



**#fioletowelove2025 QUIZ**

## **Światowy Dzień Wcześnieńki**

Edukacyjno – zdrowotna akcja wsparcia dla wcześniaków,  
niemowląt i dzieci hospitalizowanych

**DOŁĄCZ!**

## Quiz: Wiedza o Wcześnieiakach

### 1. Ile tygodni trwa pełna ciąża u człowieka?

- a) 30 tygodni
- b) 37-42 tygodnie
- c) 50 tygodni
- d) 60 tygodni

### 2. Kim jest wcześniak?

- a) Dziecko, które urodziło się przed 37. tygodniem ciąży
- b) Dziecko, które urodziło się po 40. tygodniu ciąży
- c) Dziecko, które zaczęło chodzić wcześniej niż inne dzieci
- d) Dziecko, które urodziło się z wagą powyżej 4 kg

### 3. Jakie warunki są najczęściej potrzebne dla wcześniaka po urodzeniu?

- a) Dostęp do inkubatora
- b) Bardzo ciepłe ubrania
- c) Jedzenie stałych posiłków
- d) Codzienne kąpiele w wodzie morskiej

### 4. Jakie osoby najczęściej opiekują się wcześniakami w szpitalu?

- a) Tylko rodzice
- b) Lekarze i pielęgniarki specjalizujące się w opiece nad noworodkami oraz rodzice
- c) Kucharze i ogrodnicy
- d) Nauczyciele i terapeuci

## Quiz: Wiedza o Wcześnieiakach

### 5. Dlaczego białko jest szczególnie ważne dla wcześniaka karmionego mlekiem matki?

- a) Białko pomaga w regeneracji organizmu mamy
- b) Białko wspomaga rozwój mięśni i układu odpornościowego dziecka
- c) Białko zmniejsza senność dziecka
- d) Białko zwiększa masę ciała dziecka ponad normę

### 6. Jakie osoby są kluczowe w zespole medycznym opiekującym się wcześniakami?

- a) Lekarz rodzinny i dietetyk
- b) Neurolog, fizjoterapeuta, pielęgniarka neonatologiczna
- c) Nauczyciel wychowania fizycznego
- d) Psycholog i historyk

### 7. Dlaczego niektóre wcześniaki potrzebują wzbogacania mleka matki?

- a) Aby zwiększyć ilość kalorii i składników odżywczych
- b) Aby poprawić smak mleka
- c) Aby zagęścić mleko matki
- d) Aby zmniejszyć tłuszcz

### 8. Jaki specjalista najczęściej wspiera rozwój mowy u dzieci urodzonych przedwcześnie?

- a) Neurolog
- b) Logopeda
- c) Pielęgniarka
- d) Psycholog

## Quiz: Wiedza o Wcześnieiakach

### 9. Jak wcześniactwo może wpływać na rozwój umiejętności motorycznych dziecka?

- a) Nie ma wpływu na rozwój motoryczny
- b) Wcześnieiki mogą wymagać wsparcia fizjoterapeutycznego w rozwoju ruchowym
- c) Wcześnieiki nie potrzebują dodatkowych ćwiczeń
- d) Wcześnieiki mają zawsze lepszy rozwój motoryczny

### 10. Jakie mogą być skutki zdrowotne wcześniactwa?

- a) Problemy ze wzrokiem, oddychaniem i większe ryzyko infekcji
- b) Wyłącznie problemy ze wzrokiem
- c) Wyłącznie problemy z układem trawiennym
- d) Przesadnie szybki wzrost w okresie dorastania

### 11. Czy wszystkie wcześniaki mają problemy zdrowotne, gdy dorastają?

- a) Tak, zawsze
- b) Nie, część z nich rozwija się zdrowo bez długoterminowych problemów
- c) Tak, jeśli nie są pod stałą opieką lekarza
- d) Nie, wszystkie rozwijają się w taki sam sposób jak inne dzieci

## Quiz: Wiedza o Wcześnieiakach

### 12. Jakie są najczęstsze powody wcześniactwa?

- a) Wyłącznie złe odżywianie
- b) Infekcje, ciąża mnoga, schorzenia matki
- c) Późny wiek ojca
- d) Dieta bez produktów mlecznych

### 13. Jaki warunek często decyduje o wypisie wcześniaka ze szpitala?

- a) Samodzielne oddychanie, odpowiednia waga, stabilność stanu zdrowia
- b) Waga powyżej 5 kg
- c) Zakończenie karmienia przez sondę
- d) Zdrowy stan rodziców

