Kanoon.ir

شما با دانلود این نمونه سوال، کد تخفیف خرید کتاب از سایت کانون بوک دریافت می کنید.

برای دریافت کد جایزه خود، عدد 33 را به سر شماره 90008451 ارسال کنید.



تمرین بیشتر نمونه سوالات امتحانی با کتاب های پرتکرار

همین حالا جایزه خود را دریافت کنید.

kanoonBook.ir

www.kanoon.ir

در این قسمت چیزی ننویسید

بسمه تعالی

تاریخ امتحان: ۱۴۰۳/۱۰/۲۴

مدت امتحان: ۷۰ دقیقه

رمز :

مدیریت آموزش و پرورش ناحیه چهار تبریز

شماره صندلی:

دبیرستان پسرانه غیر دولتی مشکاة نور - دوره دوم

نام و نام خانوادگی: ..... کلاس:..... موضوع امتحان: سلامت و بهداشت دبیر: .....

در این قسمت چیزی ننویسید

رمز :

۱ـ درستی یا نادرستی عبارت های زیر را با (ص یا غ) مشخص نمایید. (۲ نمره)

الف) در بحث پیشگیری و درمان، زمان آموزش های پیشگیرانه بسیار کوتاه و با هزینه بسیار کم میسّر است.

ب) بیشترین علل مرگ و میر در ایران مربوط به بیماری های واگیر است.

ج) همه افراد به هفت یا هشت ساعت خواب در طول شب نیاز دارند.

د) اصلی ترین روش پیشگیری در همه بیماری های عفونی آن است که مانع ورود میکرو اُرگانیسم به بدن شویم.

۲ـ پاسخ مناسب را از داخل پرانتز انتخاب کنید. (۲ نمره)

الف) جوش غرور جوانی یا (آبسه، آکنه) یک اختلال پوستی شایع در دوران بلوغ است.

ب) در چشم های افراد (نزدیک بین، دوربین) معمولا کره چشم، بزرگتر از حد طبیعی است.

ج) یکی از شایع ترین بیماری های انگلی که از طریق پوست و مو به دیگران سرایت می کند (پدیکلوزیس، هپاتیت) است.

د) احتمال مزمن شدن بیماری در مبتلایان به هپاتیت نوع (B، C) بیشتر است.

۳ـ گزینه صحیح را انتخاب نمایید. (۲ نمره)

الف) به کدام نوع چربی، «کلسترول خوب» گفته می شود؟

۱) HDL ۲) LDL ۳) تری گلیسرید ۴) اسیدهای چرب اشباع

ب) کدام مورد جزو بیماری های واگیردار نیست؟

۱) هپاتیت ۲) عروق کرونر قلب ۳) پدیکلوزیس ۴) آنفلوانزا

ج) کدام گزینه جزو نقش چربی ها در بدن نمی باشد؟

۱) ساخت سلول های مغزی ۲) تأمین انرژی ۳) حفظ گرمای بدن ۴) رشد و ترمیم

د) بر اساس هرم مواد غذایی، کدام گروه از مواد غذایی زیر بیشترین حجم مصرفی روزانه را دارند؟

۱) حبوبات ۲) قند ۳) غلات ۴) سبزی ها

www.kanoon.ir

در این قسمت چیزی ننویسید

٤ـ در مورد ویروس HIV به سوالات زیر پاسخ دهید.

الف) منظور از «دوران پنجره» از زمان ورود ویروس به بدن چیست؟ **(۱ نمره)**

ب) در «دوران پنجره» نتیجه آزمایش مثبت است یا منفی؟ **(۰/۲۵ نمره)**

ج) مرحله پیشرفته ویروس HIV چه نامیده می شود؟ **(۰/۲۵ نمره)**

د) دو راه اصلی پیشگیری از انتقال این ویروس را نام ببرید. **(۱ نمره)**

٥ـ ویژگی های هریک از ابعاد سلامت را از ستون مقابل انتخاب نمایید. (۱ نمره)

سلامت معنوی	الف) تعهد و امیدواری
سلامت روانی ـ عاطفی	ب) اجابت مزاج منظم
سلامت اجتماعی	ج) ارتباط سالم فرد با مدرسه
سلامت جسمانی	د) داشتن روحیه انتقاد پذیری

٦ـ در مورد بیماری دیابت به سوالات زیر پاسخ دهید. (۱ نمره)

الف) نشانه اصلی بیماری دیابت چیست؟

ب) کدام نوع دیابت به دیابت جوانان مشهور است؟

ج) شایع ترین نوع دیابت کدام است؟

د) کدام هورمون مثل کلید برای سلول عمل می کند و قند (گلوکز) را وارد سلول می کند؟

۷ـ عیوب انکساری چشم را فقط نام ببرید. (۱ نمره)

www-kanoon-ir

در این قسمت چیزی ننویسید

۸ـ با توجه به مبحث «کنترل وزن و تناسب اندام» به موارد خواسته شده پاسخ دهید.

