



ΑΕΡΟΛΕΣΧΗ ΑΓΡΙΝΙΟΥ

Εκπαιδευτικό Κέντρο Υ.Π.Α.Μ.

<http://alag.gr>

Ανθρώπινες Δυνατότητες

**ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ
&
ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΕΡΩΤΗΣΕΩΝ**

για Χειριστές **Υ.Π.Α.Μ.**
(Υπερελαφρών Πτητικών Αεραθλητικών Μηχανών)

Αγρίνιο - Ιούνιος 2008

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Σελ. 03- 50 : Ερωτήσεις με Σημείωση Σωστών Απαντήσεων

Σελ. 51- 96 : Ερωτήσεις Χωρίς Σημείωση Απαντήσεων (Για Εξάσκηση)

Σελ. 97-100 : Φύλλα με σωστές Απαντήσεις

Σελ. 101-103 : Φύλλα με κενές Θέσεις Απαντήσεων (Για Εξάσκηση)

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

1. Με ποιο τρόπο μεταφέρεται το οξυγόνο στο ανθρώπινο σώμα;

- A. Με τα ερυθρά αιμοσφαίρια συνδεδεμένο με διοξείδιο του άνθρακα
- B. Με τα ερυθρά αιμοσφαίρια συνδεδεμένο με άζωτο και υδρατμούς
- Γ. Με τα ερυθρά αιμοσφαίρια συνδεδεμένο με αιμοσφαιρίνη
- Δ. Με τα ερυθρά αιμοσφαίρια συνδεδεμένο με άζωτο, ορμόνες και πλάσμα

1. How is oxygen transported around the body?

- A. By the red cells combined with carbon dioxide
- B. By the red cells combined with nitrogen and water vapours
- C. By the red cells combined with haemoglobin
- D. By the red cells combined with nitrogen, hormones and plasma

2. Ποια από τα παρακάτω αποτελούν τα συμπτώματα της δηλητηρίασης από μονοξείδιο του άνθρακα;

- A. Ερυθρότητα προσώπου, πονοκέφαλος, κοιλιακό άλγος, ναυτία, αίσθημα λήθαργου
- B. Δυσκολία στην αναπνοή, ερυθρότητα προσώπου, πονοκέφαλος, κοιλιακό άλγος, ναυτία, αίσθημα λήθαργου
- Γ. Ερυθρότητα προσώπου, πονοκέφαλος, κοιλιακό άλγος, ναυτία, ίλιγγος
- Δ. Ερυθρότητα προσώπου, πονοκέφαλος, μειωμένη κρίση, συσφιγκτικό αίσθημα στο πρόσωπο

2. List the symptoms of carbon monoxide poisoning?

- A. Ruddy complexion, headache, stomach cramps, nausea, feeling lethargic
- B. Difficulty in the breathing, ruddy complexion, headache, stomach cramps, nausea, feeling lethargic
- C. Ruddy complexion, headache, stomach cramps, nausea, giddiness
- D. Ruddy complexion, headache, tightness across the forehead, impaired judgement

3. Οι επιδράσεις του καπνίσματος σε σχέση με τη πτήση είναι:

- A. Η πρώιμη εμφάνιση της υποξίας λόγω φαινομενικής αύξησης του ύψους και η μείωση της νυχτερινής όρασης
- B. Η πρώιμη εμφάνιση της υποξίας λόγω φαινομενικής αύξησης του ύψους
- Γ. Η πρώιμη εμφάνιση της υποξίας λόγω φαινομενικής αύξησης του ύψους με μέγιστο τα 40000 ft
- Δ. Η πρώιμη εμφάνιση της υποξίας λόγω φαινομενικής αύξησης του ύψους με συνέπεια τον κίνδυνο εμφάνισης αναιμίας

3. The effects of smoking particularly in relation to aviation are:

- A. An early onset of hypoxia due to an apparent increase in altitude and a reduction in night vision
- B. An early onset of hypoxia due to an apparent increase in altitude
- C. An early onset of hypoxia due to an apparent increase in altitude up to maximum of 40000 ft
- D. An early onset of hypoxia due to an apparent increase in altitude with a resulting risk of anemia

4. Οι καπνιστές θα βιώσουν την υποξία σε μεγαλύτερο ή χαμηλότερο ύψος καμπίνας από ότι οι μη καπνιστές;

- A. Σε μεγαλύτερο ύψος καμπίνας
- B. Σε χαμηλότερο ύψος καμπίνας
- Γ. Περίπου στο ίδιο ύψος
- Δ. Το κάπνισμα, αν και γενικά βλάπτει, μειώνει τις επιδράσεις της υποξίας

4. Will smokers experience hypoxia higher or lower cabin altitude than non- smokers?

- A. At a higher cabin altitude
- B. At a lower cabin altitude
- C. At the same cabin altitude
- D. Smoking, although harmful in other ways, lessens the effects of hypoxia

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

5. Ένας πιλότος πρέπει να μην πετάξει για τουλάχιστον 24 ώρες μετά από αιμοδοσία

[A. Σωστό](#)

B. Λάθος

5. A pilot must wait to fly for at least 24 hours after blood donation

[A. True](#)

B. False

6. Το φυσιολογικό της αρτηριακής πίεσης είναι:

[A. Συστολική 120 mm Hg και Διαστολική 80 mm Hg](#)

B. Συστολική 80 mm Hg και Διαστολική 120 mm Hg

Γ. Συστολική 120 mm Hg και Διαστολική 120 mm Hg

Δ. Συστολική 80 mm Hg και Διαστολική 80 mm Hg

6. The normal range of blood pressure is:

[A. Systolic 120 mm Hg and Diastolic 80 mm Hg](#)

B. Systolic 80 mm Hg and Diastolic 120 mm Hg

C. Systolic 120 mm Hg and Diastolic 120 mm Hg

D. Systolic 80 mm Hg and Diastolic 80 mm Hg

7. Υπόταση είναι:

A. Υψηλή πίεση αίματος

B. Υψηλός καρδιακός ρυθμός

[Γ. Χαμηλή πίεση αίματος](#)

Δ. Χαμηλός καρδιακός ρυθμός

7. Hypotension is:

A. High blood pressure

B. High pulse rate

[C. Low blood pressure](#)

D. Low pulse rate

8. Η αιμοσφαιρίνη έχει την τάση να συνδέεται με το μονοξείδιο του άνθρακα σε σχέση με το οξυγόνο με ένα συντελεστή:

A. 100-120

[B. 210-250](#)

Γ. 200

Δ. 10-20

8. Haemoglobin has a preference to carbon monoxide over oxygen by a factor:

A. 100-120

[B. 210-250](#)

C. 200

D. 10-20

9. Η αντιμετώπιση της δηλητηρίασης από μονοξείδιο του άνθρακα θα πρέπει να περιλαμβάνει:

A. Άμεση κάθοδος σε MSA

B. Αύξηση της έντασης της θέρμανσης της καμπίνας

Γ. Διατήρηση της θερμοκρασίας του σώματος του ασθενούς όσο το δυνατόν χαμηλότερα

[Δ. Διακοπή του καπνίσματος](#)

9. Treatment of carbon monoxide should include:

- A. Immediate descent to MSA
- B. Turn up cabin heat
- C. Keep the patient's body temperature as low as possible
- [D. Stop all smoking](#)

10. Η χαμηλή αρτηριακή πίεση μπορεί να οδηγήσει:

- A. Χαμηλή θερμοκρασία σώματος
- [B. Μειωμένη αντοχή στις επιταχύνσεις](#)
- Γ. Έμφραγμα
- Δ. Στηθάγχη

10. Low blood pressure can lead to:

- A. Low body temperature
- [B. Reduced tolerance to G forces](#)
- C. Infarct
- D. Angina

11 Όταν η μερική πίεση του οξυγόνου στις κυψελίδες είναι 55 mm Hg, ποιο είναι το μέγιστο ύψος καμπίνας που μπορεί να φτάσει κάποιος αναπνέοντας 100% οξυγόνο χωρίς πίεση;

- A. 33,700 ft
- B. 44.000 ft
- Γ. 10.000 ft
- [Δ. 40.000 ft](#)

11 With an alveolar partial pressure of oxygen of 55 mm Hg, what is the maximum altitude to breathe 100% oxygen without pressure?

- A. 33,700 ft
- B. 44.000 ft
- C. 10.000 ft
- [D. 40.000 ft](#)

12 Ποια είναι τα συστατικά της ατμόσφαιρας;

- A. Οξυγόνο 22%, Άζωτο 77%, Άλλα αέρια 1%
- B. Οξυγόνο 22%, Άζωτο 78%, Άλλα αέρια 2%
- [Γ. Οξυγόνο 21%, Άζωτο 78%, Άλλα αέρια 1%](#)
- Δ. Οξυγόνο 22%, Άζωτο 77%, Άλλα αέρια 1%

12 What are the constituents of atmosphere?

- A. Oxygen 22%, Nitrogen 77%, other gases 1%
- B. Oxygen 22%, Nitrogen 78%, other gases 2%
- [C. Oxygen 21%, Nitrogen 78%, other gases 1%](#)
- D. Oxygen 22%, Nitrogen 77%, other gases 2%

13. Η λήψη 100% οξυγόνου σε ύψος καμπίνας 40000 ft , δημιουργεί στις κυψελίδες μερική πίεση οξυγόνου ίση με αυτή που υπάρχει χωρίς τη λήψη οξυγόνου σε ύψος ατμόσφαιρας:

- A. 20.000 ft
- [B. 10.000 ft](#)
- Γ. 25.000 ft
- Δ. 30.000 ft

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

13. On a 100% oxygen at 40000 ft, what height in the atmosphere does the partial pressure of oxygen in the alveoli equate to?

- A. 20.000 ft
- [B. 10.000 ft](#)
- C. 25.000 ft
- D. 30.000 ft

14. Σε ποιο ύψος η μερική πίεση του οξυγόνου στις κυψελίδες είναι περίπου η μισή από ότι στο επίπεδο θαλάσσης;

- A. 10.000 ft
- B. 25.000 ft
- Γ. 30.000 ft
- [Δ. 18.000 ft](#)

14. At what height is the partial pressure of oxygen in the lungs approximately half that at sea level?

- A. 10.000 ft
- B. 25.000 ft
- C. 30.000 ft
- [D. 18.000 ft](#)

15. Ποιο το ποσοστό του οξυγόνου στην ατμόσφαιρα στα 35.000 ft;

- A. 25%
- [B. 21%](#)
- Γ. 32%
- Δ. 30%

15. What is the percentage of oxygen in the atmosphere at 35.000 ft?

- A. 25%
- [B. 21%](#)
- C. 32%
- D. 30%

16. Ποιο είναι ένα από τα αρχικά συμπτώματα της υποξίας;

- A. Κυάνωση των χειλιών
- B. Κοιλιακό άλγος
- Γ. Πόνοι στις αρθρώσεις
- [Δ. Μειωμένη κρίση](#)

16. What is one of the initial indications of hypoxia?

- A. Blue tings in the lips
- B. Stomach cramps
- C. Pain in the joints
- [D. Impaired judgement](#)

17. Γιατί το κρύο μας κάνει πιο ευαίσθητους στην υποξία;

- A. Η καρδιά λειτουργεί πιο γρήγορα και χρειάζεται πιο πολύ οξυγόνο
- [B. Λόγω του ρίγους, χρειάζεται πιο πολύ ενέργεια και άρα πιο πολύ οξυγόνο](#)
- Γ. Μειώνεται η θερμοκρασία του σώματος, το οποίο γίνεται λιγότερο αποτελεσματικό στη λήψη του οξυγόνου
- Δ. Μειώνεται η θερμοκρασία του σώματος και κυρίως της κεφαλής με αποτέλεσμα την εξασθένηση του εγκεφάλου

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

17. Why does cold make you more susceptible to hypoxia?

- A. Heart beats faster which uses up more oxygen
- [B. More oxygen is required when shivering therefore more oxygen used](#)
- C. Lowers temperature of the body, which makes it less efficient
- D. Lowers temperature of the body and especially the head which has a debilitating effect on the brain

18. Ποια είναι η πρώτη ενέργεια που θα πρέπει να κάνει ο πιλότος σε περίπτωση ταχείας αποσυμπίεσης της καμπίνας σε ύψος άνω των 10000 ft;

- A. Κάθοδος όσο το δυνατόν γρηγορότερα
- [B. Να φορέσει την μάσκα οξυγόνου και να ελέγξει την ροή του οξυγόνου](#)
- Γ. Να προειδοποιήσει τους επιβάτες
- Δ. Κάθοδος και έλεγχος των επιβατών

18. What it is the first action that should be taken by the pilot in the event a cabin decompression above 10000 ft?

- A. Descent as soon as possible
- [B. Don oxygen mask and check oxygen flow](#)
- C. Warn the passengers
- D. Descent and check passengers

19. Κατά τη διάρκεια της πτήσης, κάποιος παραπονιέται ότι αισθάνεται ζάλη, «βαρύ το κεφάλι», μουδιάσματα στις άκρες των δακτύλων και αναπνέει γρήγορα. Από τι μπορεί να υποφέρει;

- A. Υποξική υποξία ή υπεραερισμό
- B. Ίλιγγο
- Γ. Κυάνωση
- [Δ. Υπεραερισμό](#)

19. In flight someone complains of feeling light-headed, dizzy, tingling at the fingertips and is breathing rapidly. What may he be suffering from?

- A. Hypoxic hypoxia or hyperventilation
- B. Vertigo
- C. Cyanosis
- [D. Hyperventilation](#)

20. Το επίπεδο του διοξειδίου του άνθρακα στο αίμα είναι μεγαλύτερο του φυσιολογικού. Ο εγκέφαλος:

- [A. Αυξάνει τον ρυθμό αναπνοής και τον καρδιακό ρυθμό](#)
- B. Μειώνει τον ρυθμό αναπνοής και τον καρδιακό ρυθμό
- Γ. Μειώνει τον ρυθμό αναπνοής και αυξάνει τον καρδιακό ρυθμό
- Δ. Αυξάνει τον ρυθμό αναπνοής και μειώνει τον καρδιακό ρυθμό

20. The carbon dioxide level of the blood is higher than normal. Does the brain:

- [A. Increase the rate of breathing and pulse rate](#)
- B. Decrease the rate of breathing and pulse rate
- C. Decrease the rate of breathing and increase the pulse rate
- D. Increase the rate of breathing and decrease the pulse rate

21. Ποιος είναι ο χρόνος χρήσιμης συνείδησης στα 20000 ft (μέτρια δραστηριότητα);

- [A. 5 λεπτά](#)
- B. 1 λεπτό
- Γ. 10 λεπτά
- Δ. 30 δευτερόλεπτα

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

21. What are the times of useful consciousness at 20000 ft (moderate activity)?

- [A. 5 min](#)
- B. 1 min
- C. 10 min
- D. 30 sec

22. Εάν τα συμπτώματα του υπεραερισμού συμβούν σε ύψος όπου δεν υπάρχει υπόνοια υποξίας, ποια είναι η σωστή διορθωτική ενέργεια;

- A. Κάθοδος σε MSL
- [B. Μείωση ρυθμού και βάθους των αναπνοών](#)
- Γ. Αύξηση ρυθμού αναπνοών
- Δ. Εάν είναι δυνατόν, ξάπλωσε τον πάσχοντα και βοήθησέ τον να ηρεμήσει

22. If the symptoms of hyperventilation occur at an altitude where hypoxia is not a consideration what is the correct remedial action?

- A. Descent to MSL
- [B. Decrease rate and depth of breathing](#)
- C. Increase rate of breathing
- D. If possible, lay flat and help to calm sufferer

23. Τι αυξάνει τον κίνδυνο για εμφάνιση νόσου αποσυμπίεσης κατά την πτήση;

- [A. Κατάδυση με φιάλη λίγο πριν τη πτήση](#)
- B. Ελεύθερη κατάδυση (χωρίς φιάλη) λίγο πριν τη πτήση
- Γ. Αλκοόλ
- Δ. Κάπνισμα

23. What increases the risk of DCS occurring in flight?

- [A. Scuba diving shortly before the flight](#)
- B. Snorkle diving shortly before the flight
- C. Alcohol
- D. Smoking

24. Ποιοι είναι οι περιορισμοί για να πετάξει κάποιος μετά από κατάδυση με φιάλες;

- A. Να μην πετάξει για 48 ώρες εάν το βάθος κατάδυσης είναι πάνω από 40 ft, αλλιώς το χρονικό όριο είναι 12 ώρες
- B. Να μην πετάξει για 48 ώρες εάν το βάθος κατάδυσης είναι πάνω από 30 ft, αλλιώς το χρονικό όριο είναι 24 ώρες
- Γ. Να μην πετάξει για 12 ώρες εάν το βάθος κατάδυσης είναι 30 ft, αλλιώς το χρονικό όριο είναι 24 ώρες
- [Δ. Να μην πετάξει για 24 ώρες εάν το βάθος κατάδυσης είναι πάνω από 30 ft, αλλιώς το χρονικό όριο είναι 12 ώρες](#)

24. What are the restrictions to flying after scuba diving?

- A. Non flying within 48 hours if a depth of 40 ft has been exceeded, otherwise the limit is 12 hours
- B. Non flying within 48 hours if a depth of 30 ft has been exceeded, otherwise the limit is 24 hours
- C. Non flying within 12 hours if a depth of 30 ft has been reached, otherwise the limit is 24 hours
- [D. Non flying within 24 hours if a depth of 30 ft has been exceeded, otherwise the limit is 12 hours](#)

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

25. Ένας πιλότος εκτέλεσε ελεύθερη κατάδυση (χωρίς φιάλες) και ξεπέρασε σε βάθος τα 30ft. Υπάρχουν περιορισμοί σε ότι αφορά το χρόνο που μπορεί να πετάξει;

- A. Να μην πετάξει τις επόμενες 12 ώρες
- B. Να μην πετάξει τις επόμενες 12 ώρες συν 10 λεπτά για κάθε 10 ft βαθύτερα από 30 πόδια

[Γ. Όχι](#)

- Δ. Να μην πετάξει τις επόμενες 6 ώρες

25. A pilot has executed snorkelling and has exceeded a depth the 30 ft. Are there any restrictions to him/her flying?

- A. No flying within 12 hours
- B. No flying for 12 hours plus 30 min for every 10 ft deeper than 30 feet

[C. No](#)

- D. No flying within 6 hours

26. Το ύψος στο οποίο η ατμοσφαιρική πίεση είναι η μισή από ότι σε MSL είναι:

- A. 8000 ft

[B. 18000 ft](#)

- Γ. 34000 ft

- Δ. 33700 ft

26. The altitude that pressure will be half that of MSL in the standard atmosphere is:

- A. 8000 ft

[B. 18000 ft](#)

- C. 34000 ft

- D. 33700 ft

27. Ο νόμος των αερίων του Henry βρίσκει εφαρμογή στη πτήση:

- A. Ακουστικό βαροτραύμα

[B. Νόσος αποσυμπίεσης](#)

- Γ. Δηλητηρίαση από μονοξείδιο του άνθρακα

- Δ. Μερική πίεση στις κυψελίδες

27. Henry's law has application in Human Performance to:

- A. Otic Barotrauma

[B. DCS](#)

- C. Carbon monoxide poisoning

- D. Partial pressure in the alveoli

28. Η υποξική υποξία επηρεάζει τη νυχτερινή όραση;

[A. Σωστό](#)

- B. Λάθος

28. Hypoxic Hypoxia effects night vision?

[A. True](#)

- B. False

29. Η αναιμική υποξία:

- A. Εμφανίζεται με την αύξηση του ύψους

- B. Δημιουργείται λόγω αποσυμπίεσης

[Γ. Δημιουργείται λόγω καπνίσματος](#)

- Δ. Εμφανίζεται με τη κόπωση

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

29. Anaemic Hypoxia can be:

- A. Brought on by altitude
- B. Caused by decompression
- [C. Caused by smoking](#)
- D. Brought on by fatigue

30. Σε πολιτικά αεροσκάφη, η πίεση της καμπίνας διατηρείται περίπου σε:

- A. Επίπεδο θαλάσσης
- [B. 6000-8000 ft](#)
- Γ. 10000 ft
- Δ. Κάτω 5000 ft

30. In commercial aircraft cabin pressure is normally maintained at:

- A. Sea level
- [B. 6000-8000 ft](#)
- C. 10000 ft
- D. Below 5000 ft

31. Σε περίπτωση αποσυμπίεσης, το αεροσκάφος πρέπει:

- A. Να κατέβει σε MSL
- [B. Να κατέβει στα 10000 ft](#)
- Γ. Να προσγειωθεί το δυνατόν συντομότερα
- Δ. Να κατέβει κάτω από τα 10000 ft

31. In the event of decompression the aircraft must:

- A. Descent to MSL
- [B. Descent to 10000 ft](#)
- C. Land as soon as possible
- D. Descend to below 10000 ft

32. Τα chokes σχετίζονται με:

- A. Υπεραερισμό
- [B. Νόσο αποσυμπίεσης](#)
- Γ. Απόφραξη των βρόγχων
- Δ. Απώλεια οξυγόνου

32. The "Chokes" are associated with:

- A. Hyperventilation
- [B. DCS](#)
- C. Blockage of the alveoli
- D. Oxygen loss

33. Το να αναπνέει κάποιος 100% οξυγόνο στα 40000 ft είναι σαν να αναπνέει φυσιολογικά σε ύψος:

- A. Επιπέδου θαλάσσης
- B. 20000 ft
- Γ. 40000 ft
- [Δ. 10000 ft](#)

33. Breathing 100% oxygen at 40000 ft is equivalent of breathing normally at:

- A. Sea level
- B. 20000 ft
- C. 40000 ft
- [D. 10000 ft](#)

34. Το έξω, μέσο και έσω αυτί είναι γεμάτα αντίστοιχα με:

[A. Αέρα, αέρα, υγρό](#)

B. Αέρα, υγρό, υγρό

Γ. Υγρό, αέρα, αέρα

Δ. Υγρό, υγρό, αέρα

34. The outer, middle and inner ear are filled with:

[A. Air, air, liquid](#)

B. Air, liquid, liquid

C. Liquid, air, air

D. Liquid, liquid, air

35. Ποιος είναι ο σκοπός ύπαρξης της Ευσταχιανής σάλπιγγας:

A. Να επιτρέπει την δίοδο των ηχητικών κυμάτων από το μέσο αυτί στο ακουστικό νεύρο

[B. Να επιτρέπει την εξίσωση της υπάρχουσας πίεσης και στις δύο πλευρές του τυμπάνου](#)

Γ. Να επιτρέπει την εξίσωση της υπάρχουσας πίεσης από στην πλευρά του μέσου ωτός

Δ. Να επιτρέπει την εξίσωση της υπάρχουσας πίεσης στον λαβύρινθο

35. What is the purpose of Eustachian tube:

A. To pass sound waves across the middle ear to the auditory nerve

[B. To allow ambient pressure to equalise on both sides of the ear drum](#)

C. To allow ambient pressure to equalise on middle ear side of the ear drum

D. To allow ambient pressure to equalise on both sides of the Vestibular apparatus

36. Τι προκαλεί τη κώφωση αγωγιμότητας;

A. Βλάβη του έξω ωτός

B. Βλάβη του πτερυγίου του ωτός

[Γ. Βλάβη στα ακουστικά οστάρια ή το τύμπανο του ωτός](#)

Δ. Βλάβη του μέσου ωτός

36. What causes conductive deafness?

A. Damage to the outer ear

B. Damage to the pinna

[C. Damage to the ossicles or the eardrum](#)

D. Damage to the middle ear

37. Τι είναι η κώφωση λόγω θορύβου;

A. Απώλεια ακοής λόγω βλάβης στα ακουστικά οστάρια

B. Απώλεια ακοής λόγω βλάβης στον λαβύρινθο

Γ. Απώλεια ακοής λόγω βλάβης στο μέσο ους

[Δ. Απώλεια ακοής λόγω βλάβης στο κοχλία](#)

37. What is the noise induced hearing loss (NIHL)?

A. Loss of hearing due to damage to the ossicles

B. Loss of hearing due to damage to the Vestibular apparatus

C. Loss of hearing due to damage to the middle ear

[D. Loss of hearing due to damage to the cochlea](#)

38. Από τι εξαρτάται η κώφωση λόγω θορύβου;

A. Από την ένταση και τη διάρκεια θορύβου άνω των 100 decibels

B. Τη διάρκεια θορύβου άνω των 100 decibels

Γ. Τη διάρκεια θορύβου άνω των 110 decibels

[Δ. Από την ένταση και τη διάρκεια θορύβου άνω των 90 decibels](#)

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

38. On what does noise induced hearing loss (NIHL) depend?

- A. Both the intensity and duration of the noise above 100 decibels
- B. The duration of the noise above 100 decibels
- C. The duration of the noise above 110 decibels
- [D. Both the intensity and duration of the noise above 90 decibels](#)

39. Ποια είναι η πιο σημαντική αίσθηση του ανθρώπου για τον προσανατολισμό στο χώρο;

- A. Ακοή και ισορροπία
- [B. Όραση](#)
- Γ. Seat of the pants
- Δ. Όλες οι αισθήσεις παίζουν το δικό τους ρόλο

39. What is the most important sense for spatial orientation?

- A. Hearing and balance
- [B. Sight](#)
- C. Seat of the pants
- D. All senses play their part in situation awareness

40. Εάν ένα αεροσκάφος επιταχύνει, τι σήμα δίνουν οι ωτόλιθοι στον εγκέφαλο;

- A. Ότι το ρύγχος του αεροσκάφους έχει καθοδική γωνία
- B. Ότι το αεροσκάφος στρίβει
- Γ. Ότι το αεροσκάφος ανεβαίνει και στρίβει
- [Δ. Ότι το ρύγχος του αεροσκάφους έχει ανοδική γωνία](#)

40. If an aircraft accelerates, what do the otoliths indicate to the brain?

- A. That the aircraft nose is pitching down
- B. That the aircraft is turning
- C. That the aircraft is climbing and turning
- [D. That the aircraft is pitching up](#)

41. Πότε ένας πιλότος μπορεί να βιώσει την παραίσθηση the leans;

- [A. Σε όλες τις φάσεις της πτήσης](#)
- B. Κατά την άνοδο
- Γ. Κατά την κάθοδο
- Δ. Κατά την άνοδο ή την κάθοδο

41. When can a pilot experience the "leans"?

- [A. In all flight conditions](#)
- B. In the climb
- C. In the descent
- D. In the climb or the descent

42. Σε τι πρέπει να βασιστεί ένας πιλότος εάν πάθει παραίσθηση κατά την διάρκεια IMC;

- A. Στην όραση
- B. Να στρίψει το κεφάλι του ώστε να συνέλθει από την παραίσθηση
- Γ. Στην αίσθηση της ισορροπίας
- [Δ. Στα όργανα](#)

42. What should a pilot rely on if disoriented in IMC?

- A. Vision
- B. Turning head to recover from disorientation
- C. Sense of balance
- [D. Instruments](#)

43. Το εύρος των συχνοτήτων που μπορεί να ακούσει ένα υγιές άτομο είναι:

- A. 70-15000 κύκλοι το δευτερόλεπτο
- B. 80-20000 κύκλοι το δευτερόλεπτο
- Γ. 500-15000 κύκλοι το δευτερόλεπτο
- [Δ. 20-20000 κύκλοι το δευτερόλεπτο](#)

43. The frequency band that a healthy young person can hear is:

- A. 70-15000 cycles per second
- B. 80-20000 cycles per second
- C. 500-15000 cycles per second
- [D. 20-20000 cycles per second](#)

44. Η προεβουακουσία είναι η έκπτωση της ακοής λόγω:

- A. Βλάβης του κοχλία
- B. Βλάβης των ημικύκλιων σωλήνων
- [Γ. Ηλικίας](#)
- Δ. Καπνίσματος

