EL AYAK BAKIMI SORULARI

1. Aromaterapide; depresyon, yorgunluk, sters gibi durumlar ile akne ve yağlı

ciltlerin tedavisinde kullanılan——- **Bergamot Yağı** —————–yağdır.

2. Civanperçemi ekstresi türünün kurutulmuş —- **Çiçekli** ——- ve — **yapraklı** ——kısımlarından elde  edilir.

3. Kayısı çekirdeği yağı, kayısı çekirdeklerinden —– **Soğuk sıkma** —— yöntemi ile elde

4. Eterli yağlar, bitkilerin —- **Damıtılmasıyla** ——– veya ———- **preslenmesiyle**——-preslenmesiyle elde edilirler.

5. Hint yağı —— **Müshil** —— ilacı olarak bilinir.

6. Tuz**,** kimyada, bir — **asitle** ——- bir ——- **bazın** —— tepkimeye girmesi neticesinde meydana gelenmaddedir.

7. Kimyon —- **Ayak mantarı**———–hafifletir.

8. Petrolden elde edilen renksiz, kokusuz bir muma——– **Parafin mumu** —–denir.

9. Parafin bakımı özellikle —- **Manikür** ————- ve —- **pedikür** —— sonrası uygulanan ideal  tamamlayıcı bir bakımdır.

10. El ayak bakım tabletleri cildi —- **Rahatlatır** —– besler ve ———– **nemlendirir, E** — vitamini içerir.

LENDİRME

**11.** Parafin neden elde edilir?

A**) Petrolden** B) Tuzdan C) Yağdan  D) Bitkilerden

**12.** Aşağıdakilerden hangisi sentetik parafinin ham maddesidir?

A) Karbon **B) Kömür** C) Petrol    D) Metal

**13.** Parafin mumu aşağıdaki alanlardan hangisinde kullanılmaz?

A) Tekstil    B) Eczacılıkta   C) Kozmetik sanayinde   **D) Gıdada**

**14.** Aşağıdakilerden hangisi parafin bakımının özelliklerindendir?

A) Cilde yumuşaklık ve parlaklık verir   B) Vücuttaki ödemi alır  **C) Hepsi**   D) Elleri ve ayakları yumuşatır, tırnakları besler.

**15.** Aşağıdakilerden hangisi el ve ayak tabletlerinin özelliklerinden değildir?

**A) A vitamini içerir**    B) Vücuttan toksinlerin atılmasını sağlar

C) Cildi rahatlatır, besler ve nemlendirir   D) Ölü derinin atılmasını sağlar

**16.** Bitkisel yağlar bitkilerin nerelerinden elde edilir?

A) Kök   B) Gövde   C) Yaprak  **D) Hepsi**

**17.** Aşağıdakilerden hangisi distilasyon yöntemidir?

A) Sıkma   B) Presleme  **C) Damıtma**   D) Kurutma

**18.** Aşağıdakilerden hangisi eterli yağların özelliklerinden biri değildir?

A) Uçucu maddelerin bir bileşimidir  **B) Suda çözünür**

C) Katı veya sıvı yağlarda çözünür     D) Bitkilerin damıtılmasıyla veya preslenmesiyle elde edilir

**19.** Aşağıdakilerden hangisi soğuk preslenen bitkisel yağlardan değildir?

**A) Lavanta**  B) Badem yağı    C) Kabak çekirdeği yağı   D) Zeytinyağı

**20.** Aşağıdakilerden hangisi tuz çeşitlerinden değildir?

A) Asidik tuzlar   **B) İyonize tuzlar**    C) Bazik tuzlar    D) Çift tuzlar

**Açıklama:** Aşağıda bir grup çoktan seçmeli soru verilmiştir. Çoktan seçmeli sorularda

doğru cevabın önündeki harfi yuvarlak içine alınız.

