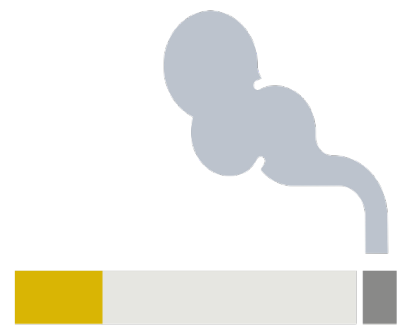


Tool: 6d

# Lösungs-Blatt Quiz



## Auswahl-Fragen (Experte)



Vorlesen  
lassen!



## Lösungs-Blatt

### Auswahl-Fragen (Experte)

Du hast das Quiz gemacht?

Wie viele von den 10 Punkten hast Du bekommen?

Hier kannst Du nachschauen,  
wie viele Punkte Du bekommen hast.

Und Du bekommst eine Erklärung zu den Antworten.  
Deine Punkte kannst Du auf dem Quiz-Blatt eintragen.

#### 1. Welche Sätze über das Passiv-Rauchen sind wahr?

Kreuze alle Sätze an, die über das Passiv-Rauchen wahr sind.

<input checked="" type="checkbox"/>	Passiv-Rauchen ist schlecht für die Gesundheit.
<input checked="" type="checkbox"/>	Wenn man passiv raucht. Dann bekommt man eher Krebs.
<input type="checkbox"/>	Passiv-Rauchen ist nicht schlecht für die Gesundheit.
<input type="checkbox"/>	Passiv-Rauchen ist nur für die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen schlecht.

#### Erklärung:

Menschen neben Rauchern atmen den giftigen Rauch ein.

Das nennt man Passiv-Rauchen.

Passiv-Rauchen ist **schlecht** für die Gesundheit von allen Menschen.

## 2. Was sind Folgen vom Passiv-Rauchen?

Kreuze alle Sätze an, die Folgen vom Passiv-Rauchen sind.

<input checked="" type="checkbox"/>	Man bekommt eher Krebs.
<input checked="" type="checkbox"/>	Herz-Kreis-Lauf-Erkrankungen
<input checked="" type="checkbox"/>	Krankheiten der Atem-Wege
<input checked="" type="checkbox"/>	Husten
<input type="checkbox"/>	Die Ausdauer ist besser. Zum Beispiel beim Laufen. Oder beim Fahr-Rad-Fahren.
<input checked="" type="checkbox"/>	Reizung von Augen, Nase und Hals

### Erklärung:

Zu den Folgen vom Passiv-Rauchen zählen unter anderem:

- Kopf-Schmerzen
- Husten
- Reizung von Augen, Nase und Hals
- Übelkeit
- Schwindel
- Herz-Kreis-Lauf-Erkrankungen
- Erkrankungen der Atem-Wege
- Man bekommt eher Krebs

### 3. Welche Sätze über das Rauchen in der Schwanger-Schaft sind wahr?

Kreuze alle Sätze an, die über das Rauchen in der Schwangerschaft wahr sind.

<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchen während der Schwanger-Schaft ist schlecht für das ungeborene Kind.
<input checked="" type="checkbox"/>	Passiv-Rauchen während der Schwanger-Schaft ist schlecht für das ungeborene Kind.
<input checked="" type="checkbox"/>	Die Gift-Stoffe gelangen über die Nabel-Schnur in den Blut-Kreis-Lauf vom ungeborenen Kind.
<input checked="" type="checkbox"/>	Wenn Frauen während der Schwanger-Schaft rauchen: Dann kann es zu Entwicklungs-Störungen vom ungeborenen Kind kommen.
<input type="checkbox"/>	Passiv-Rauchen ist nicht schlecht für das ungeborenen Kind.
<input type="checkbox"/>	Man kann bis zu einem Wert von 10 Gramm pro Tag rauchen. Das ist nicht schlecht für das ungeborene Kind.

#### Erklärung:

Wenn eine schwangere Frau raucht.