44. Presbycusis is an impairment of hearing due to:

- A. Damage to the cochlea
- B. Damage to the semi-circular canals
- [C. Age](#)
- D. Smoking

45. Ο λαβύρινθος ανιχνεύει:

- A. Γραμμικές επιταχύνσεις
- B. Γωνιακές επιταχύνσεις
- [Γ. Γωνιακές και γραμμικές επιταχύνσεις](#)
- Δ. +g

45. The Vestibular apparatus detects:

- A. Linear acceleration
- B. Angular acceleration
- [C. Angular and linear acceleration](#)
- D. + G

46. Εάν μία σταθερή στροφή διατηρείται , τότε μία ξαφνική κίνηση (μεγαλύτερη από) θα προκαλέσει το φαινόμενο Coriolis

- A. 4ο το δευτερόλεπτο
- B. 5ο το δευτερόλεπτο
- [Γ. 3ο το δευτερόλεπτο](#)
- Δ. 2ο το δευτερόλεπτο

46. If a steady turn is being maintained, then a sudden movement (greater than about) it may cause a phenomenon known as the Coriolis effect:

- A. 4o a second
- B. 5o a second
- [C. 3o a second](#)
- D. 2o a second

47. Ίλιγγος μπορεί να προκληθεί από μία αποφραγμένη Ευσταχιανή σάλπιγγα:

- [A. Σωστό](#)
- B. Λάθος

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

47. Vertigo can be caused by a blocked Eustachian tube:

- [A. True](#)
- B. False

48. Ποιο μέρος του ματιού έχει την καλύτερη οπτική οξύτητα;

- A. Ο αμφιβληστροειδής
- [B. Η ωχρά κηλίδα](#)
- Γ. Ο φακός
- Δ. Ο κερατοειδής

48. Which part of eye has the best visual acuity?

- A. The retina
- [B. The fovea](#)
- C. The lens
- D. The cornea

49. Τι είναι η «μυωπία άδειου πεδίου»

- A. Είναι όρος που χρησιμοποιείται όταν το μάτι δεν έχει να εστιάσει κάπου, εστιάζει στο άπειρο
- B. Είναι όρος που χρησιμοποιείται όταν το μάτι δεν έχει να εστιάσει κάπου, εστιάζει μεταξύ 4 και 6 μέτρων
- Γ. Είναι όρος που χρησιμοποιείται όταν το μάτι δεν έχει να εστιάσει κάπου, εστιάζει μεταξύ 10 και 12 μέτρων
- [Δ. Είναι όρος που χρησιμοποιείται όταν το μάτι δεν έχει να εστιάσει κάπου, εστιάζει μεταξύ 1 και 1,5 μέτρο](#)

49. What is the "empty field myopia"?

- A. It is term used when the eye if it has nothing on which to focus will tend to focus at infinity
- B. It is term used when the eye if it has nothing on which to focus will tend to focus between 4 and 6 metres
- C. It is term used when the eye if it has nothing on which to focus will tend to focus between 10 and 12 metres
- [D. It is term used when the eye if it has nothing on which to focus will tend to focus between 1 and 1,5 metre](#)

50. Επιτρέπεται σε ένα πιλότο που φορά διπλεσσιακούς φακούς επαφής να πετά;

- A. Ναι
- B. Ναι εφόσον το επιτρέπει εξουσιοδοτημένος ιατρός Αεροπορικής Ιατρικής
- Γ. Ναι εφόσον το επιτρέπει το Κέντρο Αεροπορικής Ιατρικής
- [Δ. Όχι](#)

50. Is a pilot allowed to fly wearing bi-focal contact lenses?

- A. Yes
- B. Yes, if cleared to do so by a qualified Aviation Specialist
- C. Yes if cleared to do so by the Authority
- [D. No](#)

51. Ποιοι 4 παράγοντες επηρεάζουν τη νυχτερινή όραση;

- [A. Ηλικία, αλκοόλ, ύψος και κάπνισμα](#)
- B. Ηλικία, ο φωτισμός των οργάνων, ύψος και κάπνισμα
- Γ. Ο φωτισμός των οργάνων, αλκοόλ, ύψος και κάπνισμα
- Δ. Ηλικία, αλκοόλ, ύψος και ο φωτισμός των οργάνων

51. Who 4 factors effect night vision?

- [A. Age, alcohol, altitude and smoking](#)
- B. Age, instrument lights, altitude and smoking
- C. Instrument lights, alcohol, altitude and smoking
- D. Age, alcohol, altitude and instrument lights

52. Τα κωνία ανιχνεύουν..... και είναι κυρίως συγκεντρωμένα.....:

- A. Μαύρο και άσπρο στην ωχρά κηλίδα
- [B. Χρώμα στην ωχρά κηλίδα](#)
- Γ. Μαύρο και άσπρο στον αμφιβληστροειδή
- Δ. Χρώμα στην είσοδο του οπτικού νεύρου

52. Cones detect..... And are mostly concentrated on.....:

- A. Black and white fovea
- [B. Colour fovea](#)
- C. Black and white retina
- D. Colour entry point

53. Ποια είναι η σωστή ενέργεια σε περίπτωση καταιγίδας με κεραυνούς κατά την πτήση:

- A. Κλείνουμε τα φώτα του θαλάμου διακυβέρνησης
- [B. Ανοίγουμε στο μέγιστο τα φώτα του θαλάμου διακυβέρνησης](#)
- Γ. Φοράμε εάν υπάρχουν γυαλιά ηλίου

53. What is the recommended course of action if encountering an electrical storm during flight:

- A. Turn the cockpit lights down
- [B. Turn he cockpit lights to full](#)
- C. Put on sunglasses if available

54. Που βρίσκεται το «τυφλό σημείο»

- A. Στην ίριδα
- B. Στον κερατοειδή
- Γ. Στην άκρη του φακού
- [Δ. Στην είσοδο του οπτικού νεύρου](#)

54. Where is the "blind spot"?

- A. On the iris
- B. On the cornea
- C. On the edge of the lens
- [D. At the entrance to the optic nerve](#)

55. Η περιφερική όραση λειτουργεί με:

- [A. Τα ραβδία](#)
- B. Τα κωνία
- Γ. Τα κωνία και τα ραβδία
- Δ. Η ωχρά κηλίδα

55. Peripheral vision is looked after by the:

- [A. Rods](#)
- B. Cones
- C. Rods and cones
- D. Fovea

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

56. Η έλλειψη οξυγόνου επηρεάζει την όραση;

[A. Ναι](#)

B. Όχι

Γ. Μερικές φορές

Δ. Εξαρτάται από την υγεία του ατόμου

56. Does lack of oxygen affect sight?

[A. Yes](#)

B. No

C. Sometimes

D. It depends on the health of the individual

57. Η ποσότητας του φωτός που επιτρέπεται να εισέλθει στο μάτι ελέγχεται από:

A. Τον κερατοειδή

B. Τον αμφιβληστροειδή

[Γ. Την ίριδα](#)

Δ. Την ωχρά κηλίδα

57. The amount of light allowed to enter the eye is controlled by the:

A. Cornea

B. Retina

[C. Iris](#)

D. Fovea

58. Η προσαρμογή του ματιού ελέγχεται από:

[A. Τους οφθαλμικούς μύες](#)

B. Την ίριδα

Γ. Τον φακό

Δ. Τον κερατοειδή

58. Accommodation is controlled by the:

[A. Ciliary muscles](#)

B. Iris

C. Lens

D. Cornea

59. Η προσαρμογή της όρασης στο σκοτάδι θέλει περίπου.....για τα ραβδία καιγια τα κωνία

[A. 30 λεπτά](#) [7 λεπτά](#)

B. 7 λεπτά 30 λεπτά

Γ. 15 λεπτά 20 λεπτά

Δ. 25 λεπτά 45 λεπτά

59. Dark adaptation takes about.....for the rods andfor the cones

[A. 30 minutes](#) [7 minutes](#)

B. 7 minutes 30 minutes

C. 15 minutes 20 minutes

D. 25 minutes 45 minutes

60. Η στεροσκοπική όραση σχετίζεται με :

A. Τη νυχτερινή πτήση

[B. Την αντίληψη του βάθους](#)

Γ. Την οπτική οξύτητα

Δ. Την αχρωματοψία

60. Stereopsis is associated with:

- A. Night flying
- [B. Depth perception](#)
- C. Acuity
- D. Colour blindness

61. Ο αστιγματισμός φυσιολογικά σχετίζεται με:

- A. Τον αμφιβληστροειδή
- B. Την ωχρά κηλίδα
- Γ. Την ίριδα
- [Δ. Τον κερατοειδή](#)

61. Astigmatism is normally associated with:

- A. Retina
- B. Fovea
- C. Iris
- [D. Cornea](#)

62. Το γλαύκωμα προκαλείται από:

- [A. Αύξηση της πίεσης του ματιού](#)
- B. Μείωση της πίεσης του ματιού
- Γ. Βλάβη του κερατοειδούς
- Δ. Βλάβη του αμφιβληστροειδούς

62. Glaucoma is caused by:

- [A. An increase in the pressure of the eye](#)
- B. A decrease in the pressure of the eye
- C. A defect of the cornea
- D. A defect of the retina

63. Ο καταρράκτης σχετίζεται με:

- [A. Τον αμφιβληστροειδή](#)
- B. Τους δακρυϊκούς πόρους
- Γ. Την ίριδα
- Δ. Τον φακό

63. Cataracts are associated with:

- [A. Retina](#)
- B. Tear ducts
- C. Iris
- D. Lens

64. Η αχρωματοψία επηρεάζει την οπτική οξύτητα;

- A. Ναι
- [B. Όχι](#)

64. Does colour blindness affect acuity?

- A. Yes
- [B. No](#)

65. Ένας πιλότος με ύψος 2 μέτρα και βάρος 80 κιλά, τι BMI (BODY MASS INDEX) έχει

- A. 22
- B. 24
- Γ. 18

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

[Δ. 20](#)

65. A pilot is 2 metres tall and weighs 80 kgs, calculate his BMI index:

- A. 22
- B. 24
- C. 18

[D. 20](#)

66. Ένας πιλότος με BMI (BODY MASS INDEX) 26 και ύψος 1,75 μέτρα, τι βάρος είναι:

- A. 92 κιλά
- B. 78,5 κιλά
- Γ. 85 κιλά

[Δ. 79,5 κιλά](#)

66. A pilot has BMI index of 26 and is 1,75 metres tall, what is his/her weight:

- A. 92 kgs
- B. 78,5 kgs
- C. 85 kgs

[D. 79,5 kgs](#)

67. Με βάση το BMI (BODY MASS INDEX) πότε ένας πιλότος θεωρείται υπέρβαρος;

- A. Πάνω από 30 για άνδρες και 29 για γυναίκες
- B. Πάνω από 26 για άνδρες και 22 για γυναίκες
- Γ. 30 για άνδρες και 29 για γυναίκες

[Δ. Πάνω από 25 για άνδρες και 24 για γυναίκες](#)

67. Using the BMI formula, when will pilots be considered overweight?

- A. Over 30 for men and 29 for women
- B. Over 26 for men and 22 for women
- C. 30 for men and 29 for women

[D. Over 25 for men and 24 for women](#)

68. Με βάση το BMI (BODY MASS INDEX) πότε ένας πιλότος θεωρείται παχύσαρκος;

- A. Πάνω από 30 για άνδρες και 28 για γυναίκες
- B. Πάνω από 26 για άνδρες και 29 για γυναίκες
- Γ. Πάνω από 30 για άνδρες και 29 για γυναίκες

[Δ. Πάνω από 32 για άνδρες και 26 για γυναίκες](#)

68. Using the BMI formula, when will pilots be considered obese?

- A. Over 30 for men and 28 for women
- B. Over 26 for men and 29 for women
- C. Over 30 for men and 29 for women

[D. Over 32 for men and 26 for women](#)

69. Ποια είναι η εβδομαδιαία κατανάλωση αλκοόλ που μπορεί να προκαλέσει βλάβη;

- A. 22 μονάδες για άνδρες και 14 για γυναίκες
- B. 21 μονάδες για άνδρες και 15 για γυναίκες
- Γ. 24 μονάδες για άνδρες και 14 για γυναίκες

[Δ. 21 μονάδες για άνδρες και 14 για γυναίκες](#)

69. What is the weekly level of alcohol consumption that will cause physical damage?

- A. 22 units for men and 14 for women
- B. 21 units for men and 15 for women
- C. 24 units for men and 14 for women

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

[D. 21 units for men and 14 for women](#)

70. Με τι ρυθμό αποβάλλει το σώμα το αλκοόλ;

- A. Περίπου 1,5 μονάδα την ώρα
- B. Περίπου 2 μονάδες την ώρα
- Γ. Περίπου 2,5 μονάδες την ώρα

[Δ. Περίπου 1 μονάδα την ώρα](#)

70. At what rate does the body remove alcohol from the system?

- A. Approximately 1,5 unit an hour
- B. Approximately 2 units an hour
- C. Approximately 2,5 units an hour

[D. Approximately 1 unit an hour](#)

71. Ποιο είναι το ελάχιστο χρονικό διάστημα που πρέπει ένας πιλότος να σταματήσει να πίνει αλκοόλ προτού πετάξει;

- A. 6 ώρες αλλά εξαρτάται από το ποσό του αλκοόλ που έχει καταναλώσει
- B. 24 ώρες αλλά εξαρτάται από το ποσό του αλκοόλ που έχει καταναλώσει
- Γ. 12 ώρες αλλά εξαρτάται από το ποσό του αλκοόλ που έχει καταναλώσει

[Δ. 8 ώρες αλλά εξαρτάται από το ποσό του αλκοόλ που έχει καταναλώσει](#)

71. Which is the absolute minimum time a pilot should stop drinking before flying?

- A. 6 hours but it depends upon the amount of alcohol that has been consumed
- B. 24 hours but it depends upon the amount of alcohol that has been consumed
- C. 12 hours but it depends upon the amount of alcohol that has been consumed

[D. 8 hours but it depends upon the amount of alcohol that has been consumed](#)

72. Ποια από τις παρακάτω ασθένειες θεωρείται από τις πιο φονικές στον κόσμο;

- A. Τυφοειδής πυρετός
- [B. Ελονοσία](#)
- Γ. Κίτρινος Πυρετός
- Δ. Γρίπη

72. Which of the following diseases is one of the world's biggest killer?

- A. Typhoid
- [B. Malaria](#)
- C. Yellow Fever
- D. Influenza

73. Πόση άσκηση είναι αρκετή για να μειώσει τον κίνδυνο καρδιακής νόσου;

- A. Τακτική άσκηση και αύξηση του καρδιακού ρυθμού 100% για τουλάχιστο 20 λεπτά 2 φορές την εβδομάδα
- [B. Αύξηση του καρδιακού ρυθμού 100% για τουλάχιστο 20 λεπτά 3 φορές την εβδομάδα](#)
- Γ. Αύξηση του καρδιακού ρυθμού 100% για τουλάχιστο 30 λεπτά 3 φορές την εβδομάδα
- Δ. Τακτική άσκηση και αύξηση του καρδιακού ρυθμού 100% για τουλάχιστο 20 λεπτά 3 φορές την εβδομάδα

73. How much exercise is sufficient to reduce the risk of coronary disease?

- A. Regular and raise the pulse by 100% for at least 20 minutes 2 times a week
- [B. Raise the pulse by 100% at least 20 minutes 3 times a week](#)
- C. Raise the pulse by 100% at least 30 minutes 3 times a week
- D. Regular and raise the pulse by 100% for at least 20 minutes 3 times a week

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

74. Τι μπορεί να προκαλέσει ακουστικό βαρότραυμα και πότε μπορεί να συμβεί;

- [A. Απόφραξη της Ευσταχιανής σάλπιγγας που μπορεί να συμβεί κυρίως κατά την κάθοδο](#)
- B. Απόφραξη της Ευσταχιανής σάλπιγγας που μπορεί να συμβεί κυρίως κατά την άνοδο
- Γ. Απόφραξη της Ευσταχιανής σάλπιγγας και του τυμπάνου που μπορεί να συμβεί κυρίως κατά την κάθοδο
- Δ. Απόφραξη της Ευσταχιανής σάλπιγγας και του τυμπάνου που μπορεί να συμβεί κυρίως κατά την άνοδο

74. What causes otic barotrauma and when is it likely to occur?

- [A. Blockage in the Eustachian tube which is most likely to occur in the descent](#)
- B. Blockage in the Eustachian tube which is most likely to occur in the climb
- C. Blockage in the Eustachian tube and around the eardrum which is most likely to occur in the descent
- D. Blockage in the Eustachian tube and around the eardrum which is most likely to occur in the climb

75. Ένας άπειρος πιλότος πρέπει να μην πετάξει για..... ώρες μετά την κατανάλωση μικρής ποσότητας αλκοόλ

- A. 12 ώρες
- B. 8 ώρες
- [Γ. 24 ώρες](#)
- Δ. 6 ώρες

75. A prudent pilot should avoid flying for..... hours having consumed small amounts of alcohol

- A. 12 hours
- B. 8 hours
- [C. 24 hours](#)
- D. 6 hours

76. Η πιο συχνή αιτία αιφνίδιας ανικανότητας του πιλότου κατά την πτήση είναι:

- A. Καρδιακή ανακοπή
- B. Γρίπη
- Γ. Κοινό κρυολόγημα
- [Δ. Γαστρεντερίτιδα](#)

76. The most common cause of in flight incapacitation is:

- A. Heart attack
- B. Influenza
- C. Common cold
- [D. Gastroenteritis](#)

77. Εάν ο επιβάτης ενός ελικοπτέρου δεν νιώθει καλά λόγω της περιστροφής του στροφείου που δημιουργεί το «στοβοσκοπικό φαινόμενο» ποια ενέργεια είναι η καλύτερη αντιμετώπιση;

- [A. Απομάκρυνση του επιβάτη από το παράθυρο](#)
- B. Χορήγηση άμεσα στον επιβάτη οξυγόνου
- Γ. Άμεση προσγείωση και αναζήτηση ιατρικής βοήθειας
- Δ. Δεν χρειάζεται καμία ενέργεια γιατί η κατάσταση αυτή δεν είναι επικίνδυνη

77. If a passenger of a helicopter is feeling unwell due to the rotation of the rotors causing a stroboscopic effect what is the best course of action?

- [A. Move the passenger away from the window](#)
- B. Give the passenger oxygen as soon as possible
- C. Land as soon as possible and seek medical assistance

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

D. No action is necessary as the effect is not dangerous

78. Εάν έχετε δοκιμάσει όλες τις μεθόδους για να «ξεβουλώσετε» το αυτί σας ενώ πετάτε και δεν έχουν αποδώσει ποια ενέργεια είναι ενδεδειγμένη;

A. Αγνόησε το και συνέχισε την πτήση

B. Κατέβα στα 10000ft

[Γ. Ζήτη άμεσα ιατρική βοήθεια](#)

Δ. Κατέβα όσο το δυνατόν γρηγορότερα για να μειωθεί ο πόνος

78. If having tried all normal methods the ears cannot be cleared in flight the following action should be taken?

A. Ignored and it will go away

B. Descend to 10000 ft

[C. Seek medical advise as soon as possible](#)

D. Descend as quickly as possible to minimise pain

79. Για να απομακρύνει κάποιος υδράργυρο που έχει πέσει στο δέρμα του δεν πρέπει να χρησιμοποιήσει:

A. Νερό

B. Οινοπνευματώδη ποτά

Γ. Οξύ

[Δ. Συμπιεσμένο αέρα](#)

79. To remove mercury spillage.....must not be used:

A. Water

B. White spirits

C. Acid

[D. Compressed air](#)

80. Η καλύτερη μέθοδος για απώλεια βάρους είναι:

A. Η χρήση φαρμάκων που καταστέλλουν την όρεξη

B. Άφθονη άσκηση

Γ. Εξαντλητικές δίαιτες

[Δ. Λιγότερο φαγητό](#)

80. The best method for losing weight is:

A. The use of appetite suppressants

B. Plenty of exercise

C. Crash diets

[D. Eat Less](#)

81. Η υπογλυκαιμία μπορεί να προκληθεί από:

[A. Άτακτα γεύματα ή νηστεία](#)

B. Ύπαρξη μεγάλης ποσότητας σακχάρου στο αίμα

Γ. Ακραιοί g δυνάμεις

Δ. Άγχος

81. Hypoglycemia can be caused by:

[A. Not eating regularly or fasting](#)

B. Too much sugar in the blood

C. Excessive G forces

D. Stress

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

82. Τα ιχνοστοιχεία θα πρέπει αναλαμβάνονται από:

[A. Υγιεινή και ισορροπημένη διατροφή](#)

B. Λήψη χαπιών

Γ. Διατροφή με πολλές φυτικές ίνες

Δ. Διατροφή με πολλές φυτικές ίνες και λίγα λιπαρά.

82.Trace elements should be obtained from the:

[A. Healthy and balanced daily diet](#)

B. Use of supplementary pills

C. High fibre diet

D. High fibre and very low fat diet.

83. Η τροφική δηλητηρίαση συνήθως εμφανίζεται μέσα σε.....λεπτά από τη λήψη ακατάλληλου φαγητού:

A. 30

B. 60

[Γ. 90](#)

Δ. 120

83. Food poisoning takes effect within.....minutes of eating contaminated food:

A. 30

B. 60

[C. 90](#)

D. 120

84. Το αλκοόλ αποβάλλεται από το σώμα με ρυθμό.....milligrams ανά.....milliliters ανά ώρα:

A. 10 50

B. 10 100

Γ. 10 120

[Δ. 15 100](#)

84. Alcohol is removed from the at the rate of milligrams per..... millilitres per hour:

A. 10 50

B. 10 100

C. 10 120

[D. 15 100](#)

85. Μόνιμη βλάβη στον οργανισμό ενός άνδρα μπορεί να προκληθεί αν η κατανάλωση αλκοόλ είναι.....μονάδες ημερησίως και.....μονάδες εβδομαδιαίως:

A. 5 20

[B. 5 21](#)

Γ. 5 22

Δ. 3 14

85. Permanent damage to the body of a man may occur if the consumption of alcohol level is.....units daily and.....units weekly:

A. 5 20

[B. 5 21](#)

C. 5 22

D. 3 14

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

86. Η απόδοση ενός πιλότου μπορεί να επηρεασθεί από τη λήψη καφεΐνης άνω των.....mg και πρέπει να περιορισθεί σε ημερήσια λήψη περίπου...mg:

- A. 100 100-500
- B. 100 100-900
- Γ. 200 250-300
- Δ. 200 200-600

86. A pilot's performance can be affected by an intake of caffeine above..... mg and should limit to a daily intake of approximately..... mg:

- A. 100 100-500
- B. 100 100-900
- C. 200 250-300
- D. 200 200-600

87. Εάν ένα άτομο έχει ξεπεράσει στο παρελθόν μία δυσάρεστη κατάσταση, πως θα αντιδράσει εάν το ίδιο άτομο αντιμετωπίσει την ίδια ή παρόμοια κατάσταση για δεύτερη φορά;

- A. Θα υπάρξει μικρή διαφορά
- B. Θα γνωρίζει τι πρόκειται να συμβεί και συνεπώς θα βρίσκεται σε αγχώδη κατάσταση και άρα το άγχος θα αυξηθεί
- Γ. Θα αισθάνεται περισσότερη αυτοπεποίθηση και για αυτό το άγχος θα μειωθεί
- Δ. Εξαρτάται από το άτομο

87. Having successfully overcome a stressful situation once, how will the person react if placed in the same or similar situation a second time?

- A. There will be little difference
- B. He/she will know what is ahead and be already in a stressful condition thus stress will increase
- C. He/she will feel more confident and therefore stress will reduce
- D. It will depend on the individual

88. Πως επηρεάζεται η απόδοση σε αυξημένη ή μειωμένη εγρήγορση;

- A. Βελτιώνεται
- B. Υπάρχει μικρή διαφορά
- Γ. Μειώνεται
- Δ. Εξαρτάται από το άτομο

88. How is performance effected by over and under arousal?

- A. It is improved
- B. There is little difference
- C. It is degraded
- D. It will depend on the individual

89. Ποιο μέρος του σώματος επηρεάζεται σε δονήσεις με εύρος συχνότητας 4-10 Hz;

- A. Ο εγκέφαλος και επιπλέον υπάρχει και πονοκέφαλος
- B. Ο θώρακας και επιπλέον υπάρχει και κοιλιακός πόνος
- Γ. Η αναπνοή και επιπλέον υπάρχει και πόνος στο θώρακα
- Δ. Ο καρδιακός ρυθμός

89. What part of the body is effected with the vibration in the 4-10 Hz frequency range?

- A. The brain plus there will be a headache
- B. The chest plus there will be an abdominal pain
- C. The respiration plus there will be pains in the chest

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

D. The pulse rate

90. Ποιο σχήμα γραφήματος δείχνει τη σχέση μεταξύ εγρήγορσης και stress;

A. Γράφημα σχήματος U

[B. Γράφημα σχήματος ανάποδου U](#)

Γ. Μία ευθεία γραμμή με γωνία 45ο

Δ. Γράφημα σχήματος ανάποδου M

90. Which shaped graph shows the relationship between arousal and stress?

A. A U shaped graph

[B. An inverted U shaped graph](#)

C. A straight 45o line

D. An M shaped graph

91. Η θερμοκρασία στην οποία νιώθουν πιο άνετα οι πιο πολλοί άνθρωποι με φυσιολογικό ρουχισμό είναι:

A. 25ο C

B. 15ο C

[Γ. 20ο C](#)

Δ. 30ο C

91. A comfortable temperature for most people in normal clothing is:

A. 25o C

B. 15o C

[C. 20o C](#)

D. 30o C

92. Μεταξύ των 5 κυριότερων οδηγιών για την αποφυγή stress στο θάλαμο διακυβέρνησης και προβλημάτων ασφάλειας της πτήσης είναι:

A. Προγραμματίσε ωράρια ύπνου και χρησιμοποίησε όλο το πλήρωμα

B. Προγραμματίσε ωράρια ύπνου και κάνε τα πράγματα απλά (keep it simple)

Γ. Χρησιμοποίησε όλο το πλήρωμα και διατήρησε μία καλή ατμόσφαιρα στο θάλαμο διακυβέρνησης

[Δ. Ποτέ μην τα παρατάς, πάντα υπάρχει η κατάλληλη λύση](#)

92. Among the 5 major guidelines to avoid stress in the cockpit and affecting safety are:

A. Planned sleep patterns and use all crew resources

B. Planned sleep patterns and keep it simple

C. Use all crew resources and keep a good flight deck atmosphere

[D. Never give up there is always a suitable response](#)

93. Τα πιο αποτελεσματικά όπλα στην καταπολέμηση του άγχους είναι:

A. Σχεδιασμός, εμπειρία και αυτοέλεγχος

B. Γνώση, εμπειρία και προνοητικότητα

[Γ. Γνώση, εμπειρία και CRM](#)

Δ. Σχεδιασμός, εμπειρία και CRM

93. Most successful weapons against high stress levels are:

A. Planning, experience and self-control

B. Learning, experience and anticipation

[C. Learning, experience and CRM](#)

D. Planning, experience and CRM

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

94. Όταν η θερμοκρασία του αίματος ανεβεί πάνω από....., οι ομοιοστατικοί μηχανισμοί του σώματος δεν μπορούν πια να αντιδράσουν:

- A. 40ο C
- B. 35ο C
- Γ. 50ο C
- [Δ. 41ο C](#)

94. Once the blood temperature rises above....., the Homeostatic mechanisms within the body can no longer cope:

- A. 40ο C
- B. 35ο C
- C. 50ο C
- [D. 41ο C](#)

