

ข้อสอบการคิด วิเคราะห์

นายแดงอายุ ๓๕ ปี ทำงานในเมืองหลวง โดยใช้การเดินทางด้วยรถเมล์ นายแดงมีพฤติกรรมสูบบุหรี่เป็นประจำและชอบดื่มแอลกอฮอล์ทุกวันหยุด เวลาทำงานของนายแดงคือเวลา ๐๗.๓๐น. เวลาออกงานของนายแดงคือเวลา ๑๗.๓๐ น. โดยจะต้องรีบออกมารอรถในเวลา ๐๕.๐๐ น. นายแดงจะแวะทานมื้อเย็นจากข้างนอกก่อนเข้าที่พักจะมีขนมและน้ำอัดลมติดมือเข้ามาด้วย นายแดงมีพฤติกรรมในการใช้ชีวิตแบบนี้มาเป็นเวลาอย่างน้อย ๕ ปี นายแดงเริ่มมีอาการแสบร้อนกลางอก ปวดหัวข้างเดียวบ่อยๆ จนเข้าพบแพทย์ แพทย์ระบุนายแดงเป็นโรคกรดไหลย้อนและไม่เกรน รวมถึงมีอาการเครียดสะสม แพทย์ให้ยามารับประทานพร้อมกับให้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตด้วยการออกกำลังกาย คุมอาหาร และพักผ่อนให้เพียงพอ

ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้จากเนื้อเรื่องด้านบน

๑. นายแดงเป็นโรคกรดไหลย้อนเพราะสาเหตุอะไร

.....

.....

๒. โรคไม่เกรนมีอาการอย่างไรและมีวิธีการรักษาอย่างไร

.....

.....

๓. สาเหตุที่ทำให้นายแดงเป็นโรคเกิดจากสาเหตุใดเป็นหลัก

.....

.....

๔. ความเครียดของนายแดงเกิดจากอะไรบ้างและผลกระทบของความเครียดส่งผลต่อนายแดงอย่างไร

.....

.....

๕. การดูแลตัวเองของนายแดงหลักๆหลังจากนี้ควรทำอย่างไร

.....

.....