D:\DATA\Tom\MyData\TFSoft\projekty-02-rozpracovane\GYM-Policka\009-EXPOZ-sablony-prac_listy_a_navody\logo EXPOZ.emfBiologie – úloha č. 07

Autor: Marta Najbertová

Číslo: Téma:

Jméno a příjmení: Datum: Třída:

Skupina č. : Spolupracoval:

Vliv fyzické zátěže na krevní tlak a tep

Slovníček pojmů

S využitím dostupných zdrojů vysvětlete následující pojmy:

1. Krevní tlak

2. Hypertenze

3. Hypotenze

4. Tep = puls

Teoretická příprava úlohy

1. Uveďte rozmezí průměrných hodnot krevního tlaku (TK) a minutové tepové frekvence (TF) pro dospělého člověka.

TK =

TF =

2. Které faktory mohou ovlivňovat hodnotu systolického tlaku?

3. Vysvětlete pojem arterioskleróza.

Vyhodnocení naměřených dat

Zapište do tabulky naměřené hodnoty krevního tlaku (TK) a minutové tepové frekvence (TF).

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Testovaná osoba | TK (torr) | | TF (min) | |
| klid | zátěž | klid | zátěž |
| testovaná osoba č. 1. |  |  |  |  |
| testovaná osoba č. 2. |  |  |  |  |

Otázky a úkoly:

1. Porovnejte vlastní hodnoty systolického a diastolického tlaku v klidu s normovanými hodnotami a posuďte, zda jsou hodnoty fyziologické, či se jedná o hypotenzi nebo hypertenzi.

2. Jak se projevila fyzická zátěž na hodnotě Vašeho krevního tlaku - zvýšila se nebo snížila? Vysvětlete proč. Ovlivnila stejným způsobem tlak systolický i diastolický?

3. Potvrdil se předpoklad, že se při zátěži zvýšila hodnota minutové tepové frekvence? Vysvětlete příčinu.

4. Jaké mohou být zdravotní důsledky trvalé hypertenze pro organismus? Co bývá hlavní příčinou?

5. Porovnejte vlastní, naměřené hodnoty TK a TF s výsledky spolupracovníka, pokuste se vysvětlit případné rozdíly.

Závěr