ورقات تعليمية · edu.wrgat.com

ورقة عمل

تغذية مرضى السكر

المهارات الأسرية • الثالث المتوسط • الفصل الدراسي الأول

اسم الطالب/ة: .....

الصف/الشعبة: .....

التاريخ: .....

الدرجة: .....

شرح الدرس واختباره

ملخص الدرس

■ السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة

1) الهرمون الذي ينظم دخول السكر إلى الخلايا هو (الإنسولين ، الكالسيوم ، الحديد)

2) من الأطعمة الغنية بالألياف (الشوفان ، الحلوى ، العصير المحلى)

3) عند انخفاض السكر نعطي المريض (سكرًا أو عصيرًا ، دواء إضافيًا ، شيئًا باردًا فقط)

■ السؤال الثاني: ضع علامة صح أو خطأ

1) أترك الوجبات لأخفض السكر. ( )

2) أقرأ البطاقة الغذائية قبل الشراء. ( )

3) يعدّل المريض جرعة دوائه بنفسه. ( )

4) المشي يساعد الجسم على الاستفادة من السكر. ( )

■ السؤال الثالث: صل بين الطعام ونوعه

الشوفان والعدس: كربوهيدرات معقدة

العصير المحلى: سكر بسيط

الخضار: ألياف

■ السؤال الرابع: ضع دائرة حول ما يناسب مريض السكري

وجبات منتظمة ، مشروبات غازية ، حبوب كاملة ، حلويات كثيرة ، مشي يومي

■ السؤال الخامس: ماذا تفعل في هذا الموقف؟

1) ظهرت على قريبك المصاب بالسكري رجفة وعرق بارد: .....

بعد الحل: راجع شرح الدرس واختبر نفسك

امسح الرمز أو زر edu.wrgat.com