

A1.29.1 Senność po posiłku



1. Co możesz odczuwać po jedzeniu?
 - a. Czujesz się śpiący i chcesz spać.
 - b. Zawsze masz lepszy humor.
 - c. Od razu boli cię głowa.
 - d. Masz zawsze gorączkę.
2. Jaka jest jedna z możliwych przyczyn zmęczenia po posiłku?
 - a. Nietolerancje pokarmowe.
 - b. Za dużo wody.
 - c. Zimna pogoda.
 - d. Brak świeżego powietrza.
3. Co się dzieje, gdy tarczycza działa wolniej?
 - a. Dostajesz gorączki.
 - b. Nic się nie zmienia po jedzeniu.
 - c. Metabolizm spowalnia i po jedzeniu jesteś senny.
 - d. Masz więcej energii i chcesz biegać.
4. Co warto zrobić, gdy senność pojawia się po prawie każdym posiłku?
 - a. Jeść więcej słodczy.
 - b. Kupić nowe buty.
 - c. Przestać jeść warzywa.
 - d. Zrobić badania glukozy i insuliny.

1-a 2-a 3-c 4-d

2. Przeczytaj dialog i odpowiedz na pytania.

Rafał: Cześć, skarbie. Jak tam w pracy?

Agnieszka: Jestem bardzo zmęczona. Padam z nóg. Muszę odpocząć.

Rafał: Jesteś głodna? Właśnie kończę robić kolację.

Agnieszka: Nie. Po jedzeniu będę senna, a muszę jeszcze przygotować prezentację na jutro.

Rafał: Martwi mnie twoje zmęczenie po posiłkach. Może pójdziesz do lekarza?

Agnieszka: Myślisz, że powinnam? Myślałam, że wszyscy tak mają.

Rafał: Nie w takim stopniu, kochanie. Możesz mieć chorobę tarczycy lub insulinoodporność.

Agnieszka: Może masz rację... Pójdę do lekarza i zrobię badania.

Rafał: Dobrze. Pomyślę też o krótkim wyjeździe, żebyś mogła się zrelaksować.

Agnieszka: Idealnie, kochanie. Potrzebuję urlopu.

1. Co Agnieszka chce zrobić po pracy?
 - a. Zrobić przerwę w pracy
 - b. Odpocząć
 - c. Iść na spacer
 - d. Zjeść dużą kolację
2. Dlaczego Agnieszka nie chce jeść kolacji?
 - a. Ma duży apetyt i chce zjeść później
 - b. Nie jest głodna i po jedzeniu będzie senna
 - c. Jest obudzona i chce się relaksować
 - d. Musi iść do lekarza teraz

1-b 2-b