Oder wenn eine schwangere Frau passiv raucht:

Dann kommen die **Gift-Stoffe** über die Nabel-Schnur direkt in den Blut-Kreis-Lauf vom Kind.

Das Rauchen **schadet** der Gesundheit von Mutter und Kind.

**Jede** einzelne Zigarette schadet.

Es gibt **keine Menge**, die **nicht schlecht** für die Gesundheit wäre.

#### 4. Welche Sätze über die Wirkung von Nikotin sind wahr?

Kreuze alle Sätze an, die über die Wirkung von Nikotin wahr sind.

<input checked="" type="checkbox"/>	Das Nikotin braucht 7 Sekunden bis es im Gehirn ankommt.
<input type="checkbox"/>	Nikotin braucht 1 Stunde bis es im Gehirn ankommt.
<input checked="" type="checkbox"/>	Durch Nikotin hat man <b>weniger</b> Angst.
<input checked="" type="checkbox"/>	Durch Nikotin hat man gute Gefühle.

#### Erklärung:

Das eingeatmete Nikotin erreicht schon innerhalb von 7 Sekunden das Gehirn.

Es löst eine Reihe von Reaktionen im Körper aus.

Dazu gehören gute Gefühle.

Zum Beispiel Entspannung.

Oder, dass man **weniger Angst** hat.

#### 5. Welche Folgen hat das Rauchen?

Kreuze alle Folgen an, die das Rauchen hat.

<input checked="" type="checkbox"/>	Zahnverlust
<input checked="" type="checkbox"/>	Schwere Zahn-Entzündungen
<input type="checkbox"/>	Weißere Zähne
<input type="checkbox"/>	Bessere Zähne
<input type="checkbox"/>	Weniger Karies
<input checked="" type="checkbox"/>	Gelbe Zähne

#### Erklärung:

Durch das Rauchen bekommt man gelbe Zähne.

Auch der Kiefer wird durch das Rauchen geschädigt.

Wenn das Zahn-Fleisch **schlecht** durchblutet wird:

Die Zähne können ausfallen.

## 6. Welche Folgen hat das Rauchen?

Kreuze alle Folgen an, die das Rauchen hat.

<input checked="" type="checkbox"/>	Verengung und Verstopfung von den Blut-Gefäßen
<input type="checkbox"/>	Bessere Ausdauer
<input checked="" type="checkbox"/>	Erhöhtes Risiko für einen Herz-Infarkt
<input checked="" type="checkbox"/>	Erhöhtes Risiko für einen Schlag-Anfall
<input checked="" type="checkbox"/>	Raucher-Bein
<input checked="" type="checkbox"/>	Schlechte Versorgung des Herzens mit Sauer-Stoff

### Erklärung:

Durch das Rauchen kann es schon nach kurzer Zeit zur Verengung oder zur Verstopfung von den Blut-Gefäßen kommen.

Dadurch wird auch das Herz **nur schlecht** mit Sauer-Stoff versorgt. Oder **gar nicht mehr**.

Es kann zu Herz-Versagen kommen.

Man sagt dazu auch Herz-Infarkt.

Man kann auch einen Schlag-Anfall bekommen.

An beidem kann man sterben.

Durch die Verstopfung werden Körper-Teile **nicht mehr richtig versorgt**.

Dann kann es zum Beispiel zu einem Raucher-Bein kommen.

## 7. Welche Folgen hat das Rauchen?

Kreuze alle Folgen an, die das Rauchen hat.

<input checked="" type="checkbox"/>	Die kleinen Flimmer-Härchen in den Atem-Wegen werden zerstört. Sie sind für die Reinigung der Lunge da.
<input checked="" type="checkbox"/>	Atem-Not
<input checked="" type="checkbox"/>	Erhöhtes Risiko für einen Herz-Infarkt
<input checked="" type="checkbox"/>	Raucher-Husten
<input checked="" type="checkbox"/>	Lungen-Krebs
<input type="checkbox"/>	Bessere Ausdauer

### Erklärung:

Die feinen Flimmer-Härchen in den Atem-Wegen werden **zerstört**.