### 14. Jaka metoda wsparcia wcześniaków na oddziale jest określana jako „kangurowanie”?

- a) Technika masażu
- b) Codzienna kontrola przez lekarza
- c) Bliski kontakt skóra do skóry z rodzicem
- d) Rytmiczne kołysanie w inkubatorze

### 15. Jakie problemy zdrowotne mogą wystąpić u wcześniaków w pierwszych tygodniach życia?

- a) Trudności z oddychaniem i jedzeniem, problemy z termoregulacją
- b) Szybki wzrost wagi
- c) Utrata pamięci
- d) Problem ze wzrokiem tylko w dorosłym życiu

## Quiz: Wiedza o Wcześnieńkach

### 16. Dlaczego białko jest szczególnie ważne dla wcześniaka karmionego mlekiem matki?

- a) Białko pomaga w regeneracji organizmu mamy
- b) Białko wspomaga rozwój mięśni i układu odpornościowego dziecka
- c) Białko zmniejsza senność dziecka
- d) Białko zwiększa masę ciała dziecka ponad normę

### 17. Jakie osoby są kluczowe w zespole medycznym opiekującym się wcześniakami?

- a) Lekarz rodzinny i dietetyk
- b) Neurolog, fizjoterapeuta, pielęgniarka neonatologiczna
- c) Nauczyciel wychowania fizycznego
- d) Psycholog i historyk

### 18. Dlaczego niektóre wcześniaki potrzebują wzbogacania mleka matki?

- a) Aby zwiększyć ilość kalorii i składników odżywczych
- b) Aby poprawić smak mleka
- c) Aby zagęścić mleko matki
- d) Aby zmniejszyć tłuszcz

### 19. Jaki specjalista najczęściej wspiera rozwój mowy u dzieci urodzonych przedwcześnie?

- a) Neurolog
- b) Logopeda
- c) Pielęgniarka
- d) Psycholog

## Quiz: Wiedza o Wcześnieiakach

### 20. Jak wcześniactwo może wpływać na rozwój umiejętności motorycznych dziecka?

- a) Nie ma wpływu na rozwój motoryczny
- b) Wcześnieiki mogą wymagać wsparcia fizjoterapeutycznego w rozwoju ruchowym
- c) Wcześnieiki nie potrzebują dodatkowych ćwiczeń
- d) Wcześnieiki mają zawsze lepszy rozwój motoryczny

### 21. Jakie mogą być długoterminowe skutki zdrowotne wcześniactwa?

- a) Problemy z nauką, wzrokiem, oddychaniem i większe ryzyko infekcji
- b) Zawsze zdrowy rozwój i brak problemów
- c) Wyłącznie problemy z układem trawiennym
- d) Przesadnie szybki wzrost w okresie dorastania

## Słowo od Fundacji OliEdu oraz rekomendacja karty pracy



### **Ewa Daros, Prezes Fundacji OliEdu, pedagog, autorka karty pracy:**

“Akcja edukacyjno - zdrowotna #fioletowelove, organizowana z okazji Światowego Dnia Wcześnieńki wypadającego 17 listopada, powstała z potrzeby serca rodziców wcześniaków i dla wcześniaków oraz innych rodziców. Pragniemy uświadamić społeczeństwo w tej wrażliwej, ale niezwykle ważnej kwestii, budować empatię, świadomość i aktywną postawę w reagowaniu na potrzeby drugiego człowieka. Życzę Państwu w imieniu swoim i zespołu Fundacji OliEdu kreatywnych i ciekawych zajęć z dziećmi oraz uczniami. Pamiętajmy, razem możemy więcej!



### **Justyna Bryndza, psycholog dziecięcy:**

“Aktualnie w przedszkolach i szkołach coraz częściej kładzie się nacisk na psychoedukację po to, by dzieci rozumiały trudności swoich kolegów i koleżanek. Obserwuję ten nurt już kilka lat i mocno wspieram tego typu inicjatywy, ponieważ otwierają nas na inną perspektywę patrzenia na drugiego człowieka, dającą więcej zrozumienia i empatii. Uczenie otwartości na różnorodność jest w dzisiejszych czasach bardzo ważnym elementem wychowania - zarówno w przedszkolach, szkołach, jak i w rodzinie. Są jednak kwestie zapomniane bądź niezauważane... Cieszę się, że temat wcześniactwa został przez kogoś dostrzeżony i rozpowszechniony!”