الف) فرمول تعیین شاخص توده بدنی (BMI) را بنویسید. **(۰/۵ نمره)**

ب) بر اساس قانون تعادل انرژی، رابطه میزان کالری دریافتی و مصرفی را توضیح دهید. **(۱ نمره)**

۹ـ با توجه به تصویر به سوالات زیر پاسخ دهید.



الف) این تصویر بیانگر کدام الگوی چاقی است؟ **(۰/۲۵ نمره)**

ب) این الگوی چاقی در بین مردان شایع تر است یا زنان؟ **(۰/۲۵ نمره)**

ج) در این الگوی چاقی، چربی اضافی بیشتر در کدام نواحی متمرکز است؟**(۰/۵ نمره)**

۱۰ـ الف) تومور چیست؟ (۰/۵ نمره)

ب) انواع تومور را نام ببرید. (۰/۵ نمره)

۱۱ـ برای تشخیص هریک از سرطان های زیر، کدام روش غربالگری مورد استفاده قرار می گیرد؟ (۱ نمره)

الف) سرطان روده:

ب) سرطان پروستات:

ج) سرطان سینه:

د) سرطان دهانه رحم:

www-kanoon-ir

در این قسمت چیزی ننویسید

۱۲ـ اصطلاحات زیر را تعریف کنید. (۱ نمره)

الف) حدّت بینایی:

ب) بیماری های غذازاد:

۱۳ـ به پرسش های زیر پاسخ کوتاه بدهید. (۱ نمره)

الف) از شایع ترین مشکلات گوش در افراد، کم شنوایی است یا پارگی پرده گوش؟

ب) قرار گرفتن در معرض اشعه زیان بار فرابنفش نور خورشید چه عوارضی دارد؟ یک مورد نوشته شود.

ج) روند تدریجی پوسیدگی دندان معمولا چگونه آغاز می شود؟

د) چه افرادی در معرض برق زدگی چشم قرار دارند؟

۱٤ـ ایسکمی قلبی چگونه اتفاق می افتد؟ (۱ نمره)

۱۵ـ متن زیر را مطالعه کرده و به پرسش های مطرح شده پاسخ دهید.

« اگر فشار خون به کمتر از ۹۰/۶۰ میلی متر جیوه برسد، فشار خون پایین محسوب می شود. ۱۲۰ میلی متر جیوه نشان دهنده فشار ماکزیمم است که هم زمان با پمپ خون به داخل شریان توسط قلب ایجاد می شود و ۸۰ میلی متر جیوه، فشار مینیمم است که هم زمان با استراحت قلب، میان دو ضربان وجود دارد».

الف) کدام عدد بیانگر « فشار سیستولی» و کدام عدد بیانگر « فشار دیاستولی» است؟ **(۰/۵ نمره)**

ب) دامنه فشار خون طبیعی را به صورت یک عدد کسری بنویسید. **(۰/۲۵ نمره)**

ج) مصرف زیاد نمک چه تاثیری بر فشار خون دارد؟ **(۰/۲۵ نمره)**

موفق باشید.

www-kanoon-ir

در این قسمت چیزی ننویسید

بسمه تعالی

تاریخ امتحان: ۱۴۰۳/۱۰/۲۴

مدت امتحان: ۷۰ دقیقه

رمز :

مدیریت آموزش و پرورش ناحیه چهار تبریز

شماره صندلی:

دبیرستان پسرانه غیر دولتی مشکاة نور - دوره دوم

نام و نام خانوادگی: ..... کلاس:..... موضوع امتحان: سلامت و بهداشت دبیر: .....