95. Το επίπεδο υγρασίας στο οποίο νιώθουν πιο άνετα οι πιο πολλοί άνθρωποι με φυσιολογικό ρουχισμό είναι:

- A. 40%-50%
- B. 30%-40%
- Γ. 20%-50%
- [Δ. 40%-60%](#)

95. A comfortable humidity for most people in normal clothing is:

- A. 40%-50%
- B. 30%-40%
- C. 20%-50%
- [D. 40%-60%](#)

96. Για πόσο καιρό η εικονική μνήμη αποθηκεύει κάποια πληροφορία;

- A. 1-2 δευτερόλεπτα
- B. 2-3 δευτερόλεπτα
- [Γ. 0,5-1 δευτερόλεπτα](#)
- Δ. 7 δευτερόλεπτα?2 δευτερόλεπτα το μέγιστο

96. How long will the iconic memory store information?

- A. 1-2 seconds
- B. 2-3 seconds
- [C. 0,5-1 seconds](#)
- D. 7 seconds ?2 seconds maximum

97. Στην αισθητηριακή μνήμη υπάρχει διαφορετικός αποθηκευτικός χώρος για κάθε αισθητήριο όργανο;

- [A. Σωστό](#)
- B. Λάθος

97. In sensory memory there is a separate store for each sensory system?

- [A. True](#)
- B. False

98. Πόσα διαφορετικά αντικείμενα μπορεί κάποιος να κρατήσει στη βραχεία μνήμη;

- A. 8?2
- B. 9?2
- [Γ. 7?2](#)
- Δ. 6?2

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

98. How many separate items can be held in the short term memory?

- A. 8 ?2
- B. 9 ?2
- [C. 7 ?2](#)
- D. 6 ?2

99. Ποια η σχέση μεταξύ εγρήγορσης και απόδοσης;

- A. Η απόδοση αυξάνεται σε υψηλά επίπεδα εγρήγορσης
- B. Η απόδοση αυξάνεται τόσο σε υψηλά όσο και σε χαμηλά επίπεδα εγρήγορσης
- [Γ. Η απόδοση μειώνεται τόσο σε υψηλά όσο και σε χαμηλά επίπεδα εγρήγορσης](#)
- Δ. Η απόδοση αυξάνεται σε χαμηλά επίπεδα εγρήγορσης

99. What is the relationship between arousal and performance?

- A. Performance is increased at high levels of arousal
- B. Performance is increased by both high and low arousal levels
- [C. Performance is degraded by both high and low arousal levels](#)
- D. Performance is increased at low levels of arousal

100. Εάν ο διάδρομος προσγείωσης έχει καθοδική κλίση, πως αυτό επηρεάζει την προσέγγιση του πιλότου;

- [A. Το πιθανότερο θα είναι πολύ ψηλή](#)
- B. Το πιθανότερο θα είναι πολύ χαμηλή
- Γ. Το πιθανότερο θα είναι πολύ γρήγορη
- Δ. Το πιθανότερο θα είναι πολύ αργή

100. If a runway slopes downwards how does this effect the pilots' approach?

- [A. It is likely to be too high](#)
- B. It is likely to be too low
- C. It is likely to be too fast
- D. It is likely to be too slow

101. Εάν ο διάδρομος προσγείωσης έχει ανοδική κλίση, πως αυτό επηρεάζει την προσέγγιση του πιλότου;

- A. Το πιθανότερο θα είναι πολύ ψηλή
- [B. Το πιθανότερο θα είναι πολύ χαμηλή](#)
- Γ. Το πιθανότερο θα είναι πολύ γρήγορη
- Δ. Το πιθανότερο θα είναι πολύ αργή

101. If a runway slopes upwards how does this effect the pilots' approach?

- A. It is likely to be too high
- [B. It is likely to be too low](#)
- C. It is likely to be too fast
- D. It is likely to be too slow

102. Ποιες συνθήκες προσέγγισης μπορούν να προκαλέσουν black hole effect;

- A. Η προσγείωση τη νύχτα με χιονόνερο ή μεγάλη βροχόπτωση
- B. Η προσγείωση τη νύχτα σε ανεπαρκή φωτισμένο διάδρομο
- Γ. Η προσγείωση τη νύχτα με τα φώτα στο θάλαμο διακυβέρνησης να είναι πολύ έντονα
- [Δ. Η προσγείωση τη νύχτα χωρίς να υπάρχει φωτισμός στη προσέγγιση](#)

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

102. What approach conditions cause black hole effect?

- A. Landing at night in sleet or heavy rain
- B. Landing at night with a partially lit runway
- C. Landing at night with the cockpit instruments turned up too high
- [D. Landing at night when there are no lights on the approach](#)

103. Πως επηρεάζει την κρίση του πιλότου σε μία προσέγγιση το black hole effect;

- [A. Υπερεκτιμά το ύψος](#)
- B. Υποτιμά το ύψος
- Γ. Τείνει να προσεγγίσει πολύ γρήγορα
- Δ. Τείνει να προσεγγίσει πιο γρήγορα από το κανονικό

103. How does the black hole effect alter the pilots' judgement of the approach?

- [A. Overestimation of height](#)
- B. Underestimation of height
- C. Tends to make the approach much too fast
- D. Tends to make the approach faster than normal

104. Πως η ομίχλη επηρεάζει τη κρίση του πιλότου σε μία προσέγγιση;

- A. Υποτιμά την απόσταση λόγω της κακής ορατότητας μέσα από το παράθυρο του θαλάμου διακυβέρνησης
- B. Υποτιμά την απόσταση λόγω του ότι τα φώτα φαίνονται αμυδρά
- Γ. Υπερεκτιμά την απόσταση λόγω της κακής ορατότητας μέσα από το παράθυρο του θαλάμου διακυβέρνησης
- [Δ. Υπερεκτιμά την απόσταση λόγω του ότι τα φώτα φαίνονται αμυδρά](#)

104. How do misty/foggy conditions effect the pilots' judgement on the approach?

- A. Underestimating range due to illusionary effect through cockpit glass
- B. Underestimating range due to lights appearing dim
- C. Overestimating range due to illusionary effect through cockpit glass
- [D. Overestimating range due to lights appearing dim](#)

105. Η διάθλαση στο τζάμι λόγω βροχής κάνει την προσέγγιση:

- A. Απότομη
- [B. Πιο επίπεδη](#)
- Γ. Ταχύτερη
- Δ. Πιο αργή

105. Refraction due to rain on the windscreen makes the approach:

- A. Steeper
- [B. Flatter](#)
- C. Faster
- D. Slower

106. Η προσδοκία επηρεάζει την αντίληψη;

- [A. Σωστό](#)
- B. Λάθος

106. Expectation can affect perception?

- [A. True](#)
- B. False

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

107. Η οπτική σάρωση θα πρέπει να καλύπτει τον ουρανό σε αλληλοκαλυπτόμενους τομείς των:

- A. 5ο
- [B. 10ο](#)
- Γ. 15ο
- Δ. 20ο

107. A visual scan should cover the sky in overlapping sectors:

- A. 5ο
- [B. 10ο](#)
- C. 15ο
- D. 20ο

108. Η τεχνική σάρωσης θα πρέπει να διαφέρει την ημέρα από τη νύχτα:

- [A. Σωστό](#)
- B. Λάθος

108. The scanning technique should differ by day and night:

- [A. True](#)
- B. False

109. Ένα απομακρυσμένο αεροσκάφος αναγνωρίζεται και παραμένει σε σταθερά σχετική κατεύθυνση. Θα πρέπει;

- A. Να περιμένετε μέχρι το αεροσκάφος φανεί σε μεγάλο μέγεθος προτού κάνετε ενέργεια αποφυγής
- [B. Να κάνετε άμεσα ενέργεια αποφυγής](#)
- Γ. Περιμένετε 2 δευτερόλεπτα για να επιβεβαιώσετε την αναγνώριση και εκτελέστε ενέργεια αποφυγής

109. A distant aircraft is identified and remains on constant relative bearing. You should?

- A. Wait until the aircraft appears to grow larger before taking avoiding action
- [B. Take immediate avoiding action](#)
- C. Wait 2 seconds to reidentify and then take avoiding action

110. Εάν η εμφάνιση μίας παραισθησης είναι πιθανή σε ένα συγκεκριμένο αεροδρόμιο, ο κυβερνήτης θα πρέπει:

- A. Να μην πει τίποτα για να μην τρομάξει το πλήρωμα
- [B. Να ενημερώσει το πλήρωμα](#)
- Γ. Να αναφέρει το γεγονός στην εταιρεία του ώστε να ξέρουν και τα άλλα πληρώματα τον υπάρχον κίνδυνο

110. If an illusion is known to be possible at a particular aerodrome as Captain of the aircraft you should:

- A. Say nothing as it might frighten the crew
- [B. Ensure you brief the crew](#)
- C. Report the fact to your Operator so that other crews are aware of the danger

111. Πόσο διαρκεί ένας ελεύθερος κirkάδιος ρυθμός;

- A. 24 ώρες
- B. 48 ώρες
- [Γ. 25 ώρες](#)
- Δ. 29 ώρες

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

111. How long is a free running circadian rhythm?

- A. 24 hours
- B. 48 hours
- [C. 25 hours](#)
- D. 29 hours

112. Πότε ο κηρκάδιος κύκλος της θερμοκρασίας είναι στο χαμηλότερο σημείο του;

- [A. 05:00](#)
- B. 01:00
- Γ. 03:00
- Δ. Ποικίλλει από ημέρα σε ημέρα

112. When is the circadian cycle of temperature at its lowest?

- [A. 05:00](#)
- B. 01:00
- C. 03:00
- D. Varies from day to day

113. Από τι εξαρτάται η διάρκεια του ύπνου:

- A. Τη πνευματική και σωματική άσκηση που εκτελέσθηκε πριν τον ύπνο
- B. Τον αριθμό των ωρών που κάποιος ήταν ξύπνιος πριν κοιμηθεί
- [Γ. Την ώρα της ημέρας που κάποιος θα κοιμηθεί \(π.χ. όταν πέφτει η θερμοκρασία του σώματος\)](#)
- Δ. Την ποιότητα του REM ύπνου

113. What does the duration of sleep depend on:

- A. The mental and physical exercise taken prior to sleep
- B. The number of hours awake prior to sleep
- [C. Timing \(eg when the body temperature is falling\)](#)
- D. The quality of the REM sleep

114. Ποιο είναι το μέγιστο όφελος «μονάδων ύπνου» που μπορεί κάποιος να συσσωρεύσει και ποιο το ελάχιστο διάστημα για να το καταφέρει αυτό;

- A. 24 μονάδες σε 12 ώρες
- B. 8 μονάδες σε 16 ώρες
- Γ. 16 μονάδες σε 12 ώρες
- [Δ. 16 μονάδες σε 8 ώρες](#)

114. What is the maximum number of "sleep credits" that can be accumulated and what is the minimum time to accumulate them?

- A. 24 credits and it will take 12 hours
- B. 8 credits and it will take 16 hours
- C. 16 credits and it will take 12 hours
- [D. 16 credits and it will take 8 hours](#)

115. Πότε επέρχεται ο ύπνος βραδέων κυμάτων και τι αναζωογονεί;

- [A. Επέρχεται νωρίς στον κύκλο του ύπνου \(στάδια 3 και 4\) και αναζωογονεί το σώμα](#)
- B. Επέρχεται νωρίς στον κύκλο του ύπνου (στάδια 3 και 4) και αναζωογονεί τον εγκέφαλο
- Γ. Επέρχεται νωρίς στον κύκλο του ύπνου (στάδια 1 και 2) και αναζωογονεί το σώμα
- Δ. Επέρχεται αργά στον κύκλο του ύπνου (στάδια 3 και 4) και αναζωογονεί τον εγκέφαλο

115. When does orthodox (slow wave sleep) occur and what does it restore?

- [A. It occurs early in the sleep cycle \(stages 3 and 4\) and it restores the body](#)
- B. It occurs early in the sleep cycle (stages 3 and 4) and it restores the brain
- C. It occurs early in the sleep cycle (stages 1 and 2) and it restores the body
- D. It occurs early in the sleep cycle (stages 1 and 2) and it restores the brain

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

116. Πόσα στάδια υπάρχουν σε έναν κύκλο ύπνου;

A. 3 και ο REM

[B. 4 και ο REM](#)

Γ. 3 περιλαμβανομένου του REM

Δ. 4 περιλαμβανόμενου REM

116. How many stages are there in sleep cycle?

A. 3 plus REM

[B. 4 plus REM](#)

C. 3 included REM

D. 4 included REM

117. Πόσο διαρκεί ένα κύκλος ύπνου;

[A. 90 λεπτά](#)

B. 120 λεπτά

Γ. 60 λεπτά

Δ. 30 λεπτά

117. How long is a sleep cycle?

[A. 90 minutes](#)

B. 120 minutes

C. 60 minutes

D. 30 minutes

118. Ποια η λειτουργία του REM ύπνου;

A. Να αναζωογονεί το σώμα μετά την άσκηση

B. Να αναζωογονεί το σώμα και τον εγκέφαλο μετά από φυσική και πνευματική δραστηριότητα

[Γ. Να βοηθά την οργάνωση της μνήμης και τον συντονισμό των νέων πληροφοριών που μαθαίνονται](#)

Δ. Να εξασκεί τον εγκέφαλο ώστε να ετοιμάζεται για την επόμενη ημέρα

118. What is the function of REM sleep?

A. To refresh the body after exercise

B. To refresh the body and brain following physical and mental activity

[C. To assist in the organisation of memory and helping to co-ordinate and assimilate new information learned](#)

D. To exercise the brain so it is prepared for the next day

119. Πόσο χρειάζεται για τον κερκάδιο ρυθμό ενός πιλότου ώστε να επανασυγχρονιστεί στην τοπική ώρα αφού έχει διασχίσει ζώνες χρόνου;

A. Περίπου 2 ημέρες για 1-2 ώρες διαφορά ώρας

B. Περίπου 1 ημέρα για 1-2 ώρες διαφορά ώρας

Γ. Περίπου 2 ημέρες για 1-1,5 ώρα διαφορά ώρας

[Δ. Περίπου 1 ημέρα για 1-1,5 ώρα διαφορά ώρας](#)

119. How long does it take for the circadian rhythm to resynchronise to local time after crossing time zones?

A. Approximately 2 days per 1-2 hours of time change

B. Approximately 1 day per 1-2 hours of time change

C. Approximately 2 days per 1-1,5 hours of time change

[D. Approximately 1 day per 1-1,5 hours of time change](#)

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

120. Υπάρχει διαφορά στην προσαρμογή του κερκάδιου ρυθμού στις αλλαγές της ώρας εάν η πτήση είναι προς Δυτικά ή Ανατολικά;

[A. Ναι, υπάρχει πιο γρήγορη προσαρμογή για πτήσεις προς τα Δυτικά](#)

B. Ναι, υπάρχει πιο γρήγορη προσαρμογή για πτήσεις προς τα Ανατολικά

Γ. Όχι, δεν υπάρχει καμία διαφορά

Δ. Ναι, υπάρχει πιο αργή προσαρμογή για πτήσεις προς τα Δυτικά

120. Does it make any difference to the circadian rhythm adjusting to time zone changes if the flight is to the West or East?

[A. Yes, due to the free running of the circadian rhythm tends to adjust more quickly to West bound flights](#)

B. Yes, due to the free running of the circadian rhythm tends to adjust more quickly to East bound flights

C. No, it makes no difference. West or East has the same effect

D. Yes, due to the free running of the circadian rhythm tends to adjust more slowly to West bound flights

121. Πως επηρεάζει η κατανάλωση αλκοόλ πριν τον ύπνο, την οργάνωση του ύπνου;

A. Μία μικρή ποσότητα αλκοόλ (μία μπύρα) βοηθά στη χαλάρωση πριν τον ύπνο και άρα βοηθά σε καλύτερο ύπνο

B. Αυξάνει τη διάρκεια του REM ύπνου και άρα όλου του ύπνου

[Γ. Μειώνει τη διάρκεια του REM ύπνου και άρα όλου του ύπνου](#)

Δ. Δεν επηρεάζει σημαντικά τον ύπνο, αλλά άλλα συστήματα του σώματος

121. What effect does drinking alcohol before sleep have to the sleep pattern?

A. A small amount (one beer or a small whisky) is of help to relax the body prior to sleep and thus enhances the sleep pattern

B. It lengthens REM sleep and the length of sleep

[C. It shortens REM sleep and the length of sleep](#)

D. It has not significant effect on the sleep pattern itself but does effect other systems of the body adversely

122. Όταν κάποιος υποφέρει από έλλειψη ύπνου, η απόδοσή του θα μειωθεί περαιτέρω με την αύξηση του ύψους;

A. Όχι

[B. Ναι](#)

Γ. Μερικές φορές

Δ. Υπό ορισμένες συνθήκες

122. When suffering from sleep deprivation, will performance be further decreased by altitude?

A. No

[B. Yes](#)

C. Sometimes

D. Under certain circumstances

123. Μπορεί κάποιος να πετάξει ενώ υποφέρει από ναρκοληψία;

A. Εφόσον το επιτρέπει το Κέντρο Αεροπορικής Ιατρικής

B. Μερικές φορές

[Γ. Όχι](#)

Δ. Μόνο την ημέρα

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

123. Can you fly suffering from narcolepsy?

- A. Under the strict supervision of an Aviation Medical Specialist
- B. Sometimes
- [C. No](#)
- D. By day only

124. Ο Κυβερνήτης είναι ο απόλυτα υπεύθυνος για τις όλες τις αποφάσεις που λαμβάνονται στο Θάλαμο Διακυβέρνησης:

- [A. Σωστό](#)
- B. Λάθος

124. The Commander is ultimately responsible for all decisions made in the cockpit:

- [A. True](#)
- B. False

125. Μία απόφαση είναι καλή όταν:

- [A. Μπορεί να εφαρμοσθεί στον διαθέσιμο χρόνο](#)
- B. Ο χρόνος δεν παίζει ρόλο. Η απόφαση πρέπει να είναι σωστή
- Γ. Ο χρόνος μπορεί να παίζει κάποιο ρόλο αλλά η σωστή αντίληψη είναι ο σημαντικός παράγοντας
- Δ. Συμφωνούν τα υπόλοιπα μέλη του πληρώματος

125. A decision is "good" when:

- [A. It can be implemented within the available time](#)
- B. Time is not an issue. The decision must be correct
- C. Time can be an issue but the correct perception is the important factor
- D. When other members of the crew agree

126. Η προετοιμασία είναι βασική για τη σωστή λήψη απόφασης όταν ο χρόνος παίζει ρόλο:

- [A. Σωστό](#)
- B. Λάθος

126. Preparation is essential for good decision-making when time is an issue:

- [A. True](#)
- B. False

127. "Press-on-it is" είναι:

- [A. Ένα συχνό δίλημμα που αντιμετωπίζουν όλοι οι πιλότοι](#)
- B. Βιώνεται μόνο από ταλαντούχους πιλότους
- Γ. Συμβαίνει μόνο στους άπειρους πιλότους
- Δ. Σπάνια συμβαίνει στους καλούς πιλότους

127. " Press-on-tis " is a:

- [A. Common dilemma faced by all pilots](#)
- B. Is only experienced by skilled pilots
- C. Only happens to inexperienced pilots
- D. Is rarely faced by good pilots

128. Ο συγκυβερνήτης είναι υπεύθυνος για να ελέγχει την εφαρμογή των αποφάσεων του Κυβερνήτη:

- A. Σωστό
- [B. Λάθος](#)

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

128. The co-pilot is responsible for monitoring the implementation of the Commander's decision:

- A. True
- [B. False](#)

129. Οι άνθρωποι τείνουν να προσέχουν χτυπητά ερεθίσματα:

- [A. Σωστό](#)
- B. Λάθος

129. People tend to focus on salient cues:

- [A. True](#)
- B. False

130. Η κόπωση:

- [A. Μερικές φορές επηρεάζει τη λήψη αποφάσεων](#)
- B. Σπάνια επηρεάζει τη λήψη αποφάσεων
- Γ. Ποτέ δεν επηρεάζει τη λήψη αποφάσεων
- Δ. Πάντα επηρεάζει τη λήψη αποφάσεων

130. Fatigue/overload:

- [A. Sometimes affects decision-making](#)
- B. Rarely affects decision-making
- C. Never affects decision-making
- D. Always affects decision-making

131. Ο άνθρωπος είναι εξαιρετικά ικανός στην ακριβή εκτίμηση του κινδύνου:

- A. Σωστό
- [B. Λάθος](#)

131. Man is extremely capable o accurate risk assessment:

- A. True
- [B. False](#)

132. Οι πληροφορίες από το πλήρωμα είναι σημαντικός παράγοντας στη διαδικασία της λήψης αποφάσεων:

- [A. Σωστό](#)
- B. Λάθος

132. Input from the crew is an important factor in the decision-making process:

- [A. True](#)
- B. False

133. Η έλλειψη εμπειρίας θα επηρεάζει ως εξής τη διαδικασία λήψης αποφάσεων:

- A. Θα την επιταχύνει
- [B. Θα την επιβραδύνει](#)
- Γ. Δεν θα την επηρεάσει
- Δ. Θα την διακόψει

133. Lack of experience will have the following effect on the decision-making process:

- A. Will speed it up
- [B. Slow it down](#)
- C. Have no effect
- D. Disrupt the process

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

134. Η διαδικασία λήψης αποφάσεων πρέπει να περιλαμβάνει το πλήρωμα:

- [A. Σωστό](#)
- B. Λάθος

134. The decision-making process should include the crew:

- [A. True](#)
- B. False

135. Το οξυγόνο χρειάζεται στο ανθρώπινο σώμα για:

- A. Να καθαρίζει το αίμα από τα άχρηστα προϊόντα
- [B. Να παράγει ενέργεια από τις τροφές μέσω της οξείδωσης](#)
- Γ. Να παράγει διοξείδιο του άνθρακα για να διατηρεί τη σωστή οξύτητα του αίματος
- Δ. Να βοηθά στη μετατροπή των λιπών και των πρωτεϊνών σε υδατάνθρακες για την αναγέννηση των ιστών

135. Oxygen is required by the human body to:

- A. Clear the blood of impurities produced in the body
- [B. Derive energy from food by oxidation](#)
- C. Produce carbon dioxide to maintain the correct acidity of the blood
- D. To assure the conversion of fats and proteins to carbohydrates required for tissue regeneration

136. Το οξυγόνο μεταφέρεται στο αίμα:

- A. Διαλυμένο στο πλάσμα
- B. Συνδεδεμένο με την αιμοσφαιρίνη στα λευκά αιμοσφαίρια
- Γ. Συνδεδεμένο με τη μορφή φυσαλίδων με τα αιμοπετάλια
- [Δ. Συνδεδεμένο με την αιμοσφαιρίνη στα ερυθρά αιμοσφαίρια](#)

136. Oxygen is transported in the blood:

- A. Dissolved in the blood plasma
- B. In chemical combination with haemoglobin in the white blood cells
- C. As microscopic bubbles linked to blood platelets
- [D. In chemical combination with haemoglobin in the white blood cells In chemical combination with haemoglobin in the red blood cells](#)

137. Ο ύπνος βραδέων κυμάτων συμβαίνει:

- A. Κατά τη διάρκεια βραδείας δραστηριότητας του εγκεφάλου
- [B. Στα στάδια ύπνου 3 και 4](#)
- Γ. Στην αρχή του ύπνου
- Δ. Κατά τη διάρκεια των ονείρων του REM ύπνου

137. "Slow wave" sleep occurs:

- A. During low voltage high frequency Delta brain wave activity
- [B. Sleep stages 3 and 4](#)
- C. As an individual first starts to fall asleep
- D. During the dreaming stage of REM sleep

138. Η ενδυνάμωση και η οργάνωση της μνήμης όταν μαθαίνει νέες πληροφορίες συμβαίνει:

- [A. Στον REM ύπνο](#)
- B. Στον ύπνο βραδέων κυμάτων
- Γ. Στα στάδια του ύπνου 3 και 4
- Δ. Στα στάδια του ύπνου 1 και 2

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

138. Strengthening and organizing the human memory when learning new tasks is believed to occur in:

- [A. REM sleep](#)
- B. Slow wave sleep
- C. Sleep stages 3 and 4
- D. Stages 1 and 2 sleep

139. Ποιος είναι ο χρόνος χρήσιμης συνείδησης στα 30000 ft (μέτρια δραστηριότητα);

- A. 30 λεπτά
- [B. 45 δευτερόλεπτα](#)
- Γ. 12 δευτερόλεπτα
- Δ. 2-3 λεπτά

139. The time of useful consciousness for a pilot undertaking moderate activity when exposed to progressive decompression at 30000 ft?

