

# Gesundheitsmanagement

## Dozentinnen

Anja Rathgeb, M, BA, BSc,  
Abgeschlossenes Studium der Diätologie, ärztlich  
geprüfte Fastenleiterin und Plant Based  
Nutritionist and Chef



Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Gerlinde Ottinger,  
Akademie für Gesundheitsberufe Wien,  
Universität für Angewandte Kunst Wien

## Fragenkatalog:

### 10 Multiple-Choice Prüfungsfragen zur Stoffreflexion

#### 1. Was regelt die Transfette-Verordnung?

- A. Den Anteil an ungesättigten Fettsäuren in Butter.
- B. Die Obergrenze für Transfettsäuren in Lebensmitteln (z.B. Margarine).
- C. Den Gehalt an tierischen Fetten in der Butter.
- D. Die Untergrenze für gesättigte Fettsäuren in der Margarine.

Antwort: B

#### 2. Welches Obst schadet nach Hildegard von Bingen der Gesundheit?

- A. Weintraube
- B. Apfel
- C. Banane
- D. Pfirsich

Antwort: D

#### 3. Was bedeutet Training im Sauerstoffgleichgewicht?

- A. Es wird gerade soviel Sauerstoff durch das Training verbraucht, wie durch das Atmen durch die Nase zugeliefert werden kann.
- B. Es wird mehr Sauerstoff durch das Training verbraucht, als durch den Atem zugeführt werden kann.
- C. Es wird kaum Sauerstoff durch das Training verbraucht, der Atem produziert einen Sauerstoffüberschuss.
- D. Es wird soviel Sauerstoff durch das Training verbraucht, dass tiefes und schnelles Atmen notwendig ist.

Antwort: A

**4. Über welchen Botenstoff wirkt der Parasympathikus?**

- A. Aminosäure
- B. Östrogen
- C. Acetylcholin
- D. Adrenalin

Antwort: C

**5. Was bedeutet der Begriff Psychosomatik?**

- A. Psycho (geisteskrank) + Somnia (Schlaf), schlafende Geisteskrankheit.
- B. Für die Gesundheit notwendige Distanz zwischen psychischen und physischen Empfindungen.
- C. Der Zusammenhang von körperlichen (somatischen) Störungen, Symptomen oder Krankheitsbildern und der Psyche (Seele).
- D. Wissenschaft zur Abklärung der Beeinflussbarkeit der Psyche.

Antwort: C

**6. Was ist für den Heilungsprozess essentiell?**

- A. Ruhe
- B. Anregung
- C. Stress
- D. Beobachtung

Antwort: A

**7. Empfiehlt sich die Zuhilfenahme eines Psychotherapeuten?**

- A. Nein, ein Psychotherapeut wäre zu teuer.
- B. Nein, ein Psychotherapeut ist überflüssig.
- C. Ja, wenn es die Situation erfordert.
- D. Ja, es sollte immer ein Psychotherapeut konsultiert werden.

Antwort: C

**8. Was drückt die Sprache der Seele bei Diabetes aus?**

- A. Aufnahme äußerer materieller Eindrücke.
- B. Zuckerverstopfung.
- C. Drückt eine Absage, ein „NEIN“, aus.
- D. Wunsch nach süßer Liebe und gleichzeitig Angst davor.

Antwort: D

**9. Beweglichkeit, Standhaftigkeit und Fortschritt drücken sich in welcher Körperregion aus?**

- A. Beine
- B. Zehen
- C. Augen
- D. Becken

Antwort: A

**10. Gibt es tiefsitzende Probleme mit dem Thema Partnerschaft, ist vermutlich welches Organ in Mitleidenschaft gezogen?**

- A. Lunge
  - B. Niere
  - C. Harnblase
  - D. Leber
- Antwort: B

**Wir freuen uns auf deine Fragen!**

Fragen vor Kursbeginn: [gorik.matthys@amc.or.at](mailto:gorik.matthys@amc.or.at)  
Fragen während des Kurses: [studienabteilung@amc.or.at](mailto:studienabteilung@amc.or.at)

Infos zur Bildungskarenz:  
<http://gesundheit-studium.at/bildungskarenz/>

**Wir wünschen viel Erfolg für deine Weiterbildung!**



**Auf zum nächsten Karrieresprung!**

Version: 4