در این قسمت چیزی ننویسید

رمز :

۱ـ درستی یا نادرستی عبارت های زیر را با (ص یا غ) مشخص نمایید. (۲ نمره)

الف) در بحث پیشگیری و درمان، زمان آموزش های پیشگیرانه بسیار کوتاه و با هزینه بسیار کم میسّر است. ص

ب) بیشترین علل مرگ و میر در ایران مربوط به بیماری های واگیر است. غ

ج) همه افراد به هفت یا هشت ساعت خواب در طول شب نیاز دارند. غ

د) اصلی ترین روش پیشگیری در همه بیماری های عفونی آن است که مانع ورود میکرو اُرگانیسم به بدن شویم. ص

۲ـ پاسخ مناسب را از داخل پرانتز انتخاب کنید. (۲ نمره)

الف) جوش غرور جوانی یا (آبسه، آکنه) یک اختلال پوستی شایع در دوران بلوغ است.

ب) در چشم های افراد (نزدیک بین، دوربین) معمولا کره چشم، بزرگتر از حد طبیعی است.

ج) یکی از شایع ترین بیماری های انگلی که از طریق پوست و مو به دیگران سرایت می کند (پدیکلوزیس، هپاتیت) است.

د) احتمال مزمن شدن بیماری در مبتلایان به هپاتیت نوع (B، C) بیشتر است.

۳ـ گزینه صحیح را انتخاب نمایید. (۲ نمره)

الف) به کدام نوع چربی، «کلسترول خوب» گفته می شود؟

۱) HDL ۲) LDL ۳) تری گلیسرید ۴) اسیدهای چرب اشباع

ب) کدام مورد جزو بیماری های واگیردار نیست؟

۱) هپاتیت ۲) عروق کرونر قلب ۳) پدیکلوزیس ۴) آنفلوانزا

ج) کدام گزینه جزو نقش چربی ها در بدن نمی باشد؟

۱) ساخت سلول های مغزی ۲) تأمین انرژی ۳) حفظ گرمای بدن ۴) رشد و ترمیم

د) بر اساس هرم مواد غذایی، کدام گروه از مواد غذایی زیر بیشترین حجم مصرفی روزانه را دارند؟

۱) حبوبات ۲) قند ۳) غلات ۴) سبزی ها

www.kanoonir

در این قسمت چیزی ننویسید

٤ـ در مورد ویروس HIV به سوالات زیر پاسخ دهید.

الف) منظور از «دوران پنجره» از زمان ورود ویروس به بدن چیست؟ **(۱ نمره)** از زمان ورود ویروس به بدن تا زمانی که گلبول‌های سفید آنتی بادی ترشح کند و سطح آنتی بادی به حد قابل قبول برسد مدتی بین دو هفته تا سه ماه طول می‌کشد که به آن دوران پنجره می‌گویند

ب) در «دوران پنجره» نتیجه آزمایش مثبت است یا منفی؟ **(۰/۲۵ نمره)** منفی

ج) مرحله پیشرفته ویروس HIV چه نامیده می شود؟ **(۰/۲۵ نمره)** ایدز

د) دو راه اصلی پیشگیری از انتقال این ویروس را نام ببرید. **(۱ نمره)** عدم استفاده از سرنگ و سرسوزن مصرف شده و پرهیز از رفتارهای جنسی پرخطر

٥ـ ویژگی های هریک از ابعاد سلامت را از ستون مقابل انتخاب نمایید. (۱ نمره)

سلامت معنوی الف	الف) تعهد و امیدواری
سلامت روانی ـ عاطفی د	ب) اجابت مزاج منظم
سلامت اجتماعی ج	ج) ارتباط سالم فرد با مدرسه
سلامت جسمانی ب	د) داشتن روحیه انتقاد پذیری

٦ـ در مورد بیماری دیابت به سوالات زیر پاسخ دهید. (۱ نمره)

الف) نشانه اصلی بیماری دیابت چیست؟ بالا بودن قند خون

ب) کدام نوع دیابت به دیابت جوانان مشهور است؟ نوع یک

ج) شایع ترین نوع دیابت کدام است؟ نوع دو

د) کدام هورمون مثل کلید برای سلول عمل می کند و قند (گلوکز) را وارد سلول می کند؟ انسولین

۷ـ عیوب انکساری چشم را فقط نام ببرید. (۱ نمره) دوربین - نزدیک بینی - پیر بینی - آستیگماتیسم

www.karnoon.ir

در این قسمت چیزی ننویسید

۸ـ با توجه به مبحث «کنترل وزن و تناسب اندام» به موارد خواسته شده پاسخ دهید.