- A. 30 minutes
- [B. 45 seconds](#)
- C. 12 seconds
- D. 2-3 minutes

140. Ποιο είναι το απαραίτητο οξυγόνο για άτομο με μέτρια δραστηριότητα στα 37000 ft

- A. 100% οξυγόνο υπό πίεση
- [B. Μείγμα οξυγόνου/αέρα](#)
- Γ. 100% οξυγόνο
- Δ. Μείγμα οξυγόνου/ήλιου

140. Required oxygen for an individual experiencing a moderate workload at 37000 ft can be provided by breathing:

- A. 100% oxygen under pressure
- [B. An oxygen/air mixture](#)
- C. 100% oxygen
- D. An oxygen/helium mixture

141. Το πιο επικίνδυνο χαρακτηριστικό ενός λανθασμένου νοητικού μοντέλου είναι ότι:

- A. Δημιουργείται κυρίως κάτω από συνθήκες χαμηλής εγρήγορσης
- B. Δημιουργείται κυρίως κάτω από συνθήκες άγχους
- [Γ. Είναι εξαιρετικά ανθεκτικό σε αλλαγές](#)
- Δ. Θα πρέπει συνεχώς να αλλάζει για να πληροί τις προσδοκίες του ατόμου

141. The most dangerous characteristic of a false mental model is that:

- A. It will mainly occur under conditions of low arousal
- B. It will mainly occur under conditions of stress
- [C. It is extremely resistant to change](#)
- D. It will always be modified to meet the expectations of the individual

142. Για να διευκολύνει κάποιος την ανάκτηση πληροφοριών από την μακρόχρονη μνήμη είναι απαραίτητο να:

- A. Μάθει να αποθηκεύει τις πληροφορίες με λογική σειρά
- [B. Να επαναλαμβάνει νοητά τις πληροφορίες προτού τις χρειαστεί](#)
- Γ. Να δομεί τις πληροφορίες πριν τις αποθηκεύσει στη μνήμη
- Δ. Να αποφεύγει άσκοπη ενεργοποίηση πληροφορίας που ξέρει ότι σύντομα θα χρειαστεί

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

142. To facilitate and reduce the time taken to access information in long-term memory it is necessary to:

- A. Learns to store information in a logical order
- [B. Mentally rehearse information before it is needed](#)
- C. Structure the information as much as possible before committing it to memory
- D. Avoid pointlessly activating information which we know will soon be needed

143. Το βαρότραυμα των παρραρινίων κόλπων συνήθως συμβαίνει:

- [A. Κατά την κάθοδο](#)
- B. Στους ηλικιωμένους επιβάτες
- Γ. Κατά την άνοδο
- Δ. Σε άτομα με ιστορικό καρδιακής νόσου

143. Barotrauma of the cranial sinuses is most likely to occur:

- [A. During the descent](#)
- B. Among elderly passengers
- C. In the climb
- D. In persons with a history of cardio-vascular problems

144. Κατά την οπτική σάρωση οι κινήσεις των ματιών πρέπει να είναι:

- A. Μεγάλες και τακτικές
- B. Μικρές και άτακτες
- [Γ. Μικρές και τακτικές](#)
- Δ. Μεγάλες και άτακτες

144. During visual scanning the eye movements should be:

- A. Large and frequent
- B. Small and infrequent
- [C. Small and frequent](#)
- D. Large and infrequent

145. Ποιος είναι ο χρόνος χρήσιμης συνείδησης στα 25000 ft σε περίπτωση ταχείας αποσυμπίεσης;

- A. 45-75 δευτερόλεπτα
- B. 30 λεπτά
- [Γ. 2 λεπτά](#)
- Δ. 12 δευτερόλεπτα

145. The time of useful consciousness for an individual experienced rapid decompression at an altitude of 25000 ft?

- A. 45-75 seconds
- B. 30 minutes
- [C. 2 minutes](#)
- D. 12 seconds

146. Σε πολιτικά αεροσκάφη, η πίεση της καμπίνας διατηρείται περίπου σε:

- A. Επίπεδο θαλάσσης
- B. 2000-3000 ft
- [Γ. 6000-8000 ft](#)
- Δ. 10000-12000 ft

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

146. The cabin pressure in commercial pressurized aircraft is normally maintained at an equivalent atmospheric pressure:

- A. Sea level
- B. 2000-3000 ft
- [C. 6000-8000 ft](#)
- D. 10000-12000 ft

147. Ένα άτομο που έχει κάνει κατάδυση με μπουκάλια θα πρέπει να μην πετάξει:

- A. Για 36 ώρες μετά την τελευταία κατάδυση
- B. Για 24 ή 48 ώρες εάν έχει βουτήξει σε βάθος πάνω από 30 ft
- Γ. Μόνο μετά τη συμβολή ιατρού εάν έχει βουτήξει σε βάθος πάνω από 30 ft
- [Δ. Για 12 ή 24 ώρες εάν έχει βουτήξει σε βάθος πάνω από 30 ft](#)

147. Any individual who has been SCUBA diving should avoid flying:

- A. Within 36 hours of the last dive
- B. Within 24 or 48 hours if a depth of 30 ft has been exceeded
- C. Only after consultation with a doctor if a depth of 30 ft has been exceeded
- [D. Within 12 or 24 hours if a depth of 30 ft has been exceeded](#)

148. Πόσα διαφορετικά αντικείμενα μπορεί κάποιος να κρατήσει στη βραχεία μνήμη;

- [A. 7?2](#)
- B. 7
- Γ. 5?2
- Δ. 4

148. The working memory is limited in its capacity to store unrelated items. The number of such items that may be stored with full attention is:

- [A. 7 ?2](#)
- B. 7
- C. 5 ?2
- D. 4

149. Η πληροφορία στη βραχεία μνήμη εάν δεν ανακληθεί θα χαθεί σε:

- A. 1-2 λεπτά
- B. 8-12 δευτερόλεπτα
- Γ. 5-10 λεπτά
- [Δ. 10-20 λεπτά](#)

149. If information in the working memory is not rehearsed it will be lost in:

- A. 1-2 minutes
- B. 8-12 seconds
- C. 5-10 minutes
- [D. 10-20 minutes](#)

150. Η ταχύτητα της διαδικασίας μάθησης μπορεί να αυξηθεί:

- A. Αυξάνοντας σταδιακά την ψυχολογική πίεση στους εκπαιδευόμενους
- B. Τιμωρώντας τον εκπαιδευόμενο για τα λάθη του
- [Γ. Επιβραβεύοντας τις επιτυχίες](#)
- Δ. Επιβραβεύοντας τα λάθη

150. The speed of any learning process can be increased by:

- A. Gradually increasing the psychological pressure on the students
- B. Punishing the learner for unsuccessful trials
- [C. Reinforcing successful trials](#)

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

151. Η λήψη αποφάσεων σε μία επείγουσα κατάσταση απαιτεί κυρίως:

- A. Ταχύτητα αντίδρασης
- [B. Την ανάθεση εργασιών και τον συντονισμό του πληρώματος](#)
- Γ. Σωστή εκτίμηση της κατάστασης
- Δ. Όλο το πλήρωμα να εστιάσει τη προσοχή του στο υπάρχον πρόβλημα

151. Decision-making in emergency situations requires primarily:

- A. Speed of reaction
- [B. The distribution of tasks and crew coordination](#)
- C. Strong situational awareness
- D. The whole crew to focus on the immediate problem

152. Η επίδραση του να καπνίζει κάποιος 20 τσιγάρα την ημέρα είναι να προκαλέσει υποξία ίση με αυτή που βιώνει κάποιος:

- A. 2000-3000 ft
- [B. 5000-6000 ft](#)
- Γ. Αύξηση κατά 20% από τον υπάρχον υψόμετρο
- Δ. 5000-8000 ft

152. The effect on an individual of smoking 20 cigarettes a day is to increase the experienced altitude by:

- A. 2000-3000 ft
- [B. 5000-6000 ft](#)
- C. A factor of about 20% of the ambient pressure
- D. 5000-8000 ft

153. Η αύξηση του υψομέτρου μπορεί να προκαλέσει διάταση του εντέρου εάν υπάρχει αέρας. Η πιθανότητα αυτή μπορεί να μειωθεί:

- A. Μειώνοντας τις ποσότητες των λαμβανόμενων υγρών στις απαραίτητες για να μην αφυδατωθεί κάποιος
- B. Ακολουθώντας τρόπο ζωής που έχει ως αποτέλεσμα την τακτική λειτουργία του εντέρου
- [Γ. Αποφεύγοντας πριν τη πτήση τροφές που παράγουν αέρια](#)
- Δ. Λαμβάνοντας αντιόξινα φάρμακα όταν παρουσιαστεί το πρόβλημα

153. The effect of an increasing altitude on the gastrointestinal tract may cause stretching of the small bowel if gas is present. This possibility may be reduced by:

- A. Limiting the amounts of liquids taken during the flight to sufficient to relieve dryness of the mouth
- B. Following a lifestyle which leads to regular bowel movement
- [C. Avoiding before flight the foodstuffs that causes the production of intestinal gases](#)
- D. Taking mild antacid tablets when the problem first arises

154. Ένας πιλότος που θα εμφανίσει νόσο αποσυπίεσης θα πρέπει:

- A. Να κατέβει χαμηλότερα όπου θα εξαφανιστούν τα συμπτώματα και να συνεχίσει την πτήση στο ίδιο ή χαμηλότερο ύψος
- B. Να ελαττώσει την πίεση της καμπίνας ώστε να ανακουφιστεί τα συμπτώματα
- Γ. Να συνεχίσει την πτήση σε χαμηλότερο ύψος και να εκτελεί ασκήσεις ώστε να ανακουφίσει το πόνο στο προσβεβλημένο μέλος
- [Δ. Να προσγειωθεί άμεσα](#)

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

154. A pilot suffering from decompression sickness should:

- A. Descent to a lower level where the symptoms will disappear and continue the flight this or a lower level
- B. Decrease the cabin pressure to relieve the symptoms
- C. Continue the flight at a lower altitude and carry out exercises to relieve the pain in the affected site
- D. Land as soon as possible and seek medical assistance

155. Οι τιμές θερμοκρασίας και υγρασίας στο θάλαμο διακυβέρνησης για να αισθάνεται άνετα το πλήρωμα είναι:

- A. 15οC με 30οC με σχετική υγρασία 40-60%
- B. 10οC με 25οC με σχετική υγρασία 20-30%
- Γ. 15οC με 30οC με σχετική υγρασία 70-80%
- Δ. 30οC με 40οC με σχετική υγρασία 30-40%

155. The temperature range of a flight deck to be comfortable should be:

- A. 15o C to 30 o C with a relative humidity 40-60%
- B. 10 o C to 25 o C with a relative humidity 20-30%
- C. 15 o C to 30 o C with a relative humidity 70-80%
- D. 30 o C to 40 o C with a relative humidity 30-40%

156. Ο παράγοντας που αυξάνει περισσότερο τον κίνδυνο για καρδιαγγειακή νόσο είναι:

- A. Οικογενειακό ιστορικό
- B. Ανεπαρκής άσκηση
- Γ. Παχυσαρκία
- Δ. Κάπνισμα

156 The factor which most increases the risk of coronary heart disease is:

- A. Family history
- B. Lack of exercise
- C. Obesity
- D. Smoking

157. Για ποιο λόγο θα πρέπει να γίνεται έλεγχος στα συστήματα θέρμανσης:

- A. Για να προληφθεί δηλητηρίαση από διοξείδιο του άνθρακα και πιθανή πυρκαγιά
- B. Για να προληφθεί δηλητηρίαση από διοξείδιο του άνθρακα και πιθανή πυρκαγιά και έκρηξη
- Γ. Για να προληφθεί δηλητηρίαση από μονοξείδιο του άνθρακα

157. Why is it essential to ensure that the combustion heaters are serviceable:

- A. To prevent carbon dioxide poisoning and possible fire
- B. To prevent carbon dioxide poisoning and possible fire or explosion
- C. To prevent carbon monoxide poisoning

158. Εσωτερική αναπνοή είναι:

- A. Ο έλεγχος από τον εγκέφαλο του καρδιακού ρυθμού
- B. Η ανταλλαγή οξυγόνου και διοξειδίου του άνθρακα και νερού στα κύτταρα
- Γ. Η κατακράτηση της αναπνοής

158. Internal respiration is:

- A. The brain's control of the pulse rate
- B. The exchange of oxygen with carbon dioxide and water in the cells
- C. The retention of breath

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

159. Που λαμβάνει χώρα η ανταλλαγή του οξυγόνου και του διοξειδίου του άνθρακα και των υδρατμών:

- A. Στις αρτηρίες
- B. Στις φλέβες
- [Γ. Στα τριχοειδή](#)
- Δ. Στις πνευμονικές φλέβες και αρτηρίες

159. Where does the exchange of oxygen and carbon dioxide+water vapour take place:

- A. the arteries
- B. the veins
- [C. the capillaries](#)
- D. the pulmonary veins and arteries

160. Σφάλματα ικανότητας συμβαίνουν μόνο:

- A. Σε όσους έχουν ελάχιστη ή καθόλου εμπειρία
- B. Σε αυτούς που βρίσκονται στη διαδικασία μάθησης
- Γ. Σε αυτούς που έχουν μάθει μόνο εν μέρει μία διαδικασία ή ένα σύστημα
- [Δ. Σε αυτούς με εμπειρία](#)

160. Skill based errors only occur:

- A. in those with little or no experience
- B. in those who are in the learning process
- C. in those who have only part learned a procedure/system
- [D. in those with experience](#)

161. Κατά την εκτίμηση των δεδομένων οι πιλότοι επηρεάζονται:

- A. από την τεχνικές του γνώσεις
- [B. από την υπάρχουσα εμπειρία τους](#)
- Γ. από την εκτίμηση της πραγματικής κατάστασης
- Δ. από την κατάσταση της υγείας τους

161. In evaluating data pilots are influenced by:

- A. their technical knowledge
- [B. their previous experience](#)
- C. situation awareness
- D. their state of health

162. Η ικανοποίηση από την εργασία είναι μετρήσιμη

- [A. Σωστό](#)
- B. Λάθος

162. Job satisfaction is measurable

- [A. True](#)
- B. False

163. Η αυτοπειθαρχία είναι ένα βασικό χαρακτηριστικό του ιδανικού πιλότου:

- [A. Σωστό](#)
- B. Λάθος

163. Self discipline is an essential quality of the "ideal" pilot

- [A. True](#)
- B. False

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

164. Ο κύριος παράγοντας στον γενικό πληθυσμό που προδιαθέτει ένα άτομο να πάθει έμφραγμα είναι:

- [Α. Οικογενειακό ιστορικό](#)
- B. Κάπνισμα
- Γ. Υψηλή σε λιπαρά διαίτα
- Δ. Υψηλή αρτηριακή πίεση

164. The major factor in the general population which predisposes an individual to heart attack is:

- [A. family history](#)
- B. smoking
- C. the amount of saturated fats in the diet
- D. hypertension (high blood pressure)

165. Τα ερυθρά κύτταρα παράγονται στον οργανισμό"

- [Α. στον μυελό των οστών](#)
- B. στον σπλήνα
- Γ. στο ήπαρ και το πάγκρεας
- Δ. στο ήπαρ και το σπλήνα

165. The red blood cells are produced in the body by:

- [A. the bone marrow](#)
- B. the spleen
- C. the liver and pancreas
- D. the liver and spleen

166. Ο φυσιολογικός χρόνος αντίδρασης για μία απλή απάντηση σε ένα μόνο ερέθισμα είναι περίπου:

- A. 1"
- B. 0,5"
- [Γ. 0,2"](#)
- Δ. 0,75"

166. The normal reaction time for a simple response to a single stimulus is about:

- A. A. 1"
- B. 0,5"
- [C. 0,2"](#)
- D. 0,75"

167. Σε επίπεδο θαλάσσης το ποσοστό του οξυγόνου στις κυψελίδες των πνευμόνων είναι

- A. 78%
- B. 40%
- Γ. 21%
- [Δ. 14%](#)

167. At sea level the percentage of oxygen within the alveoli of the lungs is about:

- A. 78%
- B. 40%
- C. 21%
- [D. 14%](#)

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

168. Σε έλλειψη οπτικών ερεθισμάτων εκτός του κόκπιτ το ανθρώπινο μάτι θα προσαρμοστεί φυσιολογικά στο:

- A. άπειρο
- [B. λιγότερο από 2 μέτρα](#)
- Γ. περίπου 5 μέτρα
- Δ. λίγα εκατοστά

168. With no visual references outside the cockpit the human eye will normally adjust to a focal length of:

- A. infinity
- [B. less than 2 metres](#)
- C. about 5 metres
- D. a few centimeters

169. Η μόνιμη ακύρωση της πτητικής ικανότητας γίνεται σε ιπτάμενο που υποφέρει

- A. άγχος και φοβίες
- [B. σχιζοφρένεια και μανιοκατάθλιψη](#)
- Γ. παραλήρημα
- Δ. κατάθλιψη

169. The permanent denial of a flying license will be the result of a pilot suffering from:

- A. anxiety and phobic states
- [B. schizophrenia and manic depression](#)
- C. obsessional disorders
- D. depression

170. Το πιο εμφανές σύμπτωμα ατόμου που υποφέρει από δηλητηρίαση από μονοξείδιο του άνθρακα είναι:

- A. μυϊκή αδυναμία
- B. κυάνωση των χειλιών και των δακτύλων
- Γ. περιορισμός της όρασης
- [Δ. κόκκινα σαν κεράσι χείλη και μάγουλα](#)

170. The most obvious sign of an individual suffering from carbon monoxide poisoning is:

- E. muscular impairment
- F. cyanosis of the lips and fingernails
- G. sensory loss, particularly tunneling of vision
- [H. cherry red lips and flushed cheeks](#)

171. Ο υπεραερισμός:

- [A. είναι απίθανος κάτω από 2000 πόδια](#)
- B. μπορεί να προκαλέσει θάνατο ένα δεν διορθωθεί
- Γ. μπορεί να προκληθεί από πολύ χαμηλή ποσότητα διοξειδίου του άνθρακα στο αίμα
- Δ μπορεί να προκληθεί από πολύ χαμηλή ποσότητα οξυγόνου στο αίμα

171. Hyperventilation

- [A. is unlikely below 2000 feet](#)
- B. is likely to result in death if not corrected
- C. may be caused by having too little carbon dioxide in the blood
- D. can result from an inadequate partial pressure of oxygen

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

172. Μετά από μετάγγιση μυελού των οστών απαγορεύεται η πτήση για:

- A. 72 ώρες
- B. 48 ώρες
- Γ. 24 ώρες
- Δ. 12 ώρες

172..Following the donation of bone marrow a pilot may not operate an aircraft for

- A. 72 hours
- B. 48 hours
- C. 24 hours
- D. 12 hours

173. Πως ελέγχεται η συχνότητα και το βάθος της αναπνοής:

- A. Από το ποσό της οξυαιμοσφαιρίνης στο αίμα και τους πνεύμονες
- B. Από το ποσό της αιμοσφαιρίνης στο αίμα και τους πνεύμονες
- Γ. Από το ποσό του διοξειδίου του άνθρακα και του οξυγόνου στο αίμα και τους πνεύμονες
- Δ. Από το ποσό του ανθρακικού οξέος και του μίγματος υδρατμών/αζώτου στο αίμα και τους πνεύμονες

173. How is the rate and depth of breathing controlled?

- A. By the amount of oxy-haemoglobin in the blood and lungs
- B. By the amount of haemoglobin in the blood and lungs
- C. By the amount of carbon dioxide and oxygen in the blood and lungs
- D. By the amount of carbonic acid and water vapour/nitrogen mixture in the blood and lungs

174. Ποια είναι η λειτουργία της δεξιάς και αριστερής κοιλίας της καρδιάς;

- A. Δεξιά: Μεταφέρει αποξυγονομένο αίμα στους πνεύμονες
Αριστερή: Μεταφέρει οξυγονομένο αίμα στο σώμα
- B. Δεξιά: Μεταφέρει οξυγονομένο αίμα στο σώμα
Αριστερή: Μεταφέρει αποξυγονομένο αίμα στους πνεύμονες
- Γ. Δεξιά: Μεταφέρει οξυγονομένο αίμα στους πνεύμονες
Αριστερή: Μεταφέρει αποξυγονομένο αίμα στο σώμα
- Δ. Δεξιά: Μεταφέρει οξυγονομένο αίμα στους πνεύμονες
Αριστερή: Μεταφέρει οξυγονομένο αίμα στο σώμα

174. What is the function of the left and right ventricle?

- A. Left: Pumps deoxygenated blood to the lungs
Right: Pumps oxygenated blood around the body
- B. Left: Pumps oxygenated blood around the body
Right: Pumps deoxygenated blood to the lungs
- C. Left: Pumps oxygenated blood to the lungs
Right: Pumps deoxygenated blood around the body
- D. Left: Pumps oxygenated blood to the lungs
Right: Pumps oxygenated blood around the body

175. Οι υποδοχείς πίεσως στο σώμα επηρεάζουν:

- A. τα ευρήματα στο ΗΚΓ
- B. την συστολή και διαστολή των αγγείων μόνο
- Γ. τα ευρήματα του ΗΕΓ
- Δ. την συστολή και διαστολή των αγγείων και τον καρδιακό ρυθμό

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

175. Do pressoreceptors affect the:

- A. ECG readings
- B. Tightening and relaxation of the blood vessels only
- C. EEG readings
- [D. Tightening and relaxation of the blood vessels and the pulse rate](#)

176. Ποιο το % ποσοστό του οξυγόνου και του διοξειδίου του άνθρακα στις κυψελίδες στο επίπεδο θαλάσσης

- A. 15.5%-6.6%
- B. 16.5%-7.6%
- [Γ. 14.0%-5.3%](#)
- Δ. 21.0%-0.5%

176. What is the % of oxygen and carbon dioxide in the alveoli at sea level?

- A. 15.5%-6.6%
- B. 16.5%-7.6%
- [C. 14.0%-5.3%](#)
- D. 21.0%-0.5%

177. Τα ερεθίσματα στέλνονται στο νευρικό σύστημα με τη μορφή:

- A. ηλεκτρικού
- B. χημικού
- Γ. βιολογικού
- [Δ. ηλεκτρικού και χημικού](#)

177. Messages are sent in the nervous system by the following means:

- A. Electrical
- B. Chemical
- C. Biological
- [D. Electrical and chemical](#)

178. Ποιο τμήμα του αυτιού αισθάνεται τις γραμμικές επιταχύνσεις και επιβραδύνσεις:

- [A. τα οστάρια στο μέσο αυτί](#)
- B. οι ωτόλιθοι στο μέσο αυτί
- Γ. οι ωτόλιθοι στους ημικύκλιους σωλήνες

178. . Which part of the ear senses linear accelerations and decelerations?

- [A. the ossicles in the middle ear](#)
- B. the otoliths in the middle ear
- C. the otoliths in the semi circular canals

179. Το σύστημα αγωγής ακοής συνιστάται από:

- [A. το τύμπανο και τα οστάρια](#)
- B. τους ημικύκλιους σωλήνες και τους ωτόλιθους
- Γ. τον κοχλία και την ευσταχιανή σάλπιγγα
- Δ. τον κοχλία και τον λαβύρινθο

179. The conductive system consists of:

- [A. the ear drum and ossicles](#)
- B. the semi circular canals and otoliths
- C. the cochlea and Eustachian tube
- D. the cochlea and the mitus

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

180. Οι ωτόλιθοι ανιχνεύουν επιτάχυνση μεγαλύτερη από:"

- A. 0.001 m/s²
- B. 0.01 m/s²
- [Γ. 0.1 m/s²](#)
- Δ. 1 m/s²

180. The otoliths detect acceleration greater than:

- A. 0.001 m/s²
- B. 0.01 m/s²
- [C. 0.1 m/s²](#)
- D. 1 m/s²

181.Ο μέγιστος αριθμός ραβδίων βρίσκεται.....από την ωχρά κηλίδα:

- [A. 10ο](#)
- B. 20ο
- Γ. 15ο
- Δ. 30ο

181. The maximum number of rods are found.....from the fovea:

- [A. 10ο](#)
- B. 20ο
- C. 15ο
- D. 30ο

182. Ένας άνδρας θεωρείται υπέρβαρος όταν ο Δείκτης Σωματικής Μάζας είναι πάνω από

- A. 20
- [B. 25](#)
- Γ. 30
- Δ. 35

182. A man is considered to be overweight if his Body Mass Index is over:

- A. 20
- [B. 25](#)
- C. 30
- D. 35

183. Το Αυτόνομο Νευρικό σύστημα είναι ένα σύστημα βιολογικού ελέγχου το οποίο είναι νευροορμονικό και δεν είναι αυτορρυθμιζόμενο σε φυσιολογικές συνθήκες

- A. Σωστό
- [B. Λάθος](#)

183. The ANS is a biological control system which is neurohormonal and, like other, is not self-regulating in normal circumstances.

- A. True
- [B. False](#)

184. Καθοδηγούμαστε απόανάγκες καιανάγκες

- A. Κοινωνικές Βασικές
- B. Φυσικές Βασικές
- [Γ. Φυσιολογικές Κοινωνικές](#)
- Δ. Φυσιολογικές Βασικές

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

184. We are driven by.....needs and.....needs

- A. Social Basic
- B. Physical Basic
- C. Physiological Social
- D. Physiological Basic

185. Η μειωμένη εγρήγορση προδιαθέτει για εμφάνιση μικρού ύπνου

- A. Σωστό
- B. Λάθος

185. Hypovigilance is akin to a microsleep

- A. True
- B. False

186. Ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος ανάλυσης της προσωπικότητας;

- A. Ομαδική θεραπεία
- B. Γραπτά ερωτηματολόγια
- Γ. Προσωπικές συνεντεύξεις
- Δ. Ανάλυση με μοντέλο δύο διαστάσεων

186. What is the most effective way of analyzing personality?

- A. group therapy
- B. written questionnaires
- C. personal interviews
- D. two dimensional model analysis

187. Πως θα περιγράφατε έναν πιλότο που είναι επιθετικό και ευμετάβλητος;

- A. Επιθετικός εξωστρεφής
- B. Απρόβλεπτος εξωστρεφής
- Γ. Αναξιόπιστος εξωστρεφής
- Δ. Αγχώδης εξωστρεφής

187. How would a person who is aggressive and changeable be described:

- A. Aggressive extravert
- B. Unpredictable extravert
- C. Unreliable extravert
- D. Anxious extravert

188. Ποια τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας ενός καλού πιλότου;

- A. Αξιόπιστος και σταθερός
- B. Σταθερός και εξωστρεφής
- Γ. Αξιόπιστος και εξωστρεφής
- Δ. Αξιόπιστος, ήρεμος και εξωστρεφής

188. What are the personality traits of a good pilot?

- A. Reliable and stable
- B. Stable and extraverted
- C. Reliable and extraverted
- D. Reliable, calm and extraverted

189. Δεν υπάρχει καθόλου χώρος για αυταρχικότητα στον αέρα

- A. Σωστό
- B. Λάθος

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

189. There is no place at all for authoritarianism in the air:

- A. True
- [B. False](#)

190. CFIT σημαίνει:

- A. Controlled Flight in Terminal airspace
- [B. Controlled Flight into Terrain](#)
- Γ. Controlled Flight in Training
- Δ. Controlled Flight in Taxiways (ελικόπτερα)

190. CFIT means:

- A. Controlled Flight in Terminal airspace
- [B. Controlled Flight into Terrain](#)
- C. Controlled Flight in Training
- D. Controlled Flight in Taxiways (helicopters)

191. Ένας άνδρας θεωρείται παχύσαρκος εάν το BMI (Body Mass Index) είναι πάνω από:

- A. 18
- B. 25
- Γ. 22
- [Δ. 30](#)

191. A man is considered to be obese if his BMI (Body Mass Index) is over:

- A. 18
- B. 25
- C. 22
- [D. 30](#)

192. Η αναπνοή 100% οξυγόνου παρέχει επαρκές οξυγόνο για φυσιολογική αναπνοή μέχρι του ύψους:

- A. 24000 ft
- B. 33700 ft
- Γ. 10000 ft
- [Δ. 40000 ft](#)

192. Breathing 100% oxygen will supply sufficient oxygen for normal respiration up to an altitude of:

- A. 24000 ft
- B. 33700 ft
- C. 10000 ft
- [D. 40000 ft](#)

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

1. Με ποιο τρόπο μεταφέρεται το οξυγόνο στο ανθρώπινο σώμα;

- A. Με τα ερυθρά αιμοσφαίρια συνδεδεμένο με διοξείδιο του άνθρακα
- B. Με τα ερυθρά αιμοσφαίρια συνδεδεμένο με άζωτο και υδρατμούς
- Γ. Με τα ερυθρά αιμοσφαίρια συνδεδεμένο με αιμοσφαιρίνη
- Δ. Με τα ερυθρά αιμοσφαίρια συνδεδεμένο με άζωτο, ορμόνες και πλάσμα

1. How is oxygen transported around the body?

- A. By the red cells combined with carbon dioxide
- B. By the red cells combined with nitrogen and water vapours
- C. By the red cells combined with haemoglobin
- D. By the red cells combined with nitrogen, hormones and plasma

2. Ποια από τα παρακάτω αποτελούν τα συμπτώματα της δηλητηρίασης από μονοξείδιο του άνθρακα;

- A. Ερυθρότητα προσώπου, πονοκέφαλος, κοιλιακό άλγος, ναυτία, αίσθημα λήθαργου
- B. Δυσκολία στην αναπνοή, ερυθρότητα προσώπου, πονοκέφαλος, κοιλιακό άλγος, ναυτία, αίσθημα λήθαργου
- Γ. Ερυθρότητα προσώπου, πονοκέφαλος, κοιλιακό άλγος, ναυτία, ίλιγγος
- Δ. Ερυθρότητα προσώπου, πονοκέφαλος, μειωμένη κρίση, συσφιγτικό αίσθημα στο πρόσωπο

2. List the symptoms of carbon monoxide poisoning?

- A. Ruddy complexion, headache, stomach cramps, nausea, feeling lethargic
- B. Difficulty in the breathing, ruddy complexion, headache, stomach cramps, nausea, feeling lethargic
- C. Ruddy complexion, headache, stomach cramps, nausea, giddiness
- D. Ruddy complexion, headache, tightness across the forehead, impaired judgement

3. Οι επιδράσεις του καπνίσματος σε σχέση με τη πτήση είναι:

- A. Η πρώιμη εμφάνιση της υποξίας λόγω φαινομενικής αύξησης του ύψους και η μείωση της νυχτερινής όρασης
- B. Η πρώιμη εμφάνιση της υποξίας λόγω φαινομενικής αύξησης του ύψους
- Γ. Η πρώιμη εμφάνιση της υποξίας λόγω φαινομενικής αύξησης του ύψους με μέγιστο τα 40000 ft
- Δ. Η πρώιμη εμφάνιση της υποξίας λόγω φαινομενικής αύξησης του ύψους με συνέπεια τον κίνδυνο εμφάνισης αναιμίας

