Notatka 2

1. Wyjaśnij, co to jest stres ………………………………………………………………

2. Rodzaje stresu:

a) krótkotrwały, czyli ………….

b) długotrwały, czyli ……….....

3. Wymień sposoby radzenia sobie ze stresem:

a) ……………

b) ……………

c) ……………

d) ……………

e) ……………

4. Wymień choroby układu nerwowego. ………………………………………………………………....................................

5. Podaj przyczynę chorób takich jak:

a) stwardnienie rozsiane –

b) choroba Alzheimera –

c) depresja –