

## סקר בנושא חינוך לבריאות בבית ספר לרפואה

להלן סקר קצר הבוחן את החינוך לבריאות בפקולטה לרפואה. הסקר בעילום שם ולוקח כחמש דקות. אנא ענה/י באמת כפי שהנך יודע/ת ובלי לנחש. אם אינך מעוניין/נת לענות על שאלה, אנא התעלם/מי ממנה ועבור/י לשאלה הבאה כוונת הסקר היא לבדוק הצורך בשיפור ההוראה בנושא זה. הסקר ביוזמת פרופ' מאיר ברזיס (הדסה ובית הספר לבריאות הציבור). תודה מראש על עזרתך! להלן מספר היגדים על אורח חיים בריא, האם אתה מסכים שיש להם ביסוס מדעי?

1. עישון גורם לרבע מהתקפי הלב ולמרבית סרטן הריאה
  - מסכים
  - לא מסכים
  - לא יודע
2. עישון גורם להפלות
  - מסכים
  - לא מסכים
  - לא יודע
3. עישון פסיבי יכול לגרום להתקפי לב ולסרטן הריאה
  - מסכים
  - לא מסכים
  - לא יודע
4. עישון פסיבי גורם לדלקות ריאה, אוזניים וקרומ המוח
  - מסכים
  - לא מסכים
  - לא יודע
5. פעילות גופנית מקטינה את הסיכון לחלות בסוכרת
  - מסכים
  - לא מסכים
  - לא יודע
6. פעילות גופנית מורידה לחץ דם
  - מסכים
  - לא מסכים
  - לא יודע
7. פעילות גופנית מורידה את הסיכון לחלות בסרטן השד
  - מסכים
  - לא מסכים
  - לא יודע
8. פעילות גופנית מורידה את הסיכון לחלות בסרטן המעי
  - מסכים
  - לא מסכים
  - לא יודע
9. פעילות גופנית מורידה את הסיכון לחלות בהתקף לב
  - מסכים
  - לא מסכים

- לא יודע
10. פעילות גופנית מורידה את הסיכון לחלות בשבץ מוח
- מסכים
- לא מסכים
- לא יודע
11. בסוכרת רצוי שיעור פחמימות נמוך מ-40% בדיאטה
- מסכים
- לא מסכים
- לא יודע
12. פעילות גופנית רצויה עבור כל אדם היא 30 דקות כל יום
- מסכים
- לא מסכים
- לא יודע
13. פעילות גופנית רצויה עבור אדם שמן היא 60-90 דקות כל יום
- מסכים
- לא מסכים
- לא יודע
14. פעילות גופנית רצויה עבור נוער היא לפחות 60 דקות כל יום
- מסכים
- לא מסכים
- לא יודע
15. האם למדת בקורס כיצד לייעץ על תזונה נכונה?
- כן
- לא
- אינני זוכר/ת
16. האם למדת בקורס כיצד לייעץ על גמילה מעישון?
- כן
- לא
- אינני זוכר/ת
17. האם למדת בקורס כיצד לייעץ על פעילות גופנית?
- כן
- לא
- אינני זוכר/ת
18. האם למדת בקורס כיצד לייעץ על שיקום לב?
- כן
- לא
- אינני זוכר/ת
19. באיזו מידה הנך מסכים/ה עם המשפט הבא: "ההתנהגות האישית שלי חשובה כדוגמה למטופלים העתידיים שלי"
- בכלל לא
- מעט
- הרבה
- הרבה מאוד
20. באיזו מידה לדעתך סביבת בית הספר לרפואה בעין כרם מעודדת אורח חיים בריא?

- בכלל לא
  - מעט
  - הרבה
  - הרבה מאוד
21. האם את/ה מעשן/נת?  
 כן  
 לא
22. כמה שעות של פעילות גופנית את/ה עושה בשבוע? נא לענות בצורה של מספר (שלוש וחצי שעות שבועיות=3.5) \_\_\_\_\_
23. האם בשנה האחרונה שתית אלכוהול באופן שהיה מופרז (לפי הרגשתך או הערה מחברה או מחבר)?  
 כן  
 לא
24. האם השתמשת בסמים (לא כולל ריטלין) בשנה האחרונה?  
 כן  
 לא
25. לפי דעתך, באיזו מידה בקרב תלמידים בכיתה קיימת שתייה מופרזת או שימוש בסמים?  
 כלל לא- בקרב בודדים
- בקרב 5-10
- בקרב 11-20
- מעל 20