperatura corporea elevata

5036 Welche Maßnahmen sind bei einem Sonnenstich notwendig?

- den Betroffenen in den Schatten bringen
- Flüssigkeitszufuhr erhöhen
- den Kopf kühlen
- warme Getränke verabreichen

Quali misure sono necessarie in caso di insolazione?

- spostare la persona colpita all'ombra
- aumentare l'assunzione di liquidi
- raffreddare la testa
- somministrare bevande calde

5037 Welche Symptome können auf eine Höhenkrankheit (AMS) hinweisen?

- Kopfschmerzen
- Übelkeit
- blasse Haut
- geschwollene Beine

Quali sintomi possono indicare il mal di montagna (AMS)?

- mal di testa
- nausea
- pelle pallida
- gambe gonfie

5038 Welche Zeichen deuten auf einen Schlangenbiss hin?

- starke Blutung
- punktförmige Wunden (Fangmarken) in Stecknadelkopfgröße
- Im Bereich der Bissstelle treten Lähmungserscheinungen auf.
- Vergiftungserscheinungen möglich, jedoch im Allgemeinen nicht lebensbedrohend

Quali segni indicano un morso di serpente?

- forte emorragia
- ferite puntiformi (segni di cattura) delle dimensioni di una capocchia di spillo
- sintomi di paralisi nell'area del morso
- Sono possibili sintomi di avvelenamento, ma in genere non sono pericolosi per la vita del paziente.

5039 Welche Folgen kann der Biss einer heimischen Giftschlange haben?

- Schlangenbisse sind grundsätzlich tödlich.
- Vergiftungs- und Lähmungserscheinungen mit Spätfolgen
- Vergiftungserscheinungen möglich, jedoch nicht lebensbedrohend
- Kreislaufstörungen, allergische Reaktion

Quali conseguenze può avere il morso di un serpente velenoso autoctono?

- I morsi di serpente sono generalmente mortali.
- sintomi di avvelenamento e paralisi con effetti tardivi
- sintomi di avvelenamento possibili, ma non pericolosi per la vita
- disturbi circolatori, reazioni allergiche

5040 Welche der angeführten Erste-Hilfe-Maßnahmen sind nach einem Biss durch eine heimische Giftschlange zu setzen?

- Es sind keine besonderen Maßnahmen notwendig.
- Verbinden der Wunde und kalte Umschläge auf die Bissstelle legen
- Verletzten Körperteil heftig bewegen lassen, kalte Umschläge auf die Bissstelle legen
- Beobachtung und eventuell Notruf absetzen

Quali delle misure di primo soccorso elencate dovrebbero essere adottate dopo un morso di serpente velenoso autoctono?

- Non sono necessarie misure speciali.
- Fasciare la ferita e applicare impacchi freddi sul punto del morso
- Far muovere vigorosamente la parte del corpo ferita e applicare impacchi freddi sulla zona del morso
- Osservare ed eventualmente fare una chiamata di emergenza

5041 Welche der angeführten Erste-Hilfe-Maßnahmen sind nach einem Zeckenbiss zu setzen?

- Notruf absetzen
- Öl auftropfen, durch kreisende Bewegung Zecken lockern und entfernen
- Bissstelle über längeren Zeitraum hin beobachten; bei späteren Rötungen bzw. Entzündungen Arzt aufsuchen
- mit einer Pinzette möglichst weit vorne fassen und gerade herausziehen

Quali delle seguenti misure di primo soccorso dovrebbero essere prese dopo una puntura di zecca?

- effettuare una chiamata di emergenza
- applicare un olio, liberare e rimuovere le zecche con un movimento circolare
- osservare il luogo del morso per un periodo di tempo più lungo; se in seguito si sviluppano arrossamenti o infiammazioni, rivolgersi a un medico
- prendere la zecca il più possibile in avanti con una pinzetta ed estrarre direttamente

5042 Wie sollte man auf eine allergische Reaktion auf einen Bienenstich reagieren?

- betroffene Stelle kühlen
- Notruf absetzen
- Aspirin verabreichen
- betroffene Stelle massieren

Come reagire a una reazione allergica a una puntura d'ape?