Sie sind für die Reinigung verantwortlich.

Die eingeatmeten Gift-Stoffe können **nicht mehr heraus-gefiltert** werden.

Die Folgen sind:

- Raucher-Husten
- Atem-Not
- Lungen-Krebs.

## 8. Welche Folgen hat das Rauchen?

Kreuze alle Folgen an, die das Rauchen hat.

<input type="checkbox"/>	Kurz-Sichtigkeit
<input type="checkbox"/>	Bessere Ausdauer
<input type="checkbox"/>	Erhöhte Potenz bei Männern
<input type="checkbox"/>	Muskel-Aufbau
<input checked="" type="checkbox"/>	Erhöhte Impotenz bei Männern
<input checked="" type="checkbox"/>	Atem-Not bei körperlicher Anstrengung. Zum Beispiel beim Sex.

### Erklärung:

**Rauchende** Männer leiden häufiger an Impotenz als **nicht-rauchende** Männer.

Körperliche Anstrengung kann zu Atem-Not führen.



**9. Was gehört zu den Entzugs-Erscheinungen, wenn man mit dem Rauchen aufhört?**

Kreuze alle Wörter an, die zu den Entzugs-Erscheinungen gehören

<input type="checkbox"/>	Kurz-Sichtigkeit
<input type="checkbox"/>	Haar-Ausfall
<input checked="" type="checkbox"/>	Nervosität
<input checked="" type="checkbox"/>	Aggressivität
<input checked="" type="checkbox"/>	Unruhe
<input checked="" type="checkbox"/>	Kopf-Schmerzen

**Erklärung:**

Zu den **Entzugs-Erscheinungen** zählen:

- Nervosität
- Aggressivität
- Gereiztheit
- **schlechte Laune**
- Unruhe
- Kopf-Schmerzen
- mehr Appetit

## 10. Welche Sätze über Geschmacks-Stoffe in Tabak, Gelen oder Liquids sind wahr?

Kreuze alle Sätze an, die wahr sind über Geschmacks-Stoffe in Tabak, Gelen oder Liquids.

<input type="checkbox"/>	Geschmacks-Stoffe senken das Risiko, an Krebs zu erkranken.
<input checked="" type="checkbox"/>	Geschmacks-Stoffe können sich beim Rauchen oder Dampfen in gefährliche Gift-Stoffe verwandeln.
<input checked="" type="checkbox"/>	Geschmacks-Stoffe sollen den Geschmack verbessern.
<input type="checkbox"/>	So wird einem nicht schlecht vom Rauchen.

### Erklärung:

Den meisten Menschen wird durch den stinkenden Qualm **schlecht**.  
Sie würden also eher **nicht rauchen**.

Um das zu verhindern, geben die Hersteller Geschmacks-Stoffe wie zum Beispiel Lakritze oder Vanille in den Tabak.

Oder in die Gele oder in die Liquids.

Sie schmecken und riechen dann besser.

Den Rauchern wird **weniger oft schlecht**.

Sie hören dann eher **nicht** auf mit dem Rauchen.

Wenn Geschmacks-Stoffe verbrennen:

Dann können sie zu Gift-Stoffen werden.

---

### Quelle:

Eigene Erstellung

Der Text basiert auf der Übertragung in Leichte Sprache und Prüfung von:  
leicht zu lesen

Traundorf 25  
83313 Siegsdorf

E-Mail: [luxburg@leichtzulesen.org](mailto:luxburg@leichtzulesen.org)  
Internet: [www.leichtzulesen.org](http://www.leichtzulesen.org)

Übersetzerin: Isabella von Luxburg  
Prüfer: Tanja Herold und Philipp Weirich (Zentrum Leichte Sprache Allgäu,  
Kronenstraße 36, 87435 Kempten)