3. The effects of smoking particularly in relation to aviation are:

- A. An early onset of hypoxia due to an apparent increase in altitude and a reduction in night vision
- B. An early onset of hypoxia due to an apparent increase in altitude
- C. An early onset of hypoxia due to an apparent increase in altitude up to maximum of 40000 ft
- D. An early onset of hypoxia due to an apparent increase in altitude with a resulting risk of anemia

4. Οι καπνιστές θα βιώσουν την υποξία σε μεγαλύτερο ή χαμηλότερο ύψος καμπίνας από ότι οι μη καπνιστές;

- A. Σε μεγαλύτερο ύψος καμπίνας
- B. Σε χαμηλότερο ύψος καμπίνας
- Γ. Περίπου στο ίδιο ύψος
- Δ. Το κάπνισμα, αν και γενικά βλάπτει, μειώνει τις επιδράσεις της υποξίας

4. Will smokers experience hypoxia higher or lower cabin altitude than non- smokers?

- A. At a higher cabin altitude
- B. At a lower cabin altitude
- C. At the same cabin altitude
- D. Smoking, although harmful in other ways, lessens the effects of hypoxia

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

5. Ένας πιλότος πρέπει να μην πετάξει για τουλάχιστον 24 ώρες μετά από αιμοδοσία

- A. Σωστό
- B. Λάθος

5. A pilot must wait to fly for at least 24 hours after blood donation

- A. True
- B. False

6. Το φυσιολογικό της αρτηριακής πίεσης είναι:

- A. Συστολική 120 mm Hg και Διαστολική 80 mm Hg
- B. Συστολική 80 mm Hg και Διαστολική 120 mm Hg
- Γ. Συστολική 120 mm Hg και Διαστολική 120 mm Hg
- Δ. Συστολική 80 mm Hg και Διαστολική 80 mm Hg

6. The normal range of blood pressure is:

- A. Systolic 120 mm Hg and Diastolic 80 mm Hg
- B. Systolic 80 mm Hg and Diastolic 120 mm Hg
- C. Systolic 120 mm Hg and Diastolic 120 mm Hg
- D. Systolic 80 mm Hg and Diastolic 80 mm Hg

7. Υπόταση είναι:

- A. Υψηλή πίεση αίματος
- B. Υψηλός καρδιακός ρυθμός
- Γ. Χαμηλή πίεση αίματος
- Δ. Χαμηλός καρδιακός ρυθμός

7. Hypotension is:

- A. High blood pressure
- B. High pulse rate
- C. Low blood pressure
- D. Low pulse rate

8. Η αιμοσφαιρίνη έχει την τάση να συνδέεται με το μονοξείδιο του άνθρακα σε σχέση με το οξυγόνο με ένα συντελεστή:

- A. 100-120
- B. 210-250
- Γ. 200
- Δ. 10-20

8. Haemoglobin has a preference to carbon monoxide over oxygen by a factor:

- A. 100-120
- B. 210-250
- C. 200
- D. 10-20

9. Η αντιμετώπιση της δηλητηρίασης από μονοξείδιο του άνθρακα θα πρέπει να περιλαμβάνει:

- A. Άμεση κάθοδος σε MSA
- B. Αύξηση της έντασης της θέρμανσης της καμπίνας
- Γ. Διατήρηση της θερμοκρασίας του σώματος του ασθενούς όσο το δυνατόν χαμηλότερα
- Δ. Διακοπή του καπνίσματος

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

9. Treatment of carbon monoxide should include:

- A. Immediate descent to MSA
- B. Turn up cabin heat
- C. Keep the patient's body temperature as low as possible
- D. Stop all smoking

10. Η χαμηλή αρτηριακή πίεση μπορεί να οδηγήσει:

- A. Χαμηλή θερμοκρασία σώματος
- B. Μειωμένη αντοχή στις επιταχύνσεις
- Γ. Έμφραγμα
- Δ. Στηθάγχη

10. Low blood pressure can lead to:

- A. Low body temperature
- B. Reduced tolerance to G forces
- C. Infarct
- D. Angina

11 Όταν η μερική πίεση του οξυγόνου στις κυψελίδες είναι 55 mm Hg, ποιο είναι το μέγιστο ύψος καμπίνας που μπορεί να φτάσει κάποιος αναπνέοντας 100% οξυγόνο χωρίς πίεση;

- A. 33,700 ft
- B. 44.000 ft
- Γ. 10.000 ft
- Δ. 40.000 ft

11 With an alveolar partial pressure of oxygen of 55 mm Hg, what is the maximum altitude to breathe 100% oxygen without pressure?

- A. 33,700 ft
- B. 44.000 ft
- C. 10.000 ft
- D. 40.000 ft

12 Ποια είναι τα συστατικά της ατμόσφαιρας;

- A. Οξυγόνο 22%, Άζωτο 77%, Άλλα αέρια 1%
- B. Οξυγόνο 22%, Άζωτο 78%, Άλλα αέρια 2%
- Γ. Οξυγόνο 21%, Άζωτο 78%, Άλλα αέρια 1%
- Δ. Οξυγόνο 22%, Άζωτο 77%, Άλλα αέρια 1%

12 What are the constituents of atmosphere?

- A. Oxygen 22%, Nitrogen 77%, other gases 1%
- B. Oxygen 22%, Nitrogen 78%, other gases 2%
- C. Oxygen 21%, Nitrogen 78%, other gases 1%
- D. Oxygen 22%, Nitrogen 77%, other gases 2%

13. Η λήψη 100% οξυγόνου σε ύψος καμπίνας 40000 ft , δημιουργεί στις κυψελίδες μερική πίεση οξυγόνου ίση με αυτή που υπάρχει χωρίς τη λήψη οξυγόνου σε ύψος ατμόσφαιρας:

- A. 20.000 ft
- B. 10.000 ft
- Γ. 25.000 ft
- Δ. 30.000 ft

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

13. On a 100% oxygen at 40000 ft, what height in the atmosphere does the partial pressure of oxygen in the alveoli equate to?

- A. 20.000 ft
- B. 10.000 ft
- C. 25.000 ft
- D. 30.000 ft

14. Σε ποιο ύψος η μερική πίεση του οξυγόνου στις κυψελίδες είναι περίπου η μισή από ότι στο επίπεδο θαλάσσης;

- A. 10.000 ft
- B. 25.000 ft
- Γ. 30.000 ft
- Δ. 18.000 ft

14. At what height is the partial pressure of oxygen in the lungs approximately half that at sea level?

- A. 10.000 ft
- B. 25.000 ft
- C. 30.000 ft
- D. 18.000 ft

15. Ποιο το ποσοστό του οξυγόνου στην ατμόσφαιρα στα 35.000 ft;

- A. 25%
- B. 21%
- Γ. 32%
- Δ. 30%

15. What is the percentage of oxygen in the atmosphere at 35.000 ft?

- A. 25%
- B. 21%
- C. 32%
- D. 30%

16. Ποιο είναι ένα από τα αρχικά συμπτώματα της υποξίας;

- A. Κυάνωση των χειλιών
- B. Κοιλιακό άλγος
- Γ. Πόνοι στις αρθρώσεις
- Δ. Μειωμένη κρίση

16. What is one of the initial indications of hypoxia?

- A. Blue tings in the lips
- B. Stomach cramps
- C. Pain in the joints
- D. Impaired judgement

17. Γιατί το κρύο μας κάνει πιο ευαίσθητους στην υποξία;

- A. Η καρδιά λειτουργεί πιο γρήγορα και χρειάζεται πιο πολύ οξυγόνο
- B. Λόγω του ρίγους, χρειάζεται πιο πολύ ενέργεια και άρα πιο πολύ οξυγόνο
- Γ. Μειώνεται η θερμοκρασία του σώματος, το οποίο γίνεται λιγότερο αποτελεσματικό στη λήψη του οξυγόνου
- Δ. Μειώνεται η θερμοκρασία του σώματος και κυρίως της κεφαλής με αποτέλεσμα την εξασθένηση του εγκεφάλου

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

17. Why does cold make you more susceptible to hypoxia?

- A. Heart beats faster which uses up more oxygen
- B. More oxygen is required when shivering therefore more oxygen used
- C. Lowers temperature of the body, which makes it less efficient
- D. Lowers temperature of the body and especially the head which has a debilitating effect on the brain

18. Ποια είναι η πρώτη ενέργεια που θα πρέπει να κάνει ο πιλότος σε περίπτωση ταχείας αποσυμπίεσης της καμπίνας σε ύψος άνω των 10000 ft;

- A. Κάθοδος όσο το δυνατόν γρηγορότερα
- B. Να φορέσει την μάσκα οξυγόνου και να ελέγξει την ροή του οξυγόνου
- Γ. Να προειδοποιήσει τους επιβάτες
- Δ. Κάθοδος και έλεγχος των επιβατών

18. What it is the first action that should be taken by the pilot in the event a cabin decompression above 10000 ft?

- A. Descent as soon as possible
- B. Don oxygen mask and check oxygen flow
- C. Warn the passengers
- D. Descent and check passengers

19. Κατά τη διάρκεια της πτήσης, κάποιος παραπονιέται ότι αισθάνεται ζάλη, «βαρύ το κεφάλι», μουδιάσματα στις άκρες των δακτύλων και αναπνέει γρήγορα. Από τι μπορεί να υποφέρει;

- A. Υποξική υποξία ή υπεραερισμό
- B. Ίλιγγο
- Γ. Κυάνωση
- Δ. Υπεραερισμό

19. In flight someone complains of feeling light-headed, dizzy, tingling at the fingertips and is breathing rapidly. What may he be suffering from?

- A. Hypoxic hypoxia or hyperventilation
- B. Vertigo
- C. Cyanosis
- D. Hyperventilation

20. Το επίπεδο του διοξειδίου του άνθρακα στο αίμα είναι μεγαλύτερο του φυσιολογικού. Ο εγκέφαλος:

- A. Αυξάνει τον ρυθμό αναπνοής και τον καρδιακό ρυθμό
- B. Μειώνει τον ρυθμό αναπνοής και τον καρδιακό ρυθμό
- Γ. Μειώνει τον ρυθμό αναπνοής και αυξάνει τον καρδιακό ρυθμό
- Δ. Αυξάνει τον ρυθμό αναπνοής και μειώνει τον καρδιακό ρυθμό

20. The carbon dioxide level of the blood is higher than normal. Does the brain:

- A. Increase the rate of breathing and pulse rate
- B. Decrease the rate of breathing and pulse rate
- C. Decrease the rate of breathing and increase the pulse rate
- D. Increase the rate of breathing and decrease the pulse rate

21. Ποιος είναι ο χρόνος χρήσιμης συνείδησης στα 20000 ft (μέτρια δραστηριότητα);

- A. 5 λεπτά
- B. 1 λεπτό
- Γ. 10 λεπτά
- Δ. 30 δευτερόλεπτα

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

21. What are the times of useful consciousness at 20000 ft (moderate activity)?

- A. 5 min
- B. 1 min
- C. 10 min
- D. 30 sec

22. Εάν τα συμπτώματα του υπεραερισμού συμβούν σε ύψος όπου δεν υπάρχει υπόνοια υποξίας, ποια είναι η σωστή διορθωτική ενέργεια;

- A. Κάθοδος σε MSL
- B. Μείωση ρυθμού και βάθους των αναπνοών
- Γ. Αύξηση ρυθμού αναπνοών
- Δ. Εάν είναι δυνατόν, ξάπλωσε τον πάσχοντα και βοήθησέ τον να ηρεμήσει

22. If the symptoms of hyperventilation occur at an altitude where hypoxia is not a consideration what is the correct remedial action?

- A. Descent to MSL
- B. Decrease rate and depth of breathing
- C. Increase rate of breathing
- D. If possible, lay flat and help to calm sufferer

23. Τι αυξάνει τον κίνδυνο για εμφάνιση νόσου αποσυμπίεσης κατά την πτήση;

- A. Κατάδυση με φιάλη λίγο πριν τη πτήση
- B. Ελεύθερη κατάδυση (χωρίς φιάλη) λίγο πριν τη πτήση
- Γ. Αλκοόλ
- Δ. Κάπνισμα

23. What increases the risk of DCS occurring in flight?

- A. Scuba diving shortly before the flight
- B. Snorkle diving shortly before the flight
- C. Alcohol
- D. Smoking

24. Ποιοι είναι οι περιορισμοί για να πετάξει κάποιος μετά από κατάδυση με φιάλες;

- A. Να μην πετάξει για 48 ώρες εάν το βάθος κατάδυσης είναι πάνω από 40 ft, αλλιώς το χρονικό όριο είναι 12 ώρες
- B. Να μην πετάξει για 48 ώρες εάν το βάθος κατάδυσης είναι πάνω από 30 ft, αλλιώς το χρονικό όριο είναι 24 ώρες
- Γ. Να μην πετάξει για 12 ώρες εάν το βάθος κατάδυσης είναι 30 ft, αλλιώς το χρονικό όριο είναι 24 ώρες
- Δ. Να μην πετάξει για 24 ώρες εάν το βάθος κατάδυσης είναι πάνω από 30 ft, αλλιώς το χρονικό όριο είναι 12 ώρες

24. What are the restrictions to flying after scuba diving?

- A. Non flying within 48 hours if a depth of 40 ft has been exceeded, otherwise the limit is 12 hours
- B. Non flying within 48 hours if a depth of 30 ft has been exceeded, otherwise the limit is 24 hours
- C. Non flying within 12 hours if a depth of 30 ft has been reached, otherwise the limit is 24 hours
- D. Non flying within 24 hours if a depth of 30 ft has been exceeded, otherwise the limit is 12 hours

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

25. Ένας πιλότος εκτέλεσε ελεύθερη κατάδυση (χωρίς φιάλες) και ξεπέρασε σε βάθος τα 30ft. Υπάρχουν περιορισμοί σε ότι αφορά το χρόνο που μπορεί να πετάξει;

- A. Να μην πετάξει τις επόμενες 12 ώρες
- B. Να μην πετάξει τις επόμενες 12 ώρες συν 10 λεπτά για κάθε 10 ft βαθύτερα από 30 πόδια
- Γ. Όχι
- Δ. Να μην πετάξει τις επόμενες 6 ώρες

25. A pilot has executed snorkelling and has exceeded a depth the 30 ft. Are there any restrictions to him/her flying?

- A. No flying within 12 hours
- B. No flying for 12 hours plus 30 min for every 10 ft deeper than 30 feet
- C. No
- D. No flying within 6 hours

26. Το ύψος στο οποίο η ατμοσφαιρική πίεση είναι η μισή από ότι σε MSL είναι:

- A. 8000 ft
- B. 18000 ft
- Γ. 34000 ft
- Δ. 33700 ft

26. The altitude that pressure will be half that of MSL in the standard atmosphere is:

- A. 8000 ft
- B. 18000 ft
- C. 34000 ft
- D. 33700 ft

27. Ο νόμος των αερίων του Henry βρίσκει εφαρμογή στη πτήση:

- A. Ακουστικό βαροτραύμα
- B. Νόσος αποσυμπίεσης
- Γ. Δηλητηρίαση από μονοξείδιο του άνθρακα
- Δ. Μερική πίεση στις κυψελίδες

27. Henry's law has application in Human Performance to:

- A. Otic Barotrauma
- B. DCS
- C. Carbon monoxide poisoning
- D. Partial pressure in the alveoli

28. Η υποξική υποξία επηρεάζει τη νυχτερινή όραση;

- A. Σωστό
- B. Λάθος

28. Hypoxic Hypoxia effects night vision?

- A. True
- B. False

29. Η αναιμική υποξία:

- A. Εμφανίζεται με την αύξηση του ύψους
- B. Δημιουργείται λόγω αποσυμπίεσης
- Γ. Δημιουργείται λόγω καπνίσματος
- Δ. Εμφανίζεται με τη κόπωση

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

29. Anaemic Hypoxia can be:

- A. Brought on by altitude
- B. Caused by decompression
- C. Caused by smoking
- D. Brought on by fatigue

30. Σε πολιτικά αεροσκάφη, η πίεση της καμπίνας διατηρείται περίπου σε:

- A. Επίπεδο θαλάσσης
- B. 6000-8000 ft
- Γ. 10000 ft
- Δ. Κάτω 5000 ft

30. In commercial aircraft cabin pressure is normally maintained at:

- A. Sea level
- B. 6000-8000 ft
- C. 10000 ft
- D. Below 5000 ft

31. Σε περίπτωση αποσυμπίεσης, το αεροσκάφος πρέπει:

- A. Να κατέβει σε MSL
- B. Να κατέβει στα 10000 ft
- Γ. Να προσγειωθεί το δυνατόν συντομότερα
- Δ. Να κατέβει κάτω από τα 10000 ft

31. In the event of decompression the aircraft must:

- A. Descent to MSL
- B. Descent to 10000 ft
- C. Land as soon as possible
- D. Descend to below 10000 ft

32. Τα chokes σχετίζονται με:

- A. Υπεραερισμό
- B. Νόσο αποσυμπίεσης
- Γ. Απόφραξη των βρόγχων
- Δ. Απώλεια οξυγόνου

32. The "Chokes" are associated with:

- A. Hyperventilation
- B. DCS
- C. Blockage of the alveoli
- D. Oxygen loss

33. Το να αναπνέει κάποιος 100% οξυγόνο στα 40000 ft είναι σαν να αναπνέει φυσιολογικά σε ύψος:

- A. Επιπέδου θαλάσσης
- B. 20000 ft
- Γ. 40000 ft
- Δ. 10000 ft

33. Breathing 100% oxygen at 40000 ft is equivalent of breathing normally at:

- A. Sea level
- B. 20000 ft
- C. 40000 ft
- D. 10000 ft

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

34. Το έξω, μέσο και έσω αυτί είναι γεμάτα αντίστοιχα με:

- A. Αέρα, αέρα, υγρό
- B. Αέρα, υγρό, υγρό
- Γ. Υγρό, αέρα, αέρα
- Δ. Υγρό, υγρό, αέρα

34. The outer, middle and inner ear are filled with:

- A. Air, air, liquid
- B. Air, liquid, liquid
- C. Liquid, air, air
- D. Liquid, liquid, air

35. Ποιος είναι ο σκοπός ύπαρξης της Ευσταχιανής σάλπιγγας:

- A. Να επιτρέπει την δίοδο των ηχητικών κυμάτων από το μέσο αυτί στο ακουστικό νεύρο
- B. Να επιτρέπει την εξίσωση της υπάρχουσας πίεσης και στις δύο πλευρές του τυμπάνου
- Γ. Να επιτρέπει την εξίσωση της υπάρχουσας πίεσης από στην πλευρά του μέσου ωτός
- Δ. Να επιτρέπει την εξίσωση της υπάρχουσας πίεσης στον λαβύρινθο

35. What is the purpose of Eustachian tube:

- A. To pass sound waves across the middle ear to the auditory nerve
- B. To allow ambient pressure to equalise on both sides of the ear drum
- C. To allow ambient pressure to equalise on middle ear side of the ear drum
- D. To allow ambient pressure to equalise on both sides of the Vestibular apparatus

36. Τι προκαλεί τη κώφωση αγωγιμότητας;

- A. Βλάβη του έξω ωτός
- B. Βλάβη του πτερυγίου του ωτός
- Γ. Βλάβη στα ακουστικά οστάρια ή το τύμπανο του ωτός
- Δ. Βλάβη του μέσου ωτός

36. What causes conductive deafness?

- A. Damage to the outer ear
- B. Damage to the pinna
- C. Damage to the ossicles or the eardrum
- D. Damage to the middle ear

37. Τι είναι η κώφωση λόγω θορύβου;

- A. Απώλεια ακοής λόγω βλάβης στα ακουστικά οστάρια
- B. Απώλεια ακοής λόγω βλάβης στον λαβύρινθο
- Γ. Απώλεια ακοής λόγω βλάβης στο μέσο ους
- Δ. Απώλεια ακοής λόγω βλάβης στο κοχλία

37. What is the noise induced hearing loss (NIHL)?

- A. Loss of hearing due to damage to the ossicles
- B. Loss of hearing due to damage to the Vestibular apparatus
- C. Loss of hearing due to damage to the middle ear
- D. Loss of hearing due to damage to the cochlea

38. Από τι εξαρτάται η κώφωση λόγω θορύβου;

- A. Από την ένταση και τη διάρκεια θορύβου άνω των 100 decibels
- B. Τη διάρκεια θορύβου άνω των 100 decibels
- Γ. Τη διάρκεια θορύβου άνω των 110 decibels
- Δ. Από την ένταση και τη διάρκεια θορύβου άνω των 90 decibels

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

38. On what does noise induced hearing loss (NIHL) depend?

- A. Both the intensity and duration of the noise above 100 decibels
- B. The duration of the noise above 100 decibels
- C. The duration of the noise above 110 decibels
- D. Both the intensity and duration of the noise above 90 decibels

39. Ποια είναι η πιο σημαντική αίσθηση του ανθρώπου για τον προσανατολισμό στο χώρο;

- A. Ακοή και ισορροπία
- B. Όραση
- Γ. Seat of the pants
- Δ. Όλες οι αισθήσεις παίζουν το δικό τους ρόλο

39. What is the most important sense for spatial orientation?

- A. Hearing and balance
- B. Sight
- C. Seat of the pants
- D. All senses play their part in situation awareness

40. Εάν ένα αεροσκάφος επιταχύνει, τι σήμα δίνουν οι ωτόλιθοι στον εγκέφαλο;

- A. Ότι το ρύγχος του αεροσκάφους έχει καθοδική γωνία
- B. Ότι το αεροσκάφος στρίβει
- Γ. Ότι το αεροσκάφος ανεβαίνει και στρίβει
- Δ. Ότι το ρύγχος του αεροσκάφους έχει ανοδική γωνία

40. If an aircraft accelerates, what do the otoliths indicate to the brain?

- A. That the aircraft nose is pitching down
- B. That the aircraft is turning
- C. That the aircraft is climbing and turning
- D. That the aircraft is pitching up

41. Πότε ένας πιλότος μπορεί να βιώσει την παραίσθηση the leans;

- A. Σε όλες τις φάσεις της πτήσης
- B. Κατά την άνοδο
- Γ. Κατά την κάθοδο
- Δ. Κατά την άνοδο ή την κάθοδο

41. When can a pilot experience the "leans"?

- A. In all flight conditions
- B. In the climb
- C. In the descent
- D. In the climb or the descent

42. Σε τι πρέπει να βασιστεί ένας πιλότος εάν πάθει παραίσθηση κατά την διάρκεια IMC;

- A. Στην όραση
- B. Να στρίψει το κεφάλι του ώστε να συνέλθει από την παραίσθηση
- Γ. Στην αίσθηση της ισορροπίας
- Δ. Στα όργανα

42. What should a pilot rely on if disoriented in IMC?

- A. Vision
- B. Turning head to recover from disorientation
- C. Sense of balance
- D. Instruments

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

43. Το εύρος των συχνοτήτων που μπορεί να ακούσει ένα υγιές άτομο είναι:

- A. 70-15000 κύκλοι το δευτερόλεπτο
- B. 80-20000 κύκλοι το δευτερόλεπτο
- Γ. 500-15000 κύκλοι το δευτερόλεπτο
- Δ. 20-20000 κύκλοι το δευτερόλεπτο

43. The frequency band that a healthy young person can hear is:

- A. 70-15000 cycles per second
- B. 80-20000 cycles per second
- C. 500-15000 cycles per second
- D. 20-20000 cycles per second

44. Η πρεσβυακουσία είναι η έκπτωση της ακοής λόγω:

- A. Βλάβης του κοχλία
- B. Βλάβης των ημικύκλιων σωλήνων
- Γ. Ηλικίας
- Δ. Καπνίσματος

44. Presbycusis is an impairment of hearing due to:

- A. Damage to the cochlea
- B. Damage to the semi-circular canals
- C. Age
- D. Smoking

45. Ο λαβύρινθος ανιχνεύει:

- A. Γραμμικές επιταχύνσεις
- B. Γωνιακές επιταχύνσεις
- Γ. Γωνιακές και γραμμικές επιταχύνσεις
- Δ. +g

45. The Vestibular apparatus detects:

- A. Linear acceleration
- B. Angular acceleration
- C. Angular and linear acceleration
- D. + G

46. Εάν μία σταθερή στροφή διατηρείται , τότε μία ξαφνική κίνηση (μεγαλύτερη από) θα προκαλέσει το φαινόμενο Coriolis

- A. 4ο το δευτερόλεπτο
- B. 5ο το δευτερόλεπτο
- Γ. 3ο το δευτερόλεπτο
- Δ. 2ο το δευτερόλεπτο

46. If a steady turn is being maintained, then a sudden movement (greater than about) it may cause a phenomenon known as the Coriolis effect:

- A. 4o a second
- B. 5o a second
- C. 3o a second
- D. 2o a second

47. Ίλιγγος μπορεί να προκληθεί από μία αποφραγμένη Ευσταχιανή σάλπιγγα:

- A. Σωστό
- B. Λάθος

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

47. Vertigo can be caused by a blocked Eustachian tube:

- A. True
- B. False

48. Ποιο μέρος του ματιού έχει την καλύτερη οπτική οξύτητα;

- A. Ο αμφιβληστροειδής
- B. Η ωχρά κηλίδα
- Γ. Ο φακός
- Δ. Ο κερατοειδής

48. Which part of eye has the best visual acuity?

- A. The retina
- B. The fovea
- C. The lens
- D. The cornea

49. Τι είναι η «μυωπία άδειου πεδίου»

- A. Είναι όρος που χρησιμοποιείται όταν το μάτι δεν έχει να εστιάσει κάπου, εστιάζει στο άπειρο
- B. Είναι όρος που χρησιμοποιείται όταν το μάτι δεν έχει να εστιάσει κάπου, εστιάζει μεταξύ 4 και 6 μέτρων
- Γ. Είναι όρος που χρησιμοποιείται όταν το μάτι δεν έχει να εστιάσει κάπου, εστιάζει μεταξύ 10 και 12 μέτρων
- Δ. Είναι όρος που χρησιμοποιείται όταν το μάτι δεν έχει να εστιάσει κάπου, εστιάζει μεταξύ 1 και 1,5 μέτρο

49. What is the "empty field myopia"?

- A. It is term used when the eye if it has nothing on which to focus will tend to focus at infinity
- B. It is term used when the eye if it has nothing on which to focus will tend to focus between 4 and 6 metres
- C. It is term used when the eye if it has nothing on which to focus will tend to focus between 10 and 12 metres
- D. It is term used when the eye if it has nothing on which to focus will tend to focus between 1 and 1,5 metre

50. Επιτρέπεται σε ένα πιλότο που φορά διπλεσσιακούς φακούς επαφής να πετά;

- A. Ναι
- B. Ναι εφόσον το επιτρέπει εξουσιοδοτημένος ιατρός Αεροπορικής Ιατρικής
- Γ. Ναι εφόσον το επιτρέπει το Κέντρο Αεροπορικής Ιατρικής
- Δ. Όχι

50. Is a pilot allowed to fly wearing bi-focal contact lenses?

- A. Yes
- B. Yes, if cleared to do so by a qualified Aviation Specialist
- C. Yes if cleared to do so by the Authority
- D. No

51. Ποιοι 4 παράγοντες επηρεάζουν τη νυχτερινή όραση;

- A. Ηλικία, αλκοόλ, ύψος και κάπνισμα
- B. Ηλικία, ο φωτισμός των οργάνων, ύψος και κάπνισμα
- Γ. Ο φωτισμός των οργάνων, αλκοόλ, ύψος και κάπνισμα
- Δ. Ηλικία, αλκοόλ, ύψος και ο φωτισμός των οργάνων