- raffreddare la zona colpita
- effettuare una chiamata di emergenza
- somministrare un'aspirina
- massaggiare la zona colpita

5043 Welche Infektionserkrankungen können durch Bisse infizierter Zecken übertragen werden?

- Mumps
- Borreliose
- Typhus
- Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME)

Quali malattie infettive possono essere trasmesse dalla puntura di zecche infette?

- parotite
- malattia di Lyme
- tifo
- encefalite da zecca (TBE)

5044 Welche Erste-Hilfe-Maßnahmen sind bei Verdacht auf Erfrierung zu setzen (Patient ist ansprechbar)?

- Keimfreien Verband anlegen, Zudecken hat große Bedeutung
- Notruf, Basismaßnahmen
- Beengende Bekleidung öffnen und warme, gezuckerte Getränke verabreichen
- Alkohol zu trinken geben, dadurch werden die Gefäße erweitert und wärmendes Blut versorgt den Körperkern

Quali sono le misure di primo soccorso da adottare in caso di sospetto congelamento (il paziente è reattivo)?

- applicare una medicazione sterile, la copertura è molto importante
- chiamata di emergenza, misure di base
- aprire gli indumenti costrittivi e somministrare bevande calde e zuccherate
- dare da bere alcolici, che dilatano i vasi sanguigni e aumentano l'afflusso di sangue al centro del corpo

5045 Wann soll bei Gelenkverletzungen ein Arzt aufgesucht werden?

- wenn nach 24 Stunden noch keine Besserung eingetreten ist
- Belastung des Körperteils ist möglich, leichte Schmerzen
- im Falle des Zweifels, ob eine Verletzung vorliegt
- bei leichten Schmerzen, keine Besserung nach einigen Tagen

Quando è necessario consultare un medico in caso di lesioni articolari?

- se non vi è alcun miglioramento dopo 24 ore
- è possibile portare il peso sulla parte del corpo, con un leggero dolore
- se c'è un dubbio sulla presenza di una lesione
- in caso di dolore lieve, senza miglioramento dopo alcuni giorni

5046 Warum werden bei schwerer Schädigung eines Auges beide Augen keimfrei bedeckt?

- um die Lichtstärke zu vermindern
- Ohne Bedeckung würde das verletzte Auge synchron den Bewegungen des unverletzten Auges folgen.
- damit die Schädigung nicht auf das unverletzte Auge übergreifen kann
- um bleibendes Schielen zu verhindern

Perché si coprono asetticamente entrambi gli occhi se un occhio è gravemente danneggiato?

- per ridurre l'intensità della luce
- Senza copertura, l'occhio leso si sincronizzerebbe con i movimenti dell'occhio non leso.
- per evitare che il danno si diffonda all'occhio non lesionato.
- per prevenire lo strabismo permanente

5047 Was ist bei der Wundversorgung zu beachten?

- Wunde nur mit Wasser auswaschen, auch wenn dieses nicht ganz sauber ist
- Blutzirkulation unterbinden
- Wunde mit einem sauberen Verband abdecken, eventuelle Blutstillung mit leichter Kompression

Quali sono le manovre da effettuare per la medicazione di una ferita?

- sciacquare la ferita solamente con l'acqua anche se questa non è del tutto pulita
- bloccare la circolazione del sangue
- coprire la ferita con una medicazione pulita, eventualmente tamponare per fermare l'uscita di sangue

5048 Was sollte der Ersthelfer bei der Blutstillung vermeiden?

- Verwendung von Mullbindenverbänden
- Durchführung der Basismaßnahmen
- direkten Kontakt mit Blut
- Verwendung einer keimfreien Wundauflage

Cosa deve evitare il primo soccorritore quando arresta un'emorragia?