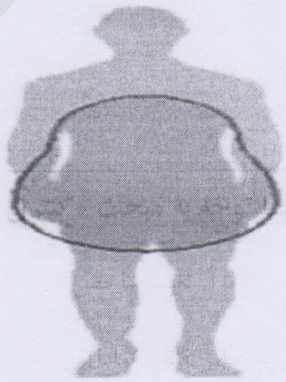
الف) فرمول تعیین شاخص توده بدنی (BMI) را بنویسید. **(۰/۵ نمره)**

شاخص توده بدنی = وزن (kg) / مجذور قد (m)

ب) بر اساس قانون تعادل انرژی، رابطه میزان کالری دریافتی و مصرفی را توضیح دهید. **(۱ نمره)**

بر اساس این قانون چنانچه کالری دریافتی از مواد غذایی بیش از میزان کالری مصرفی باشد وزن افزایش می‌یابد و برعکس، و اگر این دو مقدار برابر باشد وزن ثابت می‌ماند.

۹ـ با توجه به تصویر به سوالات زیر پاسخ دهید.



الف) این تصویر بیانگر کدام الگوی چاقی است؟ **(۰/۲۵ نمره)** چاقی گلابی شکل

ب) این الگوی چاقی در بین مردان شایع تر است یا زنان؟ **(۰/۲۵ نمره)** زنان

ج) در این الگوی چاقی، چربی اضافی بیشتر در کدام نواحی متمرکز است؟ **(۰/۵ نمره)** باسن و ران ها

۱۰ـ الف) تومور چیست؟ (۰/۵ نمره) تکثیر یک سلول موزی به گونه‌ای از سلول های دیگر.

ب) انواع تومور را نام ببرید. (۰/۵ نمره) خوش خیم - بدخیم

۱۱ـ برای تشخیص هریک از سرطان های زیر، کدام روش غربالگری مورد استفاده قرار می گیرد؟ (۱ نمره)

الف) سرطان روده: کولونوسکپی

ب) سرطان پروستات: آزمایش خون

ج) سرطان سینه: ماموگرافی

د) سرطان دهانه رحم: پاپ اسمیر

www-kanoon.ir

در این قسمت چیزی ننویسید

۱۲ـ اصطلاحات زیر را تعریف کنید. (۱ نمره)

الف) حدّت بینایی: حدت بینایی یا دید مطلوب میزان سلامت چشم ها و سطح توانایی حس بینایی را نشان می دهد

ب) بیماری های غذازاد: بیماری های ناشی از غذا به علت پاتین بودن سطح بهداشت مردی یا صحیح

۱۳ـ به پرسش های زیر پاسخ کوتاه بدهید. (۱ نمره)

الف) از شایع ترین مشکلات گوش در افراد، کم شنوایی است یا پارگی پرده گوش؟ کم شنوایی

ب) قرار گرفتن در معرض اشعه زیان بار فرابنفش نور خورشید چه عوارضی دارد؟ یک مورد نوشته شود. سرطان پوست

ج) روند تدریجی پوسیدگی دندان معمولا چگونه آغاز می شود؟ معمولا با یک تغییر رنگ آغاز می شود.

د) چه افرادی در معرض برق زدگی چشم قرار دارند؟ جوشکاران

۱۴ـ ایسکمی قلبی چگونه اتفاق می افتد؟ (۱ نمره) به خاطر رسوب چربی کلسترول و سایر چربی ها در دیواره داخلی شریان های کرونر رفته رفته دیواره تنگ می شود و خون کافی به عضله قلب نمی رسد به آن ایسکمی می گویند.

۱۵ـ متن زیر را مطالعه کرده و به پرسش های مطرح شده پاسخ دهید.

« اگر فشار خون به کمتر از ۹۰/۶۰ میلی متر جیوه برسد، فشار خون پایین محسوب می شود. ۱۲۰ میلی متر جیوه نشان دهنده فشار ماکزیمم است که هم زمان با پمپ خون به داخل شریان توسط قلب ایجاد می شود و ۸۰ میلی متر جیوه، فشار مینیمم است که هم زمان با استراحت قلب، میان دو ضربان وجود دارد».

الف) کدام عدد بیانگر « فشار سیستولی» و کدام عدد بیانگر « فشار دیاستولی» است؟ **(۰/۵ نمره)** ۱۲۰ - ۸۰

ب) دامنه فشار خون طبیعی را به صورت یک عدد کسری بنویسید. **(۰/۲۵ نمره)** ۱۲۰/۸۰

ج) مصرف زیاد نمک چه تاثیری بر فشار خون دارد؟ **(۰/۲۵ نمره)** باعث افزایش فشار خون می شود.

موفق باشید.