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

51. Who 4 factors effect night vision?

- A. Age, alcohol, altitude and smoking
- B. Age, instrument lights, altitude and smoking
- C. Instrument lights, alcohol, altitude and smoking
- D. Age, alcohol, altitude and instrument lights

52. Τα κωνία ανιχνεύουν..... και είναι κυρίως συγκεντρωμένα.....:

- A. Μαύρο και άσπρο στην ωχρά κηλίδα
- B. Χρώμα στην ωχρά κηλίδα
- Γ. Μαύρο και άσπρο στον αμφιβληστροειδή
- Δ. Χρώμα στην είσοδο του οπτικού νεύρου

52. Cones detect..... And are mostly concentrated on.....:

- A. Black and white fovea
- B. Colour fovea
- C. Black and white retina
- D. Colour entry point

53. Ποια είναι η σωστή ενέργεια σε περίπτωση καταιγίδας με κεραυνούς κατά την πτήση:

- A. Κλείνουμε τα φώτα του θαλάμου διακυβέρνησης
- B. Ανοίγουμε στο μέγιστο τα φώτα του θαλάμου διακυβέρνησης
- Γ. Φοράμε εάν υπάρχουν γυαλιά ηλίου

53. What is the recommended course of action if encountering an electrical storm during flight:

- A. Turn the cockpit lights down
- B. Turn he cockpit lights to full
- C. Put on sunglasses if available

54. Που βρίσκεται το «τυφλό σημείο»

- A. Στην ίριδα
- B. Στον κερατοειδή
- Γ. Στην άκρη του φακού
- Δ. Στην είσοδο του οπτικού νεύρου

54. Where is the "blind spot"?

- A. On the iris
- B. On the cornea
- C. On the edge of the lens
- D. At the entrance to the optic nerve

55. Η περιφερική όραση λειτουργεί με:

- A. Τα ραβδία
- B. Τα κωνία
- Γ. Τα κωνία και τα ραβδία
- Δ. Η ωχρά κηλίδα

55. Peripheral vision is looked after by the:

- A. Rods
- B. Cones
- C. Rods and cones
- D. Fovea

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

56. Η έλλειψη οξυγόνου επηρεάζει την όραση;

- A. Ναι
- B. Όχι
- Γ. Μερικές φορές
- Δ. Εξαρτάται από την υγεία του ατόμου

56. Does lack of oxygen affect sight?

- A. Yes
- B. No
- C. Sometimes
- D. It depends on the health of the individual

57. Η ποσότητας του φωτός που επιτρέπεται να εισέλθει στο μάτι ελέγχεται από:

- A. Τον κερατοειδή
- B. Τον αμφιβληστροειδή
- Γ. Την ίριδα
- Δ. Την ωχρά κηλίδα

57. The amount of light allowed to enter the eye is controlled by the:

- A. Cornea
- B. Retina
- C. Iris
- D. Fovea

58. Η προσαρμογή του ματιού ελέγχεται από:

- A. Τους οφθαλμικούς μύες
- B. Την ίριδα
- Γ. Τον φακό
- Δ. Τον κερατοειδή

58. Accommodation is controlled by the:

- A. Ciliary muscles
- B. Iris
- C. Lens
- D. Cornea

59. Η προσαρμογή της όρασης στο σκοτάδι θέλει περίπου.....για τα ραβδία καιγια τα κωνία

- A. 30 λεπτά 7 λεπτά
- B. 7 λεπτά 30 λεπτά
- Γ. 15 λεπτά 20 λεπτά
- Δ. 25 λεπτά 45 λεπτά

59. Dark adaptation takes about.....for the rods andfor the cones

- A. 30 minutes 7 minutes
- B. 7 minutes 30 minutes
- C. 15 minutes 20 minutes
- D. 25 minutes 45 minutes

60. Η στεροσκοπική όραση σχετίζεται με :

- A. Τη νυχτερινή πτήση
- B. Την αντίληψη του βάθους
- Γ. Την οπτική οξύτητα
- Δ. Την αχρωματοψία

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

60. Stereopsis is associated with:

- A. Night flying
- B. Depth perception
- C. Acuity
- D. Colour blindness

61. Ο αστιγματισμός φυσιολογικά σχετίζεται με:

- A. Τον αμφιβληστροειδή
- B. Την ωχρά κηλίδα
- Γ. Την ίριδα
- Δ. Τον κερατοειδή

61. Astigmatism is normally associated with:

- A. Retina
- B. Fovea
- C. Iris
- D. Cornea

62. Το γλαύκωμα προκαλείται από:

- A. Αύξηση της πίεσης του ματιού
- B. Μείωση της πίεσης του ματιού
- Γ. Βλάβη του κερατοειδούς
- Δ. Βλάβη του αμφιβληστροειδούς

62. Glaucoma is caused by:

- A. An increase in the pressure of the eye
- B. A decrease in the pressure of the eye
- C. A defect of the cornea
- D. A defect of the retina

63. Ο καταρράκτης σχετίζεται με:

- A. Τον αμφιβληστροειδή
- B. Τους δακρυϊκούς πόρους
- Γ. Την ίριδα
- Δ. Τον φακό

63. Cataracts are associated with:

- A. Retina
- B. Tear ducts
- C. Iris
- D. Lens

64. Η αχρωματοψία επηρεάζει την οπτική οξύτητα;

- A. Ναι
- B. Όχι

64. Does colour blindness affect acuity?

- A. Yes
- B. No

65. Ένας πιλότος με ύψος 2 μέτρα και βάρος 80 κιλά, τι BMI (BODY MASS INDEX) έχει

- A. 22
- B. 24
- Γ. 18
- Δ. 20

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

65. A pilot is 2 metres tall and weighs 80 kgs, calculate his BMI index:

- A. 22
- B. 24
- C. 18
- D. 20

66. Ένας πιλότος με BMI (BODY MASS INDEX) 26 και ύψος 1,75 μέτρα, τι βάρος είναι:

- A. 92 κιλά
- B. 78,5 κιλά
- Γ. 85 κιλά
- Δ. 79,5 κιλά

66. A pilot has BMI index of 26 and is 1,75 metres tall, what is his/her weight:

- A. 92 kgs
- B. 78,5 kgs
- C. 85 kgs
- D. 79,5 kgs

67. Με βάση το BMI (BODY MASS INDEX) πότε ένας πιλότος θεωρείται υπέρβαρος;

- A. Πάνω από 30 για άνδρες και 29 για γυναίκες
- B. Πάνω από 26 για άνδρες και 22 για γυναίκες
- Γ. 30 για άνδρες και 29 για γυναίκες
- Δ. Πάνω από 25 για άνδρες και 24 για γυναίκες

67. Using the BMI formula, when will pilots be considered overweight?

- A. Over 30 for men and 29 for women
- B. Over 26 for men and 22 for women
- C. 30 for men and 29 for women
- D. Over 25 for men and 24 for women

68. Με βάση το BMI (BODY MASS INDEX) πότε ένας πιλότος θεωρείται παχύσαρκος;

- A. Πάνω από 30 για άνδρες και 28 για γυναίκες
- B. Πάνω από 26 για άνδρες και 29 για γυναίκες
- Γ. Πάνω από 30 για άνδρες και 29 για γυναίκες
- Δ. Πάνω από 32 για άνδρες και 26 για γυναίκες

68. Using the BMI formula, when will pilots be considered obese?

- A. Over 30 for men and 28 for women
- B. Over 26 for men and 29 for women
- C. Over 30 for men and 29 for women
- D. Over 32 for men and 26 for women

69. Ποια είναι η εβδομαδιαία κατανάλωση αλκοόλ που μπορεί να προκαλέσει βλάβη;

- A. 22 μονάδες για άνδρες και 14 για γυναίκες
- B. 21 μονάδες για άνδρες και 15 για γυναίκες
- Γ. 24 μονάδες για άνδρες και 14 για γυναίκες
- Δ. 21 μονάδες για άνδρες και 14 για γυναίκες

69. What is the weekly level of alcohol consumption that will cause physical damage?

- A. 22 units for men and 14 for women
- B. 21 units for men and 15 for women
- C. 24 units for men and 14 for women
- D. 21 units for men and 14 for women

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

70. Με τι ρυθμό αποβάλλει το σώμα το αλκοόλ;

- A. Περίπου 1,5 μονάδα την ώρα
- B. Περίπου 2 μονάδες την ώρα
- Γ. Περίπου 2,5 μονάδες την ώρα
- Δ. Περίπου 1 μονάδα την ώρα

70. At what rate does the body remove alcohol from the system?

- A. Approximately 1,5 unit an hour
- B. Approximately 2 units an hour
- C. Approximately 2,5 units an hour
- D. Approximately 1 unit an hour

71. Ποιο είναι το ελάχιστο χρονικό διάστημα που πρέπει ένας πιλότος να σταματήσει να πίνει αλκοόλ προτού πετάξει;

- A. 6 ώρες αλλά εξαρτάται από το ποσό του αλκοόλ που έχει καταναλώσει
- B. 24 ώρες αλλά εξαρτάται από το ποσό του αλκοόλ που έχει καταναλώσει
- Γ. 12 ώρες αλλά εξαρτάται από το ποσό του αλκοόλ που έχει καταναλώσει
- Δ. 8 ώρες αλλά εξαρτάται από το ποσό του αλκοόλ που έχει καταναλώσει

71. Which is the absolute minimum time a pilot should stop drinking before flying?

- A. 6 hours but it depends upon the amount of alcohol that has been consumed
- B. 24 hours but it depends upon the amount of alcohol that has been consumed
- C. 12 hours but it depends upon the amount of alcohol that has been consumed
- D. 8 hours but it depends upon the amount of alcohol that has been consumed

72. Ποια από τις παρακάτω ασθένειες θεωρείται από τις πιο φονικές στον κόσμο;

- A. Τυφοειδής πυρετός
- B. Ελονοσία
- Γ. Κίτρινος Πυρετός
- Δ. Γρίπη

72. Which of the following diseases is one of the world's biggest killer?

- A. Typhoid
- B. Malaria
- C. Yellow Fever
- D. Influenza

73. Πόση άσκηση είναι αρκετή για να μειώσει τον κίνδυνο καρδιακής νόσου;

- A. Τακτική άσκηση και αύξηση του καρδιακού ρυθμού 100% για τουλάχιστο 20 λεπτά 2 φορές την εβδομάδα
- B. Αύξηση του καρδιακού ρυθμού 100% για τουλάχιστο 20 λεπτά 3 φορές την εβδομάδα
- Γ. Αύξηση του καρδιακού ρυθμού 100% για τουλάχιστο 30 λεπτά 3 φορές την εβδομάδα
- Δ. Τακτική άσκηση και αύξηση του καρδιακού ρυθμού 100% για τουλάχιστο 20 λεπτά 3 φορές την εβδομάδα

73. How much exercise is sufficient to reduce the risk of coronary disease?

- A. Regular and raise the pulse by 100% for at least 20 minutes 2 times a week
- B. Raise the pulse by 100% at least 20 minutes 3 times a week
- C. Raise the pulse by 100% at least 30 minutes 3 times a week
- D. Regular and raise the pulse by 100% for at least 20 minutes 3 times a week

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

74. Τι μπορεί να προκαλέσει ακουστικό βαρότραυμα και πότε μπορεί να συμβεί;

- A. Απόφραξη της Ευσταχιανής σάλπιγγας που μπορεί να συμβεί κυρίως κατά την κάθοδο
- B. Απόφραξη της Ευσταχιανής σάλπιγγας που μπορεί να συμβεί κυρίως κατά την άνοδο
- Γ. Απόφραξη της Ευσταχιανής σάλπιγγας και του τυμπάνου που μπορεί να συμβεί κυρίως κατά την κάθοδο
- Δ. Απόφραξη της Ευσταχιανής σάλπιγγας και του τυμπάνου που μπορεί να συμβεί κυρίως κατά την άνοδο

74. What causes otic barotrauma and when is it likely to occur?

- A. Blockage in the Eustachian tube which is most likely to occur in the descent
- B. Blockage in the Eustachian tube which is most likely to occur in the climb
- C. Blockage in the Eustachian tube and around the eardrum which is most likely to occur in the descent
- D. Blockage in the Eustachian tube and around the eardrum which is most likely to occur in the climb

75. Ένας άπειρος πιλότος πρέπει να μην πετάξει για..... ώρες μετά την κατανάλωση μικρής ποσότητας αλκοόλ

- A. 12 ώρες
- B. 8 ώρες
- Γ. 24 ώρες
- Δ. 6 ώρες

75. A prudent pilot should avoid flying for..... hours having consumed small amounts of alcohol

- A. 12 hours
- B. 8 hours
- C. 24 hours
- D. 6 hours

76. Η πιο συχνή αιτία αιφνίδιας ανικανότητας του πιλότου κατά την πτήση είναι:

- A. Καρδιακή ανακοπή
- B. Γρίπη
- Γ. Κοινό κρυολόγημα
- Δ. Γαστρεντερίτιδα

76. The most common cause of in flight incapacitation is:

- A. Heart attack
- B. Influenza
- C. Common cold
- D. Gastroenteritis

77. Εάν ο επιβάτης ενός ελικοπτέρου δεν νιώθει καλά λόγω της περιστροφής του στροφείου που δημιουργεί το «στοβοσκοπικό φαινόμενο» ποια ενέργεια είναι η καλύτερη αντιμετώπιση;

- A. Απομάκρυνση του επιβάτη από το παράθυρο
- B. Χορήγηση άμεσα στον επιβάτη οξυγόνου
- Γ. Άμεση προσγείωση και αναζήτηση ιατρικής βοήθειας
- Δ. Δεν χρειάζεται καμία ενέργεια γιατί η κατάσταση αυτή δεν είναι επικίνδυνη

77. If a passenger of a helicopter is feeling unwell due to the rotation of the rotors causing a stroboscopic effect what is the best course of action?

- A. Move the passenger away from the window
- B. Give the passenger oxygen as soon as possible
- C. Land as soon as possible and seek medical assistance
- D. No action is necessary as the effect is not dangerous

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

78. Εάν έχετε δοκιμάσει όλες τις μεθόδους για να «ξεβουλώσετε» το αυτί σας ενώ πετάτε και δεν έχουν αποδώσει ποια ενέργεια είναι ενδεδειγμένη;

- A. Αγνόησε το και συνέχισε την πτήση
- B. Κατέβα στα 10000ft
- Γ. Ζήτη άμεσα ιατρική βοήθεια
- Δ. Κατέβα όσο το δυνατόν γρηγορότερα για να μειωθεί ο πόνος

78. If having tried all normal methods the ears cannot be cleared in flight the following action should be taken?

- A. Ignored and it will go away
- B. Descend to 10000 ft
- C. Seek medical advise as soon as possible
- D. Descend as quickly as possible to minimise pain

79. Για να απομακρύνει κάποιος υδράργυρο που έχει πέσει στο δέρμα του δεν πρέπει να χρησιμοποιήσει:

- A. Νερό
- B. Οινοπνευματώδη ποτά
- Γ. Οξύ
- Δ. Συμπιεσμένο αέρα

79. To remove mercury spillage.....must not be used:

- A. Water
- B. White spirits
- C. Acid
- D. Compressed air

80. Η καλύτερη μέθοδος για απώλεια βάρους είναι:

- A. Η χρήση φαρμάκων που καταστέλλουν την όρεξη
- B. Άφθονη άσκηση
- Γ. Εξαντλητικές δίαιτες
- Δ. Λιγότερο φαγητό

80. The best method for losing weight is:

- A. The use of appetite suppressants
- B. Plenty of exercise
- C. Crash diets
- D. Eat Less

81. Η υπογλυκαιμία μπορεί να προκληθεί από:

- A. Άτακτα γεύματα ή νηστεία
- B. Υπαρξη μεγάλης ποσότητας σακχάρου στο αίμα
- Γ. Ακραίες g δυνάμεις
- Δ. Άγχος

81. Hypoglycemia can be caused by:

- A. Not eating regularly or fasting
- B. Too much sugar in the blood
- C. Excessive G forces
- D. Stress

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

82. Τα ιχνοστοιχεία θα πρέπει αναλαμβάνονται από:

- A. Υγιεινή και ισορροπημένη διατροφή
- B. Λήψη χαπιών
- Γ. Διατροφή με πολλές φυτικές ίνες
- Δ. Διατροφή με πολλές φυτικές ίνες και λίγα λιπαρά.

82. Trace elements should be obtained from the:

- A. Healthy and balanced daily diet
- B. Use of supplementary pills
- C. High fibre diet
- D. High fibre and very low fat diet.

83. Η τροφική δηλητηρίαση συνήθως εμφανίζεται μέσα σε.....λεπτά από τη λήψη ακατάλληλου φαγητού:

- A. 30
- B. 60
- Γ. 90
- Δ. 120

83. Food poisoning takes effect within.....minutes of eating contaminated food:

- A. 30
- B. 60
- C. 90
- D. 120

84. Το αλκοόλ αποβάλλεται από το σώμα με ρυθμό.....milligrams ανά.....milliliters ανά ώρα:

- A. 10 50
- B. 10 100
- Γ. 10 120
- Δ. 15 100

84. Alcohol is removed from the at the rate of milligrams per..... millilitres per hour:

- A. 10 50
- B. 10 100
- C. 10 120
- D. 15 100

85. Μόνιμη βλάβη στον οργανισμό ενός άνδρα μπορεί να προκληθεί αν η κατανάλωση αλκοόλ είναι.....μονάδες ημερησίως και.....μονάδες εβδομαδιαίως:

- A. 5 20
- B. 5 21
- Γ. 5 22
- Δ. 3 14

85. Permanent damage to the body of a man may occur if the consumption of alcohol level is.....units daily and.....units weekly:

- A. 5 20
- B. 5 21
- C. 5 22
- D. 3 14

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

86. Η απόδοση ενός πιλότου μπορεί να επηρεασθεί από τη λήψη καφεΐνης άνω των.....mg και πρέπει να περιορισθεί σε ημερήσια λήψη περίπου...mg:

- A. 100 100-500
- B. 100 100-900
- Γ. 200 250-300
- Δ. 200 200-600

86. A pilot's performance can be affected by an intake of caffeine above..... mg and should limit to a daily intake of approximately..... mg:

- A. 100 100-500
- B. 100 100-900
- C. 200 250-300
- D. 200 200-600

87. Εάν ένα άτομο έχει ξεπεράσει στο παρελθόν μία δυσάρεστη κατάσταση, πως θα αντιδράσει εάν το ίδιο άτομο αντιμετωπίσει την ίδια ή παρόμοια κατάσταση για δεύτερη φορά;

- A. Θα υπάρχει μικρή διαφορά
- B. Θα γνωρίζει τι πρόκειται να συμβεί και συνεπώς θα βρίσκεται σε αγχώδη κατάσταση και άρα το άγχος θα αυξηθεί
- Γ. Θα αισθάνεται περισσότερη αυτοπεποίθηση και για αυτό το άγχος θα μειωθεί
- Δ. Εξαρτάται από το άτομο

87. Having successfully overcome a stressful situation once, how will the person react if placed in the same or similar situation a second time?

- A. There will be little difference
- B. He/she will know what is ahead and be already in a stressful condition thus stress will increase
- C. He/she will feel more confident and therefore stress will reduce
- D. It will depend on the individual

88. Πως επηρεάζεται η απόδοση σε αυξημένη ή μειωμένη εγρήγορση;

- A. Βελτιώνεται
- B. Υπάρχει μικρή διαφορά
- Γ. Μειώνεται
- Δ. Εξαρτάται από το άτομο

88. How is performance effected by over and under arousal?

- A. It is improved
- B. There is little difference
- C. It is degraded
- D. It will depend on the individual

89. Ποιο μέρος του σώματος επηρεάζεται σε δονήσεις με εύρος συχνότητας 4-10 Hz;

- A. Ο εγκέφαλος και επιπλέον υπάρχει και πονοκέφαλος
- B. Ο θώρακας και επιπλέον υπάρχει και κοιλιακός πόνος
- Γ. Η αναπνοή και επιπλέον υπάρχει και πόνος στο θώρακα
- Δ. Ο καρδιακός ρυθμός

89. What part of the body is effected with the vibration in the 4-10 Hz frequency range?

- A. The brain plus there will be a headache
- B. The chest plus there will be an abdominal pain
- C. The respiration plus there will be pains in the chest
- D. The pulse rate

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

90. Ποιο σχήμα γραφήματος δείχνει τη σχέση μεταξύ εγρήγορσης και stress;

- A. Γράφημα σχήματος U
- B. Γράφημα σχήματος ανάποδου U
- Γ. Μία ευθεία γραμμή με γωνία 45ο
- Δ. Γράφημα σχήματος ανάποδου M

90. Which shaped graph shows the relationship between arousal and stress?

- A. A U shaped graph
- B. An inverted U shaped graph
- C. A straight 45o line
- D. An M shaped graph

91. Η θερμοκρασία στην οποία νιώθουν πιο άνετα οι πιο πολλοί άνθρωποι με φυσιολογικό ρουχισμό είναι:

- A. 25ο C
- B. 15ο C
- Γ. 20ο C
- Δ. 30ο C

91. A comfortable temperature for most people in normal clothing is:

- A. 25o C
- B. 15o C
- C. 20o C
- D. 30o C

92. Μεταξύ των 5 κυριότερων οδηγιών για την αποφυγή stress στο θάλαμο διακυβέρνησης και προβλημάτων ασφάλειας της πτήσης είναι:

- A. Προγραμματίσε ωράρια ύπνου και χρησιμοποίησε όλο το πλήρωμα
- B. Προγραμματίσε ωράρια ύπνου και κάνε τα πράγματα απλά (keep it simple)
- Γ. Χρησιμοποίησε όλο το πλήρωμα και διατήρησε μία καλή ατμόσφαιρα στο θάλαμο διακυβέρνησης
- Δ. Ποτέ μην τα παρατάς, πάντα υπάρχει η κατάλληλη λύση

92. Among the 5 major guidelines to avoid stress in the cockpit and affecting safety are:

- A. Planned sleep patterns and use all crew resources
- B. Planned sleep patterns and keep it simple
- C. Use all crew resources and keep a good flight deck atmosphere
- D. Never give up there is always a suitable response

93. Τα πιο αποτελεσματικά όπλα στην καταπολέμηση του άγχους είναι:

- A. Σχεδιασμός, εμπειρία και αυτοέλεγχος
- B. Γνώση, εμπειρία και προνοητικότητα
- Γ. Γνώση, εμπειρία και CRM
- Δ. Σχεδιασμός, εμπειρία και CRM

93. Most successful weapons against high stress levels are:

- A. Planning, experience and self-control
- B. Learning, experience and anticipation
- C. Learning, experience and CRM
- D. Planning, experience and CRM

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

94. Όταν η θερμοκρασία του αίματος ανεβεί πάνω από....., οι ομοιοστατικοί μηχανισμοί του σώματος δεν μπορούν πια να αντιδράσουν:

- A. 40ο C
- B. 35ο C
- Γ. 50ο C
- Δ. 41ο C

94. Once the blood temperature rises above....., the Homeostatic mechanisms within the body can no longer cope:

- A. 40ο C
- B. 35ο C
- C. 50ο C
- D. 41ο C

95. Το επίπεδο υγρασίας στο οποίο νιώθουν πιο άνετα οι πιο πολλοί άνθρωποι με φυσιολογικό ρουχισμό είναι:

- A. 40%-50%
- B. 30%-40%
- Γ. 20%-50%
- Δ. 40%-60%

95. A comfortable humidity for most people in normal clothing is:

- A. 40%-50%
- B. 30%-40%
- C. 20%-50%
- D. 40%-60%

96. Για πόσο καιρό η εικονική μνήμη αποθηκεύει κάποια πληροφορία;

- A. 1-2 δευτερόλεπτα
- B. 2-3 δευτερόλεπτα
- Γ. 0,5-1 δευτερόλεπτα
- Δ. 7 δευτερόλεπτα?2 δευτερόλεπτα το μέγιστο

96. How long will the iconic memory store information?

- A. 1-2 seconds
- B. 2-3 seconds
- C. 0,5-1 seconds
- D. 7 seconds ?2 seconds maximum

97. Στην αισθητηριακή μνήμη υπάρχει διαφορετικός αποθηκευτικός χώρος για κάθε αισθητήριο όργανο;

- A. Σωστό
- B. Λάθος

97. In sensory memory there is a separate store for each sensory system?

- A. True
- B. False

98. Πόσα διαφορετικά αντικείμενα μπορεί κάποιος να κρατήσει στη βραχεία μνήμη;

- A. 8?2
- B. 9?2
- Γ. 7?2
- Δ. 6?2

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

98. How many separate items can be held in the short term memory?

- A. 8 ?2
- B. 9 ?2
- C. 7 ?2
- D. 6 ?2

99. Ποια η σχέση μεταξύ εγρήγορσης και απόδοσης;

- A. Η απόδοση αυξάνεται σε υψηλά επίπεδα εγρήγορσης
- B. Η απόδοση αυξάνεται τόσο σε υψηλά όσο και σε χαμηλά επίπεδα εγρήγορσης
- Γ. Η απόδοση μειώνεται τόσο σε υψηλά όσο και σε χαμηλά επίπεδα εγρήγορσης
- Δ. Η απόδοση αυξάνεται σε χαμηλά επίπεδα εγρήγορσης

99. What is the relationship between arousal and performance?

- A. Performance is increased at high levels of arousal
- B. Performance is increased by both high and low arousal levels
- C. Performance is degraded by both high and low arousal levels
- D. Performance is increased at low levels of arousal

100. Εάν ο διάδρομος προσγείωσης έχει καθοδική κλίση, πως αυτό επηρεάζει την προσέγγιση του πιλότου;

- A. Το πιθανότερο θα είναι πολύ ψηλή
- B. Το πιθανότερο θα είναι πολύ χαμηλή
- Γ. Το πιθανότερο θα είναι πολύ γρήγορη
- Δ. Το πιθανότερο θα είναι πολύ αργή

100. If a runway slopes downwards how does this effect the pilots' approach?

- A. It is likely to be too high
- B. It is likely to be too low
- C. It is likely to be too fast
- D. It is likely to be too slow

101. Εάν ο διάδρομος προσγείωσης έχει ανοδική κλίση, πως αυτό επηρεάζει την προσέγγιση του πιλότου;

- A. Το πιθανότερο θα είναι πολύ ψηλή
- B. Το πιθανότερο θα είναι πολύ χαμηλή
- Γ. Το πιθανότερο θα είναι πολύ γρήγορη
- Δ. Το πιθανότερο θα είναι πολύ αργή

101. If a runway slopes upwards how does this effect the pilots' approach?

- A. It is likely to be too high
- B. It is likely to be too low
- C. It is likely to be too fast
- D. It is likely to be too slow

102. Ποιες συνθήκες προσέγγισης μπορούν να προκαλέσουν black hole effect;

- A. Η προσγείωση τη νύχτα με χιονόνερο ή μεγάλη βροχόπτωση
- B. Η προσγείωση τη νύχτα σε ανεπαρκή φωτισμένο διάδρομο
- Γ. Η προσγείωση τη νύχτα με τα φώτα στο θάλαμο διακυβέρνησης να είναι πολύ έντονα
- Δ. Η προσγείωση τη νύχτα χωρίς να υπάρχει φωτισμός στη προσέγγιση

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

102. What approach conditions cause black hole effect?

- A. Landing at night in sleet or heavy rain
- B. Landing at night with a partially lit runway
- C. Landing at night with the cockpit instruments turned up too high
- D. Landing at night when there are no lights on the approach

103. Πως επηρεάζει την κρίση του πιλότου σε μία προσέγγιση το black hole effect;

- A. Υπερεκτιμά το ύψος
- B. Υποτιμά το ύψος
- Γ. Τείνει να προσεγγίσει πολύ γρήγορα
- Δ. Τείνει να προσεγγίσει πιο γρήγορα από το κανονικό

