

## Fragen zu Gehirn & Nervensystem

# Neuro Quiz

1

Wie viele Nervenzellen sind in unserem menschlichen Gehirn vorhanden?

- ca. 11 Millionen
- ca. 55 Millionen
- ca. 1,5 Milliarden
- ca. 86 Milliarden
- ca. 1,6 Billionen

2

Welche Körperfunktionen werden **nicht** vom Gehirn und Nervensystem gesteuert?

- Bewegung des Körpers
- Stimmungen / Emotionen
- Steh- und Gehfähigkeit
- Verdauungstätigkeit
- Entgiftungsfunktion der Leber

3

Für die Erkrankung „Akuter Schlaganfall“ ist welche Aussage richtig?

- Es kommt zu einer schlagartigen Ansammlung von Nervenwasser im Gehirn.

- Schnell vorübergehende Schlaganfall-symptome (genannt „TIA“) sind harmlos und müssen nicht schnell abgeklärt werden.
- Es kommt zu einer schlagartigen Störung der Hirndurchblutung entweder durch ein verstopftes Gefäß oder zu einer Blutung ins Gehirn durch ein „Leck“ in einem Hirngefäß.
- Es kommt zu einer schlagartigen Entzündung im Gehirn.
- Der Schlaganfall ist die vierthäufigste Todesursache in Deutschland.

4

Das menschliche Gehirn wiegt ca. 1,5 Kilogramm und entspricht damit prozentual etwa 2 % des Körpergewichts. Wie hoch ist der prozentuale anteilige Verbrauch des Gehirns am durch den Körper gepumpten Blutvolumen?

- 30 % des Blutvolumens
- 20 % des Blutvolumens
- 10 % des Blutvolumens
- 5 % des Blutvolumens
- 2 % des Blutvolumens

5

Welcher Faktor gehört **nicht** zu den anerkannten beeinflussbaren Demenz-Risikofaktoren?

- Soziale Isolation
- Bewegungsmangel
- Rauchen
- Depression
- Alter

6

Welche Aussage zu Bewegung ist **nicht** korrekt?

- Regelmäßige körperliche Aktivität fördert sowohl die geistige als auch die körperliche Gesundheit.
- Körperliche Aktivität wird definiert als jede körperliche Bewegung, die durch Skelettmuskeln erzeugt wird und Energieaufwand erfordert.
- Man sollte mehr sitzen und liegen als stehen und gehen.
- Von der Weltgesundheitsorganisation werden im Allgemeinen 150-300 Minuten mäßig intensive aerobe bzw. 75-150 Minuten intensive körperliche Aktivität pro Woche empfohlen.

### Ihre Angaben

Vor- und Nachname: .....

E-Mail: .....

Telefonnr.: .....

Wir verwenden Ihre E-Mail-Adresse für werbliche Zwecke, um Ihnen weitere Informationen zu neurologischen Erkrankungen zukommen zu lassen. Dieser Verwendung können Sie jederzeit widersprechen, ohne dass hierfür andere als die Übermittlungskosten nach den Basistarifen entstehen. Hinweise zur Verarbeitung Ihrer Daten finden Sie in unseren Datenschutzhinweisen.

7

Welche Aussage für eine gesunde Ernährung trifft **nicht** zu?

- An zwei oder mehr Tagen in der Woche sollten muskelstärkende Übungen durchgeführt werden.
- Nutzen Sie die Lebensmittelvielfalt und essen Sie abwechslungsreich.
- Genießen Sie mindestens drei Portionen Gemüse und zwei Portionen Obst am Tag.
- Mit Zucker gesüßte Lebensmittel und Getränke sind nicht empfehlenswert.
- Garen Sie Lebensmittel möglichst lange, mit viel Wasser und Fett.
- Bevorzugen Sie pflanzliche Öle wie beispielsweise Rapsöl oder Olivenöl.

8

Welche Aussage zur Deutschen Hirnstiftung trifft zu? (Mehrfachnennungen möglich)

- Die Deutsche Hirnstiftung berät Erkrankte und Angehörige.
- Die Deutsche Hirnstiftung unterstützt Praxen, Kliniken & Vereine.
- Die Deutsche Hirnstiftung fördert Forschung und Selbsthilfe.
- Die Deutsche Hirnstiftung schult Hausarztpraxen.