- utilizzare bende di garza
- eseguire le misure di base
- contatto diretto con il sangue
- utilizzo di una medicazione sterile per la ferita

5049 Welche Kennzeichen (Erkennen) gibt es bei Knochen- und Gelenksverletzungen?

- Schmerzen, Schwellung, Schonhaltung
- abnorme Fehlstellung
- große Beweglichkeit trotz Schwellung
- Bewegungsunfähigkeit oder Bewegungseinschränkung

Quali sono le caratteristiche (riconoscimento) delle lesioni ossee e articolari?

- dolore, gonfiore, postura di scarico
- deformità anomala
- grande mobilità nonostante il gonfiore
- impossibilità di movimento o limitazione del movimento

5050 Welche Symptome und Komplikationen bei einer Verrenkung gibt es?

- Schmerzen, abnorme Stellung, Bewegungsunfähigkeit
- Überdehnung und Reißen der Gelenkkapsel und der Bänder
- leichte Schmerzen, normale Stellung, Bewegung etwas eingeschränkt
- Blutung ins Gelenk

Quali sono i sintomi e le complicazioni di una lussazione?

- dolore, posizione anomala, impossibilità di movimento
- stiramento e lacerazione della capsula articolare e dei legamenti
- dolore lieve, posizione normale, movimenti un po' limitati
- emorragia nell'articolazione

5051 Welche Lagerung wird bei Bauchverletzungen durchgeführt?

- Lagerung mit erhöhtem Oberkörper
- Flache Rückenlagerung mit angezogenen Beinen
- Bein-Hochlagerung
- Deckenrolle oder Rucksack unter den Knien

Quale posizionamento si usa per le lesioni addominali?

- posizione con la parte superiore del corpo sollevata
- posizione con schiena piatta e gambe sollevate
- elevazione delle gambe
- rotolo di coperta o zaino sotto le ginocchia

5052 Welche Lagerung wird bei einer Kopfverletzung durchgeführt?

- stabile Seitenlage
- Bein-Hochlagerung
- Lagerung mit erhöhtem Oberkörper
- keine spezielle Lagerung erforderlich

Qual è il posizionamento corretto per chi ha subito un trauma cranico?

- posizione stabile laterale
- elevazione delle gambe
- posizionamento con la parte superiore del corpo sollevata
- Non è necessario un posizionamento speciale.

5053 Welche Möglichkeiten zur Blutstillung (starke Blutung) gibt es in der Ersten Hilfe?

- Pflasterverband anbringen und mit den Fingern auf die Wunde drücken
- Fingerdruck
- Druckverband
- Das Hochhalten des verletzten Körperteils ist ausreichend.

Quali sono le opzioni di primo soccorso per fermare l'emorragia (forte sanguinamento)?

- applicare una benda di cerotto e premere con le dita.
- pressione con le dita
- bendaggio a pressione
- È sufficiente tenere sollevata la parte del corpo ferita.

5054 Welche Prinzipien gelten bei der Wundversorgung (Erste Hilfe)?

- Fremdkörper in der Wunde belassen
- Kein Anwenden von Salben, Puder ...
- Oberflächliche Wunden mit sauberem Wasser reinigen
- Einmalhandschuhe sind für den Ersthelfer nicht empfohlen

Quali sono i principi della cura delle ferite (primo soccorso)?

- lasciare corpi estranei nella ferita
- non applicare unguenti, polveri, ecc.
- pulire le ferite superficiali con acqua pulita
- I guanti monouso non sono raccomandati per il primo soccorritore.

5055 Welcher Zeitraum ist zur Versorgung von Wunden durch einen Arzt maßgeblich?

- innerhalb von 2 Stunden
- innerhalb von 4 Stunden
- innerhalb von 6 Stunden
- bei ausgedehnten Verletzungsmustern sofort

Quali sono i tempi per il trattamento delle ferite da parte di un medico?

- entro 2 ore
- entro 4 ore
- entro 6 ore
- immediatamente in caso di lesioni estese

5056 Wie verhält man sich richtig, wenn ein großer Fremdkörper in einer Wunde steckt?

- Fremdkörper auf jeden Fall entfernen
- Fremdkörper in der Wunde belassen, Immobilisierung und Wunde verbinden
- Fremdkörper nur dann herausziehen, wenn sterile Handschuhe getragen werden

Qual è la procedura corretta se un corpo estraneo di grandi dimensioni è bloccato in una ferita?