ERLENDİRME

**21.** Normal sağlıklı tırnak nasıl olmalıdır?

**A)** Gevşek tırnak olmalıdır.

**B)** Kırılgan tırnak plağı olmalıdır.

**C)** İnce ve yumuşak olmalıdır

**D) Sağlam, esnek ve hafif pembe renkte olmalıdır.**

**22.** Aşağıdakilerden hangisi tırnağın görevlerinden biri değildir?

**A)** Küçük objelerin tutulmasına yardım eder

**B)** Parmakları korur

**C) Parmak ucu duyarlılığı için gerekli değildir.**

**D)** Parmakları rahat hareket etmesini sağlar

**23.** Kütikülün fonksiyonu nedir?

**A)** Tırnak yatağını saklamak

**B)** Yarımay üzerine doğru uzamak

**C) Tırnak kıvrımına enfeksiyon girmesini önlemek**

**D)** Tırnak çevresinde ki deriyi korumak

**24.** El ve bilek kemikleri kaç tanedir?

**A)** 8     **B)** 19     **C)** 29   **D) 27**

**25.** Parmak kemikleri arasındaki eklemler ne tür eklemlerdir?

**A) Yarı oynar eklemler**

**B)** Oynar eklemler

**C)** Oynamaz eklemler

**D)** Kalça eklemi tipindeki eklemler

**26.** Tırnak plağı üzerindeki “Beau” çizgilerinin sebebi nedir?

**A)** Mantar enfeksiyonu

**B) Ciddi bir hastalık**

**C)** Tırnakları koparma

**D)** Kalıtsal faktörler

**27.** Aşağıdakilerden hangisi tırnak yatağında meydana gelen hastalıklardan biri değildir?

**A)** Tırnak eti enfeksiyonları

**B)** Tırnaklarda renk kaybı

**C) Dolama**

**D)** Siyah veya kahverengi lekeler

**28.** Aşağıdakilerden hangisi ojenin içinde bulunan maddelerdendir?

**A)** Plastikleştiriciler  **B)** Çözücüler   **C) İkinci film tabakası**  **D)** Hepsi

**29.** Aşağıdakilerden hangisi tırnak bakımı için gereken aletlerden biri değildir?

**A) Fırça**   **B)** Krong    **C)** Törpü      **D)** Tırnak pensi

**30.** Tırnak kenarlarındaki alınması gereken kütiküllerin kesilmesinde kullanılan malzeme

aşağıdakilerden hangisidir?

**A) Törpü**      **B)** Tırnak pensi     **C)** Et makası      **D)** Tırnak törpüsü

**Açıklama:** Aşağıda bir grup çoktan seçmeli soru verilmiştir. Çoktan seçmeli sorularda

doğru cevabın önündeki harfi yuvarlak içine alınız.

**31.** Ayağın denge noktasıneresidir?

**A)** Ayak bileği    **B)** Ayak topuğu   **C) Ayak tabanı**      **D)** Ayak parmakları

**32.** Ayakta bulunan eklemler kaç tanedir?

**A) 33    B)** 40    **C)** 35       **D)** 38

**33.** Ayaktaki topuk dikeni rahatsızlığının nedenleri aşağıdakilerden hangisi değildir?

**A)** Uzun süre ayakta durarak çalışmak   **B)** Yanlışayakkabıkullanımı

**C)** Aşırıkilo alma ya da verme    **D) Fazla yürüyüp koşma**

**34.** Mantar hastalığında aşağıdakilerden hangisi yapılmamalıdır?

**A)** Parmak kısmıdar ayakkabılar giyilmemeli   **B) Mantarlıbölge ıslak tutulmalı**

**C)** Bot ve lastik ayakkabılar giyilmemeli   **D)** Ayaklarıterletmeyen ayakkabıve çoraplar giyilmeli

**35.** Pediatrinin uygulama alanına aşağıdakilerden hangisi girer?

**A)** Sporcuların karşılaştığıayak problemleri    **B)** Nasır

**C)** Düztabanlık    D**) Hepsi**