103. How does the black hole effect alter the pilots' judgement of the approach?

- A. Overestimation of height
- B. Underestimation of height
- C. Tends to make the approach much too fast
- D. Tends to make the approach faster than normal

104. Πως η ομίχλη επηρεάζει τη κρίση του πιλότου σε μία προσέγγιση;

- A. Υποτιμά την απόσταση λόγω της κακής ορατότητας μέσα από το παράθυρο του θαλάμου διακυβέρνησης
- B. Υποτιμά την απόσταση λόγω του ότι τα φώτα φαίνονται αμυδρά
- Γ. Υπερεκτιμά την απόσταση λόγω της κακής ορατότητας μέσα από το παράθυρο του θαλάμου διακυβέρνησης
- Δ. Υπερεκτιμά την απόσταση λόγω του ότι τα φώτα φαίνονται αμυδρά

104. How do misty/foggy conditions effect the pilots' judgement on the approach?

- A. Underestimating range due to illusionary effect through cockpit glass
- B. Underestimating range due to lights appearing dim
- C. Overestimating range due to illusionary effect through cockpit glass
- D. Overestimating range due to lights appearing dim

105. Η διάθλαση στο τζάμι λόγω βροχής κάνει την προσέγγιση:

- A. Απότομη
- B. Πιο επίπεδη
- Γ. Ταχύτερη
- Δ. Πιο αργή

105. Refraction due to rain on the windscreen makes the approach:

- A. Steeper
- B. Flatter
- C. Faster
- D. Slower

106. Η προσδοκία επηρεάζει την αντίληψη;

- A. Σωστό
- B. Λάθος

106. Expectation can affect perception?

- A. True
- B. False

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

107. Η οπτική σάρωση θα πρέπει να καλύπτει τον ουρανό σε αλληλοκαλυπτόμενους τομείς των:

- A. 5ο
- B. 10ο
- Γ. 15ο
- Δ. 20ο

107. A visual scan should cover the sky in overlapping sectors:

- A. 5ο
- B. 10ο
- C. 15ο
- D. 20ο

108. Η τεχνική σάρωσης θα πρέπει να διαφέρει την ημέρα από τη νύχτα:

- A. Σωστό
- B. Λάθος

108. The scanning technique should differ by day and night:

- A. True
- B. False

109. Ένα απομακρυσμένο αεροσκάφος αναγνωρίζεται και παραμένει σε σταθερά σχετική κατεύθυνση. Θα πρέπει;

- A. Να περιμένετε μέχρι το αεροσκάφος φανεί σε μεγάλο μέγεθος προτού κάνετε ενέργεια αποφυγής
- B. Να κάνετε άμεσα ενέργεια αποφυγής
- Γ. Περιμένετε 2 δευτερόλεπτα για να επιβεβαιώσετε την αναγνώριση και εκτελέστε ενέργεια αποφυγής

109. A distant aircraft is identified and remains on constant relative bearing. You should?

- A. Wait until the aircraft appears to grow larger before taking avoiding action
- B. Take immediate avoiding action
- C. Wait 2 seconds to reidentify and then take avoiding action

110. Εάν η εμφάνιση μίας παραισθησης είναι πιθανή σε ένα συγκεκριμένο αεροδρόμιο, ο κυβερνήτης θα πρέπει:

- A. Να μην πει τίποτα για να μην τρομάξει το πλήρωμα
- B. Να ενημερώσει το πλήρωμα
- Γ. Να αναφέρει το γεγονός στην εταιρεία του ώστε να ξέρουν και τα άλλα πληρώματα τον υπάρχον κίνδυνο

110. If an illusion is known to be possible at a particular aerodrome as Captain of the aircraft you should:

- A. Say nothing as it might frighten the crew
- B. Ensure you brief the crew
- C. Report the fact to your Operator so that other crews are aware of the danger

111. Πόσο διαρκεί ένας ελεύθερος κirkάδιος ρυθμός;

- A. 24 ώρες
- B. 48 ώρες
- Γ. 25 ώρες
- Δ. 29 ώρες

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

111. How long is a free running circadian rhythm?

- A. 24 hours
- B. 48 hours
- C. 25 hours
- D. 29 hours

112. Πότε ο κηρκάδιος κύκλος της θερμοκρασίας είναι στο χαμηλότερο σημείο του;

- A. 05:00
- B. 01:00
- Γ. 03:00
- Δ. Ποικίλλει από ημέρα σε ημέρα

112. When is the circadian cycle of temperature at its lowest?

- A. 05:00
- B. 01:00
- C. 03:00
- D. Varies from day to day

113. Από τι εξαρτάται η διάρκεια του ύπνου:

- A. Τη πνευματική και σωματική άσκηση που εκτελέστηκε πριν τον ύπνο
- B. Τον αριθμό των ωρών που κάποιος ήταν ξύπνιος πριν κοιμηθεί
- Γ. Την ώρα της ημέρας που κάποιος θα κοιμηθεί (π.χ. όταν πέφτει η θερμοκρασία του σώματος)
- Δ. Την ποιότητα του REM ύπνου

113. What does the duration of sleep depend on:

- A. The mental and physical exercise taken prior to sleep
- B. The number of hours awake prior to sleep
- C. Timing (eg when the body temperature is falling)
- D. The quality of the REM sleep

114. Ποιο είναι το μέγιστο όφελος «μονάδων ύπνου» που μπορεί κάποιος να συσσωρεύσει και ποιο το ελάχιστο διάστημα για να το καταφέρει αυτό;

- A. 24 μονάδες σε 12 ώρες
- B. 8 μονάδες σε 16 ώρες
- Γ. 16 μονάδες σε 12 ώρες
- Δ. 16 μονάδες σε 8 ώρες

114. What is the maximum number of "sleep credits" that can be accumulated and what is the minimum time to accumulate them?

- A. 24 credits and it will take 12 hours
- B. 8 credits and it will take 16 hours
- C. 16 credits and it will take 12 hours
- D. 16 credits and it will take 8 hours

115. Πότε επέρχεται ο ύπνος βραδέων κυμάτων και τι αναζωογονεί;

- A. Επέρχεται νωρίς στον κύκλο του ύπνου (στάδια 3 και 4) και αναζωογονεί το σώμα
- B. Επέρχεται νωρίς στον κύκλο του ύπνου (στάδια 3 και 4) και αναζωογονεί τον εγκέφαλο
- Γ. Επέρχεται νωρίς στον κύκλο του ύπνου (στάδια 1 και 2) και αναζωογονεί το σώμα
- Δ. Επέρχεται αργά στον κύκλο του ύπνου (στάδια 3 και 4) και αναζωογονεί τον εγκέφαλο

115. When does orthodox (slow wave sleep) occur and what does it restore?

- A. It occurs early in the sleep cycle (stages 3 and 4) and it restores the body
- B. It occurs early in the sleep cycle (stages 3 and 4) and it restores the brain
- C. It occurs early in the sleep cycle (stages 1 and 2) and it restores the body
- D. It occurs early in the sleep cycle (stages 1 and 2) and it restores the brain

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

116. Πόσα στάδια υπάρχουν σε έναν κύκλο ύπνου;

- A. 3 και ο REM
- B. 4 και ο REM
- Γ. 3 περιλαμβανομένου του REM
- Δ. 4 περιλαμβανόμενου REM

116. How many stages are there in sleep cycle?

- A. 3 plus REM
- B. 4 plus REM
- C. 3 included REM
- D. 4 included REM

117. Πόσο διαρκεί ένα κύκλος ύπνου;

- A. 90 λεπτά
- B. 120 λεπτά
- Γ. 60 λεπτά
- Δ. 30 λεπτά

117. How long is a sleep cycle?

- A. 90 minutes
- B. 120 minutes
- C. 60 minutes
- D. 30 minutes

118. Ποια η λειτουργία του REM ύπνου;

- A. Να αναζωογονεί το σώμα μετά την άσκηση
- B. Να αναζωογονεί το σώμα και τον εγκέφαλο μετά από φυσική και πνευματική δραστηριότητα
- Γ. Να βοηθά την οργάνωση της μνήμης και τον συντονισμό των νέων πληροφοριών που μαθαίνονται
- Δ. Να εξασκεί τον εγκέφαλο ώστε να ετοιμάζεται για την επόμενη ημέρα

118. What is the function of REM sleep?

- A. To refresh the body after exercise
- B. To refresh the body and brain following physical and mental activity
- C. To assist in the organisation of memory and helping to co-ordinate and assimilate new information learned
- D. To exercise the brain so it is prepared for the next day

119. Πόσο χρειάζεται για τον κερκάδιο ρυθμό ενός πιλότου ώστε να επανασυγχρονιστεί στην τοπική ώρα αφού έχει διασχίσει ζώνες χρόνου;

- A. Περίπου 2 ημέρες για 1-2 ώρες διαφορά ώρας
- B. Περίπου 1 ημέρα για 1-2 ώρες διαφορά ώρας
- Γ. Περίπου 2 ημέρες για 1-1,5 ώρα διαφορά ώρας
- Δ. Περίπου 1 ημέρα για 1-1,5 ώρα διαφορά ώρας

119. How long does it take for the circadian rhythm to resynchronise to local time after crossing time zones?

- A. Approximately 2 days per 1-2 hours of time change
- B. Approximately 1 day per 1-2 hours of time change
- C. Approximately 2 days per 1-1,5 hours of time change
- D. Approximately 1 day per 1-1,5 hours of time change

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

120. Υπάρχει διαφορά στην προσαρμογή του κιρκάδιου ρυθμού στις αλλαγές της ώρας εάν η πτήση είναι προς Δυτικά ή Ανατολικά;

- A. Ναι, υπάρχει πιο γρήγορη προσαρμογή για πτήσεις προς τα Δυτικά
- B. Ναι, υπάρχει πιο γρήγορη προσαρμογή για πτήσεις προς τα Ανατολικά
- Γ. Όχι, δεν υπάρχει καμία διαφορά
- Δ. Ναι, υπάρχει πιο αργή προσαρμογή για πτήσεις προς τα Δυτικά

120. Does it make any difference to the circadian rhythm adjusting to time zone changes if the flight is to the West or East?

- A. Yes, due to the free running of the circadian rhythm tends to adjust more quickly to West bound flights
- B. Yes, due to the free running of the circadian rhythm tends to adjust more quickly to East bound flights
- C. No, it makes no difference. West or East has the same effect
- D. Yes, due to the free running of the circadian rhythm tends to adjust more slowly to West bound flights

121. Πως επηρεάζει η κατανάλωση αλκοόλ πριν τον ύπνο, την οργάνωση του ύπνου;

- A. Μία μικρή ποσότητα αλκοόλ (μία μπύρα) βοηθά στη χαλάρωση πριν τον ύπνο και άρα βοηθά σε καλύτερο ύπνο
- B. Αυξάνει τη διάρκεια του REM ύπνου και άρα όλου του ύπνου
- Γ. Μειώνει τη διάρκεια του REM ύπνου και άρα όλου του ύπνου
- Δ. Δεν επηρεάζει σημαντικά τον ύπνο, αλλά άλλα συστήματα του σώματος

121. What effect does drinking alcohol before sleep have to the sleep pattern?

- A. A small amount (one beer or a small whisky) is of help to relax the body prior to sleep and thus enhances the sleep pattern
- B. It lengthens REM sleep and the length of sleep
- C. It shortens REM sleep and the length of sleep
- D. It has not significant effect on the sleep pattern itself but does effect other systems of the body adversely

122. Όταν κάποιος υποφέρει από έλλειψη ύπνου, η απόδοσή του θα μειωθεί περαιτέρω με την αύξηση του ύψους;

- A. Όχι
- B. Ναι
- Γ. Μερικές φορές
- Δ. Υπό ορισμένες συνθήκες

122. When suffering from sleep deprivation, will performance be further decreased by altitude?

- A. No
- B. Yes
- C. Sometimes
- D. Under certain circumstances

123. Μπορεί κάποιος να πετάξει ενώ υποφέρει από ναρκοληψία;

- A. Εφόσον το επιτρέπει το Κέντρο Αεροπορικής Ιατρικής
- B. Μερικές φορές
- Γ. Όχι
- Δ. Μόνο την ημέρα

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

123. Can you fly suffering from narcolepsy?

- A. Under the strict supervision of an Aviation Medical Specialist
- B. Sometimes
- C. No
- D. By day only

124. Ο Κυβερνήτης είναι ο απόλυτα υπεύθυνος για τις όλες τις αποφάσεις που λαμβάνονται στο Θάλαμο Διακυβέρνησης:

- A. Σωστό
- B. Λάθος

124. The Commander is ultimately responsible for all decisions made in the cockpit:

- A. True
- B. False

125. Μία απόφαση είναι καλή όταν:

- A. Μπορεί να εφαρμοσθεί στον διαθέσιμο χρόνο
- B. Ο χρόνος δεν παίζει ρόλο. Η απόφαση πρέπει να είναι σωστή
- Γ. Ο χρόνος μπορεί να παίζει κάποιο ρόλο αλλά η σωστή αντίληψη είναι ο σημαντικός παράγοντας
- Δ. Συμφωνούν τα υπόλοιπα μέλη του πληρώματος

125. A decision is "good" when:

- A. It can be implemented within the available time
- B. Time is not an issue. The decision must be correct
- C. Time can be an issue but the correct perception is the important factor
- D. When other members of the crew agree

126. Η προετοιμασία είναι βασική για τη σωστή λήψη απόφασης όταν ο χρόνος παίζει ρόλο:

- A. Σωστό
- B. Λάθος

126. Preparation is essential for good decision-making when time is an issue:

- A. True
- B. False

127. "Press-on-it is" είναι:

- A. Ένα συχνό δίλημμα που αντιμετωπίζουν όλοι οι πιλότοι
- B. Βιώνεται μόνο από ταλαντούχους πιλότους
- Γ. Συμβαίνει μόνο στους άπειρους πιλότους
- Δ. Σπάνια συμβαίνει στους καλούς πιλότους

127. " Press-on-tis " is a:

- A. Common dilemma faced by all pilots
- B. Is only experienced by skilled pilots
- C. Only happens to inexperienced pilots
- D. Is rarely faced by good pilots

128. Ο συγκυβερνήτης είναι υπεύθυνος για να ελέγχει την εφαρμογή των αποφάσεων του Κυβερνήτη:

- A. Σωστό
- B. Λάθος

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

128. The co-pilot is responsible for monitoring the implementation of the Commander's decision:

- A. True
- B. False

129. Οι άνθρωποι τείνουν να προσέχουν χτυπητά ερεθίσματα:

- A. Σωστό
- B. Λάθος

129. People tend to focus on salient cues:

- A. True
- B. False

130. Η κόπωση:

- A. Μερικές φορές επηρεάζει τη λήψη αποφάσεων
- B. Σπάνια επηρεάζει τη λήψη αποφάσεων
- Γ. Ποτέ δεν επηρεάζει τη λήψη αποφάσεων
- Δ. Πάντα επηρεάζει τη λήψη αποφάσεων

130. Fatigue/overload:

- A. Sometimes affects decision-making
- B. Rarely affects decision-making
- C. Never affects decision-making
- D. Always affects decision-making

131. Ο άνθρωπος είναι εξαιρετικά ικανός στην ακριβή εκτίμηση του κινδύνου:

- A. Σωστό
- B. Λάθος

131. Man is extremely capable o accurate risk assessment:

- A. True
- B. False

132. Οι πληροφορίες από το πλήρωμα είναι σημαντικός παράγοντας στη διαδικασία της λήψης αποφάσεων:

- A. Σωστό
- B. Λάθος

132. Input from the crew is an important factor in the decision-making process:

- A. True
- B. False

133. Η έλλειψη εμπειρίας θα επηρεάζει ως εξής τη διαδικασία λήψης αποφάσεων:

- A. Θα την επιταχύνει
- B. Θα την επιβραδύνει
- Γ. Δεν θα την επηρεάσει
- Δ. Θα την διακόψει

133. Lack of experience will have the following effect on the decision-making process:

- A. Will speed it up
- B. Slow it down
- C. Have no effect
- D. Disrupt the process

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

134. Η διαδικασία λήψης αποφάσεων πρέπει να περιλαμβάνει το πλήρωμα:

- A. Σωστό
- B. Λάθος

134. The decision-making process should include the crew:

- A. True
- B. False

135. Το οξυγόνο χρειάζεται στο ανθρώπινο σώμα για:

- A. Να καθαρίζει το αίμα από τα άχρηστα προϊόντα
- B. Να παράγει ενέργεια από τις τροφές μέσω της οξειδωσης
- Γ. Να παράγει διοξείδιο του άνθρακα για να διατηρεί τη σωστή οξύτητα του αίματος
- Δ. Να βοηθά στη μετατροπή των λιπών και των πρωτεϊνών σε υδατάνθρακες για την αναγέννηση των ιστών

135. Oxygen is required by the human body to:

- A. Clear the blood of impurities produced in the body
- B. Derive energy from food by oxidation
- C. Produce carbon dioxide to maintain the correct acidity of the blood
- D. To assure the conversion of fats and proteins to carbohydrates required for tissue regeneration

136. Το οξυγόνο μεταφέρεται στο αίμα:

- A. Διαλυμένο στο πλάσμα
- B. Συνδεδεμένο με την αιμοσφαιρίνη στα λευκά αιμοσφαίρια
- Γ. Συνδεδεμένο με τη μορφή φυσαλίδων με τα αιμοπετάλια
- Δ. Συνδεδεμένο με την αιμοσφαιρίνη στα ερυθρά αιμοσφαίρια

136. Oxygen is transported in the blood:

- A. Dissolved in the blood plasma
- B. In chemical combination with haemoglobin in the white blood cells
- C. As microscopic bubbles linked to blood platelets
- D. In chemical combination with haemoglobin in the white blood cells In chemical combination with haemoglobin in the red blood cells

137. Ο ύπνος βραδίων κυμάτων συμβαίνει:

- A. Κατά τη διάρκεια βραδείας δραστηριότητας του εγκεφάλου
- B. Στα στάδια ύπνου 3 και 4
- Γ. Στην αρχή του ύπνου
- Δ. Κατά τη διάρκεια των ονείρων του REM ύπνου

137. "Slow wave" sleep occurs:

- A. During low voltage high frequency Delta brain wave activity
- B. Sleep stages 3 and 4
- C. As an individual first starts to fall asleep
- D. During the dreaming stage of REM sleep

138. Η ενδυνάμωση και η οργάνωση της μνήμης όταν μαθαίνει νέες πληροφορίες συμβαίνει:

- A. Στον REM ύπνο
- B. Στον ύπνο βραδίων κυμάτων
- Γ. Στα στάδια του ύπνου 3 και 4
- Δ. Στα στάδια του ύπνου 1 και 2

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

138. Strengthening and organizing the human memory when learning new tasks is believed to occur in:

- A. REM sleep
- B. Slow wave sleep
- C. Sleep stages 3 and 4
- D. Stages 1 and 2 sleep

139. Ποιος είναι ο χρόνος χρήσιμης συνείδησης στα 30000 ft (μέτρια δραστηριότητα);

- A. 30 λεπτά
- B. 45 δευτερόλεπτα
- Γ. 12 δευτερόλεπτα
- Δ. 2-3 λεπτά

139. The time of useful consciousness for a pilot undertaking moderate activity when exposed to progressive decompression at 30000 ft?

- A. 30 minutes
- B. 45 seconds
- C. 12 seconds
- D. 2-3 minutes

140. Ποιο είναι το απαραίτητο οξυγόνο για άτομο με μέτρια δραστηριότητα στα 37000 ft

- A. 100% οξυγόνο υπό πίεση
- B. Μείγμα οξυγόνου/αέρα
- Γ. 100% οξυγόνο
- Δ. Μείγμα οξυγόνου/ήλιου

140. Required oxygen for an individual experiencing a moderate workload at 37000 ft can be provided by breathing:

- A. 100% oxygen under pressure
- B. An oxygen/air mixture
- C. 100% oxygen
- D. An oxygen/helium mixture

141. Το πιο επικίνδυνο χαρακτηριστικό ενός λανθασμένου νοητικού μοντέλου είναι ότι:

- A. Δημιουργείται κυρίως κάτω από συνθήκες χαμηλής εγρήγορσης
- B. Δημιουργείται κυρίως κάτω από συνθήκες άγχους
- Γ. Είναι εξαιρετικά ανθεκτικό σε αλλαγές
- Δ. Θα πρέπει συνεχώς να αλλάζει για να πληροί τις προσδοκίες του ατόμου

141. The most dangerous characteristic of a false mental model is that:

- A. It will mainly occur under conditions of low arousal
- B. It will mainly occur under conditions of stress
- C. It is extremely resistant to change
- D. It will always be modified to meet the expectations of the individual

142. Για να διευκολύνει κάποιος την ανάκτηση πληροφοριών από την μακρόχρονη μνήμη είναι απαραίτητο να:

- A. Μάθει να αποθηκεύει τις πληροφορίες με λογική σειρά
- B. Να επαναλαμβάνει νοητά τις πληροφορίες προτού τις χρειαστεί
- Γ. Να δομεί τις πληροφορίες πριν τις αποθηκεύσει στη μνήμη
- Δ. Να αποφεύγει άσκοπη ενεργοποίηση πληροφορίας που ξέρει ότι σύντομα θα χρειαστεί

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

142. To facilitate and reduce the time taken to access information in long-term memory it is necessary to:

- A. Learns to store information in a logical order
- B. Mentally rehearse information before it is needed
- C. Structure the information as much as possible before committing it to memory
- D. Avoid pointlessly activating information which we know will soon be needed

143. Το βαρότραυμα των παρραρινίων κόλπων συνήθως συμβαίνει:

- A. Κατά την κάθοδο
- B. Στους ηλικιωμένους επιβάτες
- Γ. Κατά την άνοδο
- Δ. Σε άτομα με ιστορικό καρδιακής νόσου

143. Barotrauma of the cranial sinuses is most likely to occur:

- A. During the descent
- B. Among elderly passengers
- C. In the climb
- D. In persons with a history of cardio-vascular problems

144. Κατά την οπτική σάρωση οι κινήσεις των ματιών πρέπει να είναι:

- A. Μεγάλες και τακτικές
- B. Μικρές και άτακτες
- Γ. Μικρές και τακτικές
- Δ. Μεγάλες και άτακτες

144. During visual scanning the eye movements should be:

- A. Large and frequent
- B. Small and infrequent
- C. Small and frequent
- D. Large and infrequent

145. Ποιος είναι ο χρόνος χρήσιμης συνείδησης στα 25000 ft σε περίπτωση ταχείας αποσυμπίεσης;

- A. 45-75 δευτερόλεπτα
- B. 30 λεπτά
- Γ. 2 λεπτά
- Δ. 12 δευτερόλεπτα

145. The time of useful consciousness for an individual experienced rapid decompression at an altitude of 25000 ft?

- A. 45-75 seconds
- B. 30 minutes
- C. 2 minutes
- D. 12 seconds

146. Σε πολιτικά αεροσκάφη, η πίεση της καμπίνας διατηρείται περίπου σε:

- A. Επίπεδο θαλάσσης
- B. 2000-3000 ft
- Γ. 6000-8000 ft
- Δ. 10000-12000 ft

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

146. The cabin pressure in commercial pressurized aircraft is normally maintained at an equivalent atmospheric pressure:

- A. Sea level
- B. 2000-3000 ft
- C. 6000-8000 ft
- D. 10000-12000 ft

147. Ένα άτομο που έχει κάνει κατάδυση με μπουκάλια θα πρέπει να μην πετάξει:

- A. Για 36 ώρες μετά την τελευταία κατάδυση
- B. Για 24 ή 48 ώρες εάν έχει βουτήξει σε βάθος πάνω από 30 ft
- Γ. Μόνο μετά τη συμβολή ιατρού εάν έχει βουτήξει σε βάθος πάνω από 30 ft
- Δ. Για 12 ή 24 ώρες εάν έχει βουτήξει σε βάθος πάνω από 30 ft

147. Any individual who has been SCUBA diving should avoid flying:

- A. Within 36 hours of the last dive
- B. Within 24 or 48 hours if a depth of 30 ft has been exceeded
- C. Only after consultation with a doctor if a depth of 30 ft has been exceeded
- D. Within 12 or 24 hours if a depth of 30 ft has been exceeded

148. Πόσα διαφορετικά αντικείμενα μπορεί κάποιος να κρατήσει στη βραχεία μνήμη;

- A. 7?2
- B. 7
- Γ. 5?2
- Δ. 4

148. The working memory is limited in its capacity to store unrelated items. The number of such items that may be stored with full attention is:

- A. 7 ?2
- B. 7
- C. 5 ?2
- D. 4

149. Η πληροφορία στη βραχεία μνήμη εάν δεν ανακληθεί θα χαθεί σε:

- A. 1-2 λεπτά
- B. 8-12 δευτερόλεπτα
- Γ. 5-10 λεπτά
- Δ. 10-20 λεπτά

149. If information in the working memory is not rehearsed it will be lost in:

- A. 1-2 minutes
- B. 8-12 seconds
- C. 5-10 minutes
- D. 10-20 minutes

150. Η ταχύτητα της διαδικασίας μάθησης μπορεί να αυξηθεί:

- A. Αυξάνοντας σταδιακά την ψυχολογική πίεση στους εκπαιδευόμενους
- B. Τιμωρώντας τον εκπαιδευόμενο για τα λάθη του
- Γ. Επιβραβεύοντας τις επιτυχίες
- Δ. Επιβραβεύοντας τα λάθη

150. The speed of any learning process can be increased by:

- A. Gradually increasing the psychological pressure on the students
- B. Punishing the learner for unsuccessful trials
- C. Reinforcing successful trials

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

151. Η λήψη αποφάσεων σε μία επείγουσα κατάσταση απαιτεί κυρίως:

- A. Ταχύτητα αντίδρασης
- B. Την ανάθεση εργασιών και τον συντονισμό του πληρώματος
- Γ. Σωστή εκτίμηση της κατάστασης
- Δ. Όλο το πλήρωμα να εστιάσει τη προσοχή του στο υπάρχον πρόβλημα

151. Decision-making in emergency situations requires primarily:

- A. Speed of reaction
- B. The distribution of tasks and crew coordination
- C. Strong situational awareness
- D. The whole crew to focus on the immediate problem

152. Η επίδραση του να καπνίζει κάποιος 20 τσιγάρα την ημέρα είναι να προκαλέσει υποξία ίση με αυτή που βιώνει κάποιος:

- A. 2000-3000 ft
- B. 5000-6000 ft
- Γ. Αύξηση κατά 20% από τον υπάρχον υψόμετρο
- Δ. 5000-8000 ft

152. The effect on an individual of smoking 20 cigarettes a day is to increase the experienced altitude by:

- A. 2000-3000 ft
- B. 5000-6000 ft
- C. A factor of about 20% of the ambient pressure
- D. 5000-8000 ft

153. Η αύξηση του υψομέτρου μπορεί να προκαλέσει διάταση του εντέρου εάν υπάρχει αέρας. Η πιθανότητα αυτή μπορεί να μειωθεί:

- A. Μειώνοντας τις ποσότητες των λαμβανόμενων υγρών στις απαραίτητες για να μην αφυδατωθεί κάποιος
- B. Ακολουθώντας τρόπο ζωής που έχει ως αποτέλεσμα την τακτική λειτουργία του εντέρου
- Γ. Αποφεύγοντας πριν τη πτήση τροφές που παράγουν αέρια
- Δ. Λαμβάνοντας αντιόξινα φάρμακα όταν παρουσιαστεί το πρόβλημα

153. The effect of an increasing altitude on the gastrointestinal tract may cause stretching of the small bowel if gas is present. This possibility may be reduced by:

- A. Limiting the amounts of liquids taken during the flight to sufficient to relieve dryness of the mouth
- B. Following a lifestyle which leads to regular bowel movement
- C. Avoiding before flight the foodstuffs that causes the production of intestinal gases
- D. Taking mild antacid tablets when the problem first arises

154. Ένας πιλότος που θα εμφανίσει νόσο αποσυπίεσης θα πρέπει:

- A. Να κατέβει χαμηλότερα όπου θα εξαφανιστούν τα συμπτώματα και να συνεχίσει την πτήση στο ίδιο ή χαμηλότερο ύψος
- B. Να ελαττώσει την πίεση της καμπίνας ώστε να ανακουφιστεί τα συμπτώματα
- Γ. Να συνεχίσει την πτήση σε χαμηλότερο ύψος και να εκτελεί ασκήσεις ώστε να ανακουφίσει το πόνο στο προσβεβλημένο μέλος
- Δ. Να προσγειωθεί άμεσα

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

154. A pilot suffering from decompression sickness should:

- A. Descent to a lower level where the symptoms will disappear and continue the flight this or a lower level
- B. Decrease the cabin pressure to relieve the symptoms
- C. Continue the flight at a lower altitude and carry out exercises to relieve the pain in the affected site
- D. Land as soon as possible and seek medical assistance

155. Οι τιμές θερμοκρασίας και υγρασίας στο θάλαμο διακυβέρνησης για να αισθάνεται άνετα το πλήρωμα είναι:

- A. 15οC με 30οC με σχετική υγρασία 40-60%
- B. 10οC με 25οC με σχετική υγρασία 20-30%
- Γ. 15οC με 30οC με σχετική υγρασία 70-80%
- Δ. 30οC με 40οC με σχετική υγρασία 30-40%

155. The temperature range of a flight deck to be comfortable should be:

- A. 15o C to 30 o C with a relative humidity 40-60%
- B. 10 o C to 25 o C with a relative humidity 20-30%
- C. 15 o C to 30 o C with a relative humidity 70-80%
- D. 30 o C to 40 o C with a relative humidity 30-40%

156. Ο παράγοντας που αυξάνει περισσότερο τον κίνδυνο για καρδιαγγειακή νόσο είναι:

- A. Οικογενειακό ιστορικό
- B. Ανεπαρκής άσκηση
- Γ. Παχυσαρκία
- Δ. Κάπνισμα

156 The factor which most increases the risk of coronary heart disease is:

- A. Family history
- B. Lack of exercise
- C. Obesity
- D. Smoking

157. Για ποιο λόγο θα πρέπει να γίνεται έλεγχος στα συστήματα θέρμανσης:

- A. Για να προληφθεί δηλητηρίαση από διοξείδιο του άνθρακα και πιθανή πυρκαγιά
- B. Για να προληφθεί δηλητηρίαση από διοξείδιο του άνθρακα και πιθανή πυρκαγιά και έκρηξη
- Γ. Για να προληφθεί δηλητηρίαση από μονοξείδιο του άνθρακα

157. Why is it essential to ensure that the combustion heaters are serviceable:

- A. To prevent carbon dioxide poisoning and possible fire
- B. To prevent carbon dioxide poisoning and possible fire or explosion
- C. To prevent carbon monoxide poisoning

158. Εσωτερική αναπνοή είναι:

- A. Ο έλεγχος από τον εγκέφαλο του καρδιακού ρυθμού
- B. Η ανταλλαγή οξυγόνου και διοξειδίου του άνθρακα και νερού στα κύτταρα
- Γ. Η κατακράτηση της αναπνοής

158. Internal respiration is:

- A. The brain's control of the pulse rate
- B. The exchange of oxygen with carbon dioxide and water in the cells
- C. The retention of breath

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

159. Που λαμβάνει χώρα η ανταλλαγή του οξυγόνου και του διοξειδίου του άνθρακα και των υδρατμών:

- A. Στις αρτηρίες
- B. Στις φλέβες
- Γ. Στα τριχοειδή
- Δ. Στις πνευμονικές φλέβες και αρτηρίες

159. Where does the exchange of oxygen and carbon dioxide+water vapour take place:

- A. the arteries
- B. the veins
- C. the capillaries
- D. the pulmonary veins and arteries

160. Σφάλματα ικανότητας συμβαίνουν μόνο:

- A. Σε όσους έχουν ελάχιστη ή καθόλου εμπειρία
- B. Σε αυτούς που βρίσκονται στη διαδικασία μάθησης
- Γ. Σε αυτούς που έχουν μάθει μόνο εν μέρει μία διαδικασία ή ένα σύστημα
- Δ. Σε αυτούς με εμπειρία

160. Skill based errors only occur:

- A. in those with little or no experience
- B. in those who are in the learning process
- C. in those who have only part learned a procedure/system
- D. in those with experience

161. Κατά την εκτίμηση των δεδομένων οι πιλότοι επηρεάζονται:

- A. από την τεχνικές του γνώσεις
- B. από την υπάρχουσα εμπειρία τους
- Γ. από την εκτίμηση της πραγματικής κατάστασης
- Δ. από την κατάσταση της υγείας τους

161. In evaluating data pilots are influenced by:

- A. their technical knowledge
- B. their previous experience
- C. situation awareness
- D. their state of health

162. Η ικανοποίηση από την εργασία είναι μετρήσιμη

- A. Σωστό
- B. Λάθος

162. Job satisfaction is measurable

- A. True
- B. False

163. Η αυτοπειθαρχία είναι ένα βασικό χαρακτηριστικό του ιδανικού πιλότου:

- A. Σωστό
- B. Λάθος

163. Self discipline is an essential quality of the "ideal" pilot

- A. True
- B. False

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

164. Ο κύριος παράγοντας στον γενικό πληθυσμό που προδιαθέτει ένα άτομο να πάθει έμφραγμα είναι:

- A. Οικογενειακό ιστορικό
- B. Κάπνισμα
- Γ. Υψηλή σε λιπαρά διαίτα
- Δ. Υψηλή αρτηριακή πίεση

164. The major factor in the general population which predisposes an individual to heart attack is:

- A. family history
- B. smoking
- C. the amount of saturated fats in the diet
- D. hypertension (high blood pressure)

165. Τα ερυθρά κύτταρα παράγονται στον οργανισμό"

- A. στον μυελό των οστών
- B. στον σπλήνα
- Γ. στο ήπαρ και το πάγκρεας
- Δ. στο ήπαρ και το σπλήνα

165. The red blood cells are produced in the body by:

- A. the bone marrow
- B. the spleen
- C. the liver and pancreas
- D. the liver and spleen

166. Ο φυσιολογικός χρόνος αντίδρασης για μία απλή απάντηση σε ένα μόνο ερέθισμα είναι περίπου:

- A. 1"
- B. 0,5"
- Γ. 0,2"
- Δ. 0,75"

166. The normal reaction time for a simple response to a single stimulus is about:

- A. A. 1"
- B. 0,5"
- C. 0,2"
- D. 0,75"

167. Σε επίπεδο θαλάσσης το ποσοστό του οξυγόνου στις κυψελίδες των πνευμόνων είναι

- A. 78%
- B. 40%
- Γ. 21%
- Δ. 14%

167. At sea level the percentage of oxygen within the alveoli of the lungs is about:

- A. 78%
- B. 40%
- C. 21%
- D. 14%

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

168. Σε έλλειψη οπτικών ερεθισμάτων εκτός του κόκπιτ το ανθρώπινο μάτι θα προσαρμοστεί φυσιολογικά στο:

- A. άπειρο
- B. λιγότερο από 2 μέτρα
- Γ. περίπου 5 μέτρα
- Δ. λίγα εκατοστά

168. With no visual references outside the cockpit the human eye will normally adjust to a focal length of:

- A. infinity
- B. less than 2 metres
- C. about 5 metres
- D. a few centimeters

169. Η μόνιμη ακύρωση της πτητικής ικανότητας γίνεται σε ιπτάμενο που υποφέρει

- A. άγχος και φοβίες
- B. σχιζοφρένεια και μανιοκατάθλιψη
- Γ. παραλήρημα
- Δ. κατάθλιψη

169. The permanent denial of a flying license will be the result of a pilot suffering from:

- A. anxiety and phobic states
- B. schizophrenia and manic depression
- C. obsessional disorders
- D. depression

170. Το πιο εμφανές σύμπτωμα ατόμου που υποφέρει από δηλητηρίαση από μονοξείδιο του άνθρακα είναι:

- A. μυϊκή αδυναμία
- B. κυάνωση των χειλιών και των δακτύλων
- Γ. περιορισμός της όρασης
- Δ. κόκκινα σαν κεράσι χείλη και μάγουλα

170. The most obvious sign of an individual suffering from carbon monoxide poisoning is:

- E. muscular impairment
- F. cyanosis of the lips and fingernails
- G. sensory loss, particularly tunneling of vision
- H. cherry red lips and flushed cheeks

171. Ο υπεραερισμός:

- A. είναι απίθανος κάτω από 2000 πόδια
- B. μπορεί να προκαλέσει θάνατο ένα δεν διορθωθεί
- Γ. μπορεί να προκληθεί από πολύ χαμηλή ποσότητα διοξειδίου του άνθρακα στο αίμα
- Δ μπορεί να προκληθεί από πολύ χαμηλή ποσότητα οξυγόνου στο αίμα

171. Hyperventilation

- A. is unlikely below 2000 feet
- B. is likely to result in death if not corrected
- C. may be caused by having too little carbon dioxide in the blood
- D. can result from an inadequate partial pressure of oxygen

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

172. Μετά από μετάγγιση μυελού των οστών απαγορεύεται η πτήση για:

- A. 72 ώρες
- B. 48 ώρες
- Γ. 24 ώρες
- Δ. 12 ώρες

172..Following the donation of bone marrow a pilot may not operate an aircraft for

- A. 72 hours
- B. 48 hours
- C. 24 hours
- D. 12 hours

173. Πως ελέγχεται η συχνότητα και το βάθος της αναπνοής:

- A. Από το ποσό της οξυαιμοσφαιρίνης στο αίμα και τους πνεύμονες
- B. Από το ποσό της αιμοσφαιρίνης στο αίμα και τους πνεύμονες
- Γ. Από το ποσό του διοξειδίου του άνθρακα και του οξυγόνου στο αίμα και τους πνεύμονες
- Δ. Από το ποσό του ανθρακικού οξέος και του μίγματος υδρατμών/αζώτου στο αίμα και τους πνεύμονες

173. How is the rate and depth of breathing controlled?

- A. By the amount of oxy-haemoglobin in the blood and lungs
- B. By the amount of haemoglobin in the blood and lungs
- C. By the amount of carbon dioxide and oxygen in the blood and lungs
- D. By the amount of carbonic acid and water vapour/nitrogen mixture in the blood and lungs

174. Ποια είναι η λειτουργία της δεξιάς και αριστερής κοιλίας της καρδιάς;

- A. Δεξιά: Μεταφέρει αποξυγονομένο αίμα στους πνεύμονες
Αριστερή: Μεταφέρει οξυγονομένο αίμα στο σώμα
- B. Δεξιά: Μεταφέρει οξυγονομένο αίμα στο σώμα
Αριστερή: Μεταφέρει αποξυγονομένο αίμα στους πνεύμονες
- Γ. Δεξιά: Μεταφέρει οξυγονομένο αίμα στους πνεύμονες
Αριστερή: Μεταφέρει αποξυγονομένο αίμα στο σώμα
- Δ. Δεξιά: Μεταφέρει οξυγονομένο αίμα στους πνεύμονες
Αριστερή: Μεταφέρει οξυγονομένο αίμα στο σώμα

174. What is the function of the left and right ventricle?

- A. Left: Pumps deoxygenated blood to the lungs
Right: Pumps oxygenated blood around the body
- B. Left: Pumps oxygenated blood around the body
Right: Pumps deoxygenated blood to the lungs
- C. Left: Pumps oxygenated blood to the lungs
Right: Pumps deoxygenated blood around the body
- D. Left: Pumps oxygenated blood to the lungs
Right: Pumps oxygenated blood around the body

175. Οι υποδοχείς πίεσως στο σώμα επηρεάζουν:

- A. τα ευρήματα στο ΗΚΓ
- B. την συστολή και διαστολή των αγγείων μόνο
- Γ. τα ευρήματα του ΗΕΓ
- Δ. την συστολή και διαστολή των αγγείων και τον καρδιακό ρυθμό

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

175. Do pressoreceptors affect the:

- A. ECG readings
- B. Tightening and relaxation of the blood vessels only
- C. EEG readings
- D. Tightening and relaxation of the blood vessels and the pulse rate

176. Ποιο το % ποσοστό του οξυγόνου και του διοξειδίου του άνθρακα στις κυψελίδες στο επίπεδο θαλάσσης

- A. 15.5%-6.6%
- B. 16.5%-7.6%
- Γ. 14.0%-5.3%
- Δ. 21.0%-0.5%

176. What is the % of oxygen and carbon dioxide in the alveoli at sea level?

- A. 15.5%-6.6%
- B. 16.5%-7.6%
- C. 14.0%-5.3%
- D. 21.0%-0.5%

177. Τα ερεθίσματα στέλνονται στο νευρικό σύστημα με τη μορφή:

- A. ηλεκτρικού
- B. χημικού
- Γ. βιολογικού
- Δ. ηλεκτρικού και χημικού

177. Messages are sent in the nervous system by the following means:

- A. Electrical
- B. Chemical
- C. Biological
- D. Electrical and chemical

178. Ποιο τμήμα του αυτιού αισθάνεται τις γραμμικές επιταχύνσεις και επιβραδύνσεις:

- A. τα οστάρια στο μέσο αυτί
- B. οι ωτόλιθοι στο μέσο αυτί
- Γ. οι ωτόλιθοι στους ημικύκλιους σωλήνες

178. . Which part of the ear senses linear accelerations and decelerations?

- A. the ossicles in the middle ear
- B. the otoliths in the middle ear
- C. the otoliths in the semi circular canals

179. Το σύστημα αγωγής ακοής συνιστάται από:

- A. το τύμπανο και τα οστάρια
- B. τους ημικύκλιους σωλήνες και τους ωτόλιθους
- Γ. τον κοχλία και την ευσταχιανή σάλπιγγα
- Δ. τον κοχλία και τον λαβύρινθο

179. The conductive system consists of:

- A. the ear drum and ossicles
- B. the semi circular canals and otoliths
- C. the cochlea and Eustachian tube
- D. the cochlea and the mitus

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

180. Οι ωτόλιθοι ανιχνεύουν επιτάχυνση μεγαλύτερη από:"

- A. 0.001 m/s²
- B. 0.01 m/s²
- Γ. 0.1 m/s²
- Δ. 1 m/s²

180. The otoliths detect acceleration greater than:

- A. 0.001 m/s²
- B. 0.01 m/s²
- C. 0.1 m/s²
- D. 1 m/s²

181.Ο μέγιστος αριθμός ραβδίων βρίσκεται.....από την ωχρά κηλίδα:

- A. 10ο
- B. 20ο
- Γ. 15ο
- Δ. 30ο

181. The maximum number of rods are found.....from the fovea:

- A. 10ο
- B. 20ο
- C. 15ο
- D. 30ο

182. Ένας άνδρας θεωρείται υπέρβαρος όταν ο Δείκτης Σωματικής Μάζας είναι πάνω από

- A. 20
- B. 25
- Γ. 30
- Δ. 35

182. A man is considered to be overweight if his Body Mass Index is over:

- A. 20
- B. 25
- C. 30
- D. 35

183. Το Αυτόνομο Νευρικό σύστημα είναι ένα σύστημα βιολογικού ελέγχου το οποίο είναι νευροορμονικό και δεν είναι αυτορρυθμιζόμενο σε φυσιολογικές συνθήκες

- A. Σωστό
- B. Λάθος

183. The ANS is a biological control system which is neurohormonal and, like other, is not self-regulating in normal circumstances.

- A. True
- B. False

184. Καθοδηγούμαστε απόανάγκες καιανάγκες

- A. Κοινωνικές Βασικές
- B. Φυσικές Βασικές
- Γ. Φυσιολογικές Κοινωνικές
- Δ. Φυσιολογικές Βασικές

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

184. We are driven by.....needs and.....needs

- A. Social Basic
- B. Physical Basic
- C. Physiological Social
- D. Physiological Basic

185. Η μειωμένη εγρήγορση προδιαθέτει για εμφάνιση μικρού ύπνου

- A. Σωστό
- B. Λάθος

185. Hypovigilance is akin to a microsleep

- A. True
- B. False

186. Ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος ανάλυσης της προσωπικότητας;

- A. Ομαδική θεραπεία
- B. Γραπτά ερωτηματολόγια
- Γ. Προσωπικές συνεντεύξεις
- Δ. Ανάλυση με μοντέλο δύο διαστάσεων

186. What is the most effective way of analyzing personality?

- A. group therapy
- B. written questionnaires
- C. personal interviews
- D. two dimensional model analysis

187. Πως θα περιγράφατε έναν πιλότο που είναι επιθετικό και ευμετάβλητος;

- A. Επιθετικός εξωστρεφής
- B. Απρόβλεπτος εξωστρεφής
- Γ. Αναξιόπιστος εξωστρεφής
- Δ. Αγχώδης εξωστρεφής

187. How would a person who is aggressive and changeable be described:

- A. Aggressive extravert
- B. Unpredictable extravert
- C. Unreliable extravert
- D. Anxious extravert

188. Ποια τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας ενός καλού πιλότου;

- A. Αξιόπιστος και σταθερός
- B. Σταθερός και εξωστρεφής
- Γ. Αξιόπιστος και εξωστρεφής
- Δ. Αξιόπιστος, ήρεμος και εξωστρεφής

188. What are the personality traits of a good pilot?

- A. Reliable and stable
- B. Stable and extraverted
- C. Reliable and extraverted
- D. Reliable, calm and extraverted

189. Δεν υπάρχει καθόλου χώρος για αυταρχικότητα στον αέρα

- A. Σωστό
- B. Λάθος

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

189. There is no place at all for authoritarianism in the air:

- A. True
- B. False

190. CFIT σημαίνει:

- A. Controlled Flight in Terminal airspace
- B. Controlled Flight into Terrain
- Γ. Controlled Flight in Training
- Δ. Controlled Flight in Taxiways (ελικόπτερα)

190.CFIT means:

- A. Controlled Flight in Terminal airspace
- B. Controlled Flight into Terrain
- C. Controlled Flight in Training
- D. Controlled Flight in Taxiways (helicopters)

191.Ένας άνδρας θεωρείται παχύσαρκος εάν το BMI (Body Mass Index) είναι πάνω από:

- A. 18
- B. 25
- Γ. 22
- Δ. 30

191.A man is considered to be obese if his BMI (Body Mass Index) is over:

- A. 18
- B. 25
- C. 22
- D. 30

192. Η αναπνοή 100% οξυγόνου παρέχει επαρκές οξυγόνο για φυσιολογική αναπνοή μέχρι του ύψους:

- A. 24000 ft
- B. 33700 ft
- Γ. 10000 ft
- Δ. 40000 ft

192. Breathing 100% oxygen will supply sufficient oxygen for normal respiration up to an altitude of:

- A. 24000 ft
- B. 33700 ft
- C. 10000 ft
- D. 40000 ft

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

1	Γ	41	Α	81	Α	121	Γ	161	Β
2	Δ	42	Δ	82	Α	122	Β	162	Α
3	Β	43	Δ	83	Γ	123	Γ	163	Α
4	Β	44	Γ	84	Δ	124	Α	164	Α
5	Α	45	Γ	85	Β	125	Α	165	Α
6	Α	46	Γ	86	Γ	126	Α	166	Γ
7	Γ	47	Α	87	Γ	127	Α	167	Δ
8	Β	48	Β	88	Γ	128	Β	168	Β
9	Δ	49	Δ	89	Β	129	Α	169	Β
10	Β	50	Δ	90	Β	130	Α	170	Δ
11	Δ	51	Α	91	Γ	131	Β	171	Α
12	Γ	52	Β	92	Δ	132	Α	172	Α
13	Β	53	Β	93	Γ	133	Β	173	Δ
14	Δ	54	Δ	94	Δ	134	Α	174	Β
15	Β	55	Α	95	Δ	135	Β	175	Δ
16	Δ	56	Α	96	Γ	136	Δ	176	Γ
17	Β	57	Γ	97	Α	137	Β	177	Δ
18	Β	58	Α	98	Γ	138	Α	178	Δ
19	Δ	59	Α	99	Γ	139	Β	179	Α
20	Α	60	Β	100	Α	140	Γ	180	Γ
21	Α	61	Δ	101	Β	141	Γ	181	Α
22	Β	62	Α	102	Δ	142	Β	182	Β
23	Α	63	Α	103	Α	143	Α	183	Β
24	Δ	64	Β	104	Δ	144	Γ	184	Γ
25	Γ	65	Δ	105	Β	145	Γ	185	Α
26	Β	66	Δ	106	Α	146	Γ	186	Β
27	Β	67	Δ	107	Β	147	Δ	187	Δ
28	Α	68	Γ	108	Α	148	Α	188	Β
29	Γ	69	Δ	109	Β	149	Δ	189	Β
30	Β	70	Δ	110	Β	150	Γ	190	Β
31	Β	71	Δ	111	Γ	151	Β	191	Δ
32	Β	72	Β	112	Α	152	Β	192	Δ
33	Δ	73	Β	113	Γ	153	Γ	193	
34	Α	74	Α	114	Δ	154	Δ	194	
35	Β	75	Γ	115	Α	155	Α	195	
36	Γ	76	Δ	116	Β	156	Α	196	
37	Δ	77	Α	117	Α	157	Γ	197	
38	Δ	78	Γ	118	Γ	158	Β	198	
39	Β	79	Δ	119	Δ	159	Γ	199	
40	Δ	80	Δ	120	Α	160	Δ	200	

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

1	Γ	41	Α	81	Α	121	Γ	161	Β
2	Δ	42	Δ	82	Α	122	Β	162	Α
3	Β	43	Δ	83	Γ	123	Γ	163	Α
4	Β	44	Γ	84	Δ	124	Α	164	Α
5	Α	45	Γ	85	Β	125	Α	165	Α
6	Α	46	Γ	86	Γ	126	Α	166	Γ
7	Γ	47	Α	87	Γ	127	Α	167	Δ
8	Β	48	Β	88	Γ	128	Β	168	Β
9	Δ	49	Δ	89	Β	129	Α	169	Β
10	Β	50	Δ	90	Β	130	Α	170	Δ
11	Δ	51	Α	91	Γ	131	Β	171	Α
12	Γ	52	Β	92	Δ	132	Α	172	Α
13	Β	53	Β	93	Γ	133	Β	173	Δ
14	Δ	54	Δ	94	Δ	134	Α	174	Β
15	Β	55	Α	95	Δ	135	Β	175	Δ
16	Δ	56	Α	96	Γ	136	Δ	176	Γ
17	Β	57	Γ	97	Α	137	Β	177	Δ
18	Β	58	Α	98	Γ	138	Α	178	Δ
19	Δ	59	Α	99	Γ	139	Β	179	Α
20	Α	60	Β	100	Α	140	Γ	180	Γ
21	Α	61	Δ	101	Β	141	Γ	181	Α
22	Β	62	Α	102	Δ	142	Β	182	Β
23	Α	63	Α	103	Α	143	Α	183	Β
24	Δ	64	Β	104	Δ	144	Γ	184	Γ
25	Γ	65	Δ	105	Β	145	Γ	185	Α
26	Β	66	Δ	106	Α	146	Γ	186	Β
27	Β	67	Δ	107	Β	147	Δ	187	Δ
28	Α	68	Γ	108	Α	148	Α	188	Β
29	Γ	69	Δ	109	Β	149	Δ	189	Β
30	Β	70	Δ	110	Β	150	Γ	190	Β
31	Β	71	Δ	111	Γ	151	Β	191	Δ
32	Β	72	Β	112	Α	152	Β	192	Δ
33	Δ	73	Β	113	Γ	153	Γ	193	
34	Α	74	Α	114	Δ	154	Δ	194	
35	Β	75	Γ	115	Α	155	Α	195	
36	Γ	76	Δ	116	Β	156	Α	196	
37	Δ	77	Α	117	Α	157	Γ	197	
38	Δ	78	Γ	118	Γ	158	Β	198	
39	Β	79	Δ	119	Δ	159	Γ	199	
40	Δ	80	Δ	120	Α	160	Δ	200	

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

1		41		81		121		161	
2		42		82		122		162	
3		43		83		123		163	
4		44		84		124		164	
5		45		85		125		165	
6		46		86		126		166	
7		47		87		127		167	
8		48		88		128		168	
9		49		89		129		169	
10		50		90		130		170	
11		51		91		131		171	
12		52		92		132		172	
13		53		93		133		173	
14		54		94		134		174	
15		55		95		135		175	
16		56		96		136		176	
17		57		97		137		177	
18		58		98		138		178	
19		59		99		139		179	
20		60		100		140		180	
21		61		101		141		181	
22		62		102		142		182	
23		63		103		143		183	
24		64		104		144		184	
25		65		105		145		185	
26		66		106		146		186	
27		67		107		147		187	
28		68		108		148		188	
29		69		109		149		189	
30		70		110		150		190	
31		71		111		151		191	
32		72		112		152		192	
33		73		113		153		193	
34		74		114		154		194	
35		75		115		155		195	
36		76		116		156		196	
37		77		117		157		197	
38		78		118		158		198	
39		79		119		159		199	
40		80		120		160		200	

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ

ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

1		41		81		121		161	
2		42		82		122		162	
3		43		83		123		163	
4		44		84		124		164	
5		45		85		125		165	
6		46		86		126		166	
7		47		87		127		167	
8		48		88		128		168	
9		49		89		129		169	
10		50		90		130		170	
11		51		91		131		171	
12		52		92		132		172	
13		53		93		133		173	
14		54		94		134		174	
15		55		95		135		175	
16		56		96		136		176	
17		57		97		137		177	
18		58		98		138		178	
19		59		99		139		179	
20		60		100		140		180	
21		61		101		141		181	
22		62		102		142		182	
23		63		103		143		183	
24		64		104		144		184	
25		65		105		145		185	
26		66		106		146		186	
27		67		107		147		187	
28		68		108		148		188	
29		69		109		149		189	
30		70		110		150		190	
31		71		111		151		191	
32		72		112		152		192	
33		73		113		153		193	
34		74		114		154		194	
35		75		115		155		195	
36		76		116		156		196	
37		77		117		157		197	
38		78		118		158		198	
39		79		119		159		199	
40		80		120		160		200	



ΑΕΡΟΛΕΣΧΗ ΑΓΡΙΝΙΟΥ

Εκπαιδευτικό Κέντρο Υ.Π.Α.Μ.

<http://alag.gr>

email: info@alag.gr

Η παρούσα έκδοση δημιουργήθηκε για λογαριασμό του εκπαιδευτικού κέντρου ΥΠΑΜ της ΑΕΡΟΛΕΣΧΗΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ, με σκοπό να βοηθήσει τους υποψήφιους χειριστές στην κατανόηση της πολύ ενδιαφέρουσας ενότητας των Ανθρωπίνων Δυνατοτήτων.

Φυσικά είναι διαθέσιμο για όλους τους χειριστές –εκπαιδευμένους και μη – που θέλουν να πλουτίσουν ή να φρεσκάρουν τις γνώσεις τους.

Οποιοσδήποτε έχει κάτι να προτείνει για την βελτίωση της παρούσας έκδοσης μπορεί να επικοινωνήσει με το μέλος της ΑΕΡΟΛΕΣΧΗΣ ΑΓΡΙΝΙΟΥ **Κωνσταντίνο Σαμψών** στο προσωπικό του email: info@kSamson.gr

Αγρίνιο - Ιούνιος 2008