- rimuovere il corpo estraneo in ogni caso
- lasciare il corpo estraneo nella ferita, immobilizzarlo e medicare
- rimuovere il corpo estraneo solo se si indossano guanti sterili

5057 Welche Erste-Hilfe-Maßnahmen sind bei Unterkühlungsverdacht zu setzen?

- Notruf, Basismaßnahmen
- warme alkoholische Getränke verabreichen, gleichzeitig frottieren
- warme gezuckerte Getränke verabreichen, Bewegungen vermeiden, gut zudecken
- durch Erwärmen des Körperkerns das weitere Absinken der Temperatur stoppen

Quali sono le misure di primo soccorso da adottare in caso di sospetta ipotermia?

- chiamata di emergenza, misure di base
- somministrare bevande alcoliche calde e contemporaneamente frizionare la pelle
- somministrare bevande calde zuccherate, evitare il movimento, coprirsi bene
- impedire che la temperatura si abbassi ulteriormente riscaldando il nucleo del corpo

5058 Welche Erste-Hilfe-Maßnahmen sind zu setzen, wenn der Abtransport eines Unterkühlten in absehbarer Zeit nicht möglich ist?

- den Unterkühlten, wenn möglich, an einen windstillen Ort oder in einen warmen Raum (Schutzhütte) bringen
- warme gezuckerte Getränke verabreichen
- kalte, nasse Kleidung vorsichtig entfernen
- warme alkoholische Getränke verabreichen

Quali sono le misure di primo soccorso da adottare se non è possibile rimuovere una persona ipotermica in tempi brevi?

- se possibile, portare la persona ipotermica in un luogo privo di vento o in una stanza calda (rifugio)
- somministrare bevande calde zuccherate
- togliere con cura gli indumenti freddi e bagnati
- somministrare bevande alcoliche calde

5059 Welcher Anteil der körpereigenen Wärmestrahlung wird von der Rettungsfolie reflektiert?

- 43 %
 68 %
 97 %
 100 %

Quale percentuale della radiazione termica del corpo viene riflessa dal foglio di salvataggio?

- 43 %
 68 %
 97 %
 100 %

5060 Welche Seite der Rettungsdecke gehört für den Wärmeerhalt zum Körper?

- auf jeden Fall Silber, denn die goldene Seite reflektiert nichts
 auf jeden Fall Gold, denn die silbrige Seite reflektiert nichts
 ist irrelevant, denn der Unterschied zwischen beiden Farben ist sehr gering

Quale lato della coperta di salvataggio è rivolto al corpo per trattenere il calore?

- sicuramente l'argento, perché il lato oro non riflette nulla
 sicuramente l'oro, perché il lato argento non riflette niente
 è irrilevante, perché la differenza tra i due colori è molto piccola

5061 Bei unterkühlten Personen gerinnt Blut ...

- schneller als bei Verletzten mit Normaltemperatur.
 schlechter als bei Verletzten mit Normaltemperatur.
 gleich wie bei Verletzten mit Normaltemperatur.

Nelle persone ipotermiche, il sangue coagula ...

- più velocemente che nelle persone ferite con temperatura normale.
 peggio che nelle persone ferite con temperatura normale.
 come nelle persone ferite con temperatura normale.

3. Gesundheitslehre

Educazione sanitaria

5062 Welche Trainingsprinzipien machen ein Training effektiver?

- trainingswirksame Belastung, ansteigende Belastung, Belastung und Erholung
- trainingswirksame Belastung, Rauchen nach dem Training, Belastung und Erholung
- ansteigende Belastung, Weizenbier nach Belastung, Massage vor Belastung

Quali principi di allenamento rendono l'allenamento più efficace?

- carico di allenamento efficace, aumento del carico, carico e recupero
- carico di allenamento efficace, fumare dopo l'allenamento, carico e recupero
- aumento del carico, birra di frumento dopo l'allenamento, massaggio prima dell'allenamento

5063 Welche Wirkung hat Ausdauertraining auf die Gesundheit?

- Man wird klug.
- Der systolische Blutdruck steigt.
- Die Ruhe- und Belastungsherzfrequenz sinken.

Che effetto ha l'allenamento di resistenza sulla salute?

- Si diventa intelligenti.
- La pressione arteriosa sistolica aumenta.
- La frequenza cardiaca a riposo e da sforzo diminuisce.

5064 Was ist wichtig beim Krafttraining im Gesundheitssport?

- Während der Übungen sollte man die Luft anhalten.
- eine kontrollierte und langsame Ausführung
- schöne Sportbekleidung

Che cosa è importante per l'allenamento della forza negli sport di salute?

- È necessario trattenere il respiro durante gli esercizi.
- esecuzione controllata e lenta
- un abbigliamento sportivo piacevole

5065 Welche Aufgabe hat das Zwerchfell?

- Es ist der wichtigste Atemmuskel.
- Es ist eine Pumpe für das venöse Blut.
- Es ist wichtig für die Rumpfstabilität.

Qual è la funzione del diaframma?

- È il muscolo respiratorio più importante.
- È una pompa per il sangue venoso.
- È importante per la stabilità del busto.

5066 Welcher Muskel verkürzt beim Sitzen.

- der große Hintermuskel
- der Hüftbeuger
- der Zwillingswadenmuskel

Quale muscolo si accorcia quando si è seduti?

- il muscolo grande posteriore
- il flessore dell'anca
- il muscolo gemello del polpaccio

5067 Was ist wichtig damit das Fußgewölbe nicht abflacht

- eine starke Hüftmuskulatur
- eine dehnfähige Unterschenkelmuskulatur
- eine kräftige Unterschenkelmuskulatur

Che cosa è importante affinché l'arco del piede non si appiattisca?

- muscoli dell'anca forti
- muscoli flessibili nella parte inferiore della gamba
- muscoli forti nella parte inferiore della gamba

5068 Wie soll ich mit der Blackroll arbeiten, wenn ich Spannung vom Muskel nehmen will?

- Ich muss mit so viel Druck wie möglich rollen.
- Ich sollte immer zum Körperzentrum hin rollen.
- Ich sollte langsam rollen.

Come devo lavorare con il Blackroll se voglio eliminare la tensione dal muscolo?

- Devo rotolare esercitando la massima pressione possibile.
- Devo sempre rotolare verso il centro del corpo.
- Devo rotolare lentamente.

5069 In welcher Reihenfolge sollten nach dem Aufwärmen ein Training gestalten werden?

- Koordination – Schnelligkeit – Kraft – Ausdauer
- Ausdauer – Kraft – Koordination
- Kraft – Ausdauer – Koordination

In che ordine deve essere organizzato l'allenamento dopo il riscaldamento?

- coordinazione – velocità – forza – resistenza
- resistenza – forza – coordinazione
- forza – resistenza – coordinazione

5070 Was könnte sich bei einer Entzündung der Achillessehne positiv auf die Heilung auswirken?

- Dehnen der Oberschenkelmuskulatur
- konzentrisches Kräftigen der hinteren Unterschenkelmuskulatur
- exzentrisches Kräftigen der hinteren Unterschenkelmuskulatur

Che cosa può avere un effetto positivo sulla guarigione di un tendine d'Achille infiammato?

- lo stretching dei muscoli della coscia
- il rafforzamento concentrico dei muscoli posteriori della gamba
- il rafforzamento eccentrico dei muscoli posteriori della gamba

5071 Was sind oft die Ursachen von Knieschmerzen?

- ein zu starker Quadrizeps (Kniestrecker)
- ein zu schwacher Quadrizeps
- ein instabiles Sprunggelenk

Quali sono spesso le cause del dolore al ginocchio?

- quadricipiti (estensori del ginocchio) troppo forti
- quadricipiti troppo deboli
- articolazione della caviglia instabile