

Proefvragen sportmassage

Anatomie

1. Welke spier heeft zijn insertie ook op de angelus inferior scapulae?
 - a. de m. serratus anterior
 - b. de m. rhomboideus major
 - c. de m. rhomboideus minor
 - d. de m. levator scapulae
2. Wat is een functie van het skelet?
 - a. het aanmaken van bloedcellen
 - b. het aanmaken van eiwitten
 - c. het opslaan van vetten
 - d. het opslaan van eiwitten
3. Wat is de oorzaak van het meer of minder spierkracht leveren?
 - a. het meer of minder inschakelen van spiervezels per motorische eenheid
 - b. het meer of minder inschakelen van sarcomeren per myofibril
 - c. het meer of minder inschakelen van motorische eenheden
 - d. het meer of minder inschakelen van myofibrillen per spiervezel
4. In welk vlak vindt rotatie van de knie plaats?
 - a. het mediaan vlak
 - b. het sagittaal vlak
 - c. het transversaal vlak
 - d. het frontaal vlak

Fysiologie

1. Wat kan men door training **niet** verbeteren?
 - a. een hoger hart-minuut volume
 - b. de maximale hartfrequentie
 - c. een grotere productie van adrenaline
 - d. een toename van het slagvolume van het hart
2. Waar worden de meeste voedingsstoffen in het bloed opgenomen?
 - a. de dikke darm
 - b. de maag
 - c. de lever
 - d. de dunne darm

3. Welk hormoon heeft een belangrijke invloed op de bloeddruk?
- ADH
 - Adrenaline
 - Insuline
 - Thyroxine
4. Welke bewering is juist?
- De parasympathische zenuwen treden voornamelijk uit in het thoracale gebied en overheersen bij arbeid.
 - De (ortho)sympatische zenuwen treden voornamelijk uit in het sacrale gebied en overheersen bij rust.
- alleen I is juist
 - alleen II is juist
 - I en II zijn juist
 - I en II zijn niet juist

Sportmassage en verzorging

1. Massage zorgt er onder andere voor dat:
- het aantal spiervezels wordt vermeerderd
 - histamine wordt opgewekt
 - acetylcholine in de bloedbaan komt
 - de melkzuurproductie wordt verbeterd
2. Wie hoort niet thuis in dit rijtje?
- Reibmayer
 - Hoffa
 - Müller
 - Mezger
3. Waarom legt men een verhoogde mitella aan?
- om voldoende beweging in het schoudergewricht te houden
 - om de gehele arm goed te fixeren
 - om de druk op de onderarmwond te verminderen
 - om de bovenarm te ontlasten
4. Wat is een indicatie voor een sportmassage behandeling?
- een fascie scheurtje
 - een blauwe plek
 - uitputting
 - spierstijfheid

Kwaliteitszorg

1. Welke wet regelt de concurrentie in de zorg?
 - a. wet BIG
 - b. wet WGBO
 - c. wet WBP
 - d. wet WMG

2. Hoe moet een cliënt van een NGS sportmasseur een officiële klacht indienen?
 - a. schriftelijk bij de afdeling van het NGS
 - b. schriftelijk bij het Hoofdbestuur van het NGS
 - c. schriftelijk bij de behandelende sportmasseur
 - d. schriftelijk bij de Inspectie van Volksgezondheid

3. Vanaf wanneer spreek je over “een cliënt” van de sportmasseur?
 - a. als hij behandeld wordt
 - b. als hij betaald heeft
 - c. als hij de hulpvraag heeft gesteld
 - d. als hij het cliëntendossier getekend heeft

4. Welke informatie met betrekking tot documentatiebeheer hoeft niet in het werkdocument te staan?
 - a. de datum van opmaak
 - b. de medische diagnose
 - c. de naam van de beheerder
 - d. de laatste aangebrachte wijziging