نام و نام خانوادگی:	**باسمه تعالی** **وزارت آموزش و پرورش** **اداره کل آموزش و پرورش استان خراسان جنو** **مدیریت آموزش وپرورش شهرستان : بیرج** **دبیرستان : فرزانگان**	**تاریخ امتحان** **۱۴۰۲/۱۰/۶**	**محل مهر آموزشگاه**
پایه : دوازدهم / **رشته:ریاضی– علوم تجربی**		تعداد صفحه:۳	تعداد سوال:۱۰
نام درس : سلامت وبهداشت	**طراح سوال : فاطمه فاروغی**	زمان شروع: ۸صبح	وقت: ۸۰ دقیقه

ضمن خیرمقدم به دانش آموزان وداوطلبان عزیز،سؤالات زیررابه دقّت بخوانید و با توکّل به خدا وآرامش خاطر پاسخ دهید.

نمره	**با عدد**		**نام و نام خانوادگی مصحح:**	**تاریخ**	**نمره .تجدید نظر**	**با عدد**	**تاریخ**
برگه	**با حروف**			**امضا:**		**با حروف**	**امضا:**

شماره	سوالات	نمره
	صفحه اول	
۱	درستی یانادرستی هریک ازعبارت های زیررابدون ذکردلیل مشخص کنید. الف) قابل درک ترین بعد سلامت ، سلامت اجتماعی است. ب) برای خودمراقبتی ، داشتن هدف ضروری است. ج) رشد، ترمیم وحفظ بافت های عضلا نی ازعملکرد چربی ها دربدن می باشد. د) افرادبا شاخص توده بدنی ۲۹/۹-۲۵ دروضعیت اضافه وزن طبقه بندی می شوند. ه) ضربه دیدن درحین برداشت موادغذایی ازعوامل فیزیکی ایجاد فساد مواد غذایی محسوب می شود. و) HIV با آزمایش های متداول ومعمول مشخص می شود ونیاز به آزمایش تشخیص اختصاصی ندارد. ز) مرکزمانیتور حدود ۶۰-۵۰ سانتی متر پایین تراز چشم قرار می گیرد. ح) یکی از نشانه های بلوغ همسران صحبت با یکدیگر درمورد فرزند آوری است.	۲
۲	درعبارات زیرجاهای خالی را باکلمات مناسب کامل کنید. الف) زمان آموزش های پیشگیرانه بسیار ..... وبرای همه درهرسطح معلومات باهزینه بسیار کم میسر است. ب) انجام فرائض دینی، ازنوع خودمراقبتی ..... است. ج) جگر منبع غنی ویتامین ..... است. د) بیماری های .....یا بیماری های ناشی ازغذا ، بیماری هایی هستند که به عللی از جمله عدم دسترسی به آب سالم وپایین بودن بهداشت محیط و... ایجاد می شوند. ه) مصرف زیاد اسیدهای چرب ترانس موجب .....HDLوبالا ترین خطر ابتلا به بیماری های قلبی – عروقی می شود. و) یکی از شایع ترین بیماری های انگلی که از طریق پوست ومو به دیگران سرایت می کند ..... است. ز) کم شنوایی در دو طبقه مادرزادی و..... طبقه بندی می شود. ح) خانم ها سه ماه قبل از حاملگی باید روزانه غذاهای سرشار از .....مصرف کنند ودر صورت داشتن کم خونی باید آن را درمان کنند.	۲

www.kanoon.ir

نام و نام خانوادگی:	**باسمه تعالی** **وزارت آموزش و پرورش** **اداره کل آموزش و پرورش استان خراسان جنوبی**	**تاریخ امتحان** **۱۴۰۲/۱۰/۶**	**محل مهر آموزشگاه**
پایه : دوازدهم / **رشته:ریاضی– علوم تجربی**	**مدیریت آموزش وپرورش شهرستان : بیرجند** **دبیرستان : فرزانگان**	تعداد صفحه:۳	تعداد سوال:۱۰
نام درس : سلامت وبهداشت	**طراح سوال : فاطمه فاروغی**	زمان شروع: ۸صبح	وقت: ۸۰ دقیقه

	ادامه سوالات صفحه دوم	
۳	ازبین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید. الف) کمال جویی ازنشانه های سلامت (اجتماعی – معنوی) ب) ماهی آب شیرین بد(کمی – زیادی) دارد. ج) از عوارض جانبی (کاهش – افزایش) سریع وزن می توان به بروز سنگ کیسه صفرا اشاره کرد. د) وجود کرم کدو درگوشت گاو باعث (بیماری- عفونت) غذایی می شود. ه) دردیابت (نوع ۲- نوع ۱) لوزالمعده قادر به تولید اسولین کافی نیست یابدن به اسولین مقاومت نشان می دهد. و) ویروس HIV تنها در(گلبول قرمز- گلبول سفید) قادربه ادامه حیات است. ز) برای جلوگیری از پوسیدگی دندان توصیه می شود هر (شش ماه – یک سال) یک بار به دندان پزشک مراجعه شود. ح) سفید کننده کلر دار برروی باروری تاثیر (مثبت – منفی) دارد.	۲
4	گزینه صحیح را انتخاب کنید. الف) کمبود کدام ریز مغذی موجب بیماری گواتر می شود؟ ۱) کلسیم ☐ ۲) ید ☐ ۳) آهن ☐ ٤) سدیم ☐ ب) کدام گزینه مورد آکنه درست نیست ؟ ۱) معمولا درحوالی بلوغ پدیدار می شود. ☐ ۲) درمان قطعی دارد ☐ ۳) تعریق باعث تشدید آن می شود. ☐ ٤) معمولا با افزایش سن ازبین می رود. ☐ ج) راه انتقال کدام یک متفاوت است ؟ ۱) هپاتیت ☐ ۲) بیماری انگل روده ای ☐ ۳) وبا ☐ ٤) اسهال خونی ☐ د) کدام یک از موارد زیر از عوارض شایع بیماری دیابت نیست؟ ۱) اختلال درجریان خون در دست وپا ☐ ۲) نابینایی یا کم بینایی ☐ ۳) استفراغ یا سرفه خونی ☐ ٤) نارسایی کلیه ☐	۱
۵	اصطلاحات زیر را تعریف کنید الف) خودمراقبتی : ب) اصل تعادل : ج) دوران پنجره : د) سلول جهش یافته : ه) چاقی:	۲/۵
۶	به پرسش های زیر پاسخ کوتاه دهید. الف) سه مورد از عوامل موثر بر سلامت رابنویسید. ب) دو مورد ازمشکلات گوارشی ناشی از چاقی رابنویسید. ج) دو مورد از عوامل موثر دربروز چاقی رابنویسید.	۰/۷۵ ۰/۵ ۰/۵

www.kanoon.ir

نام و نام خانوادگی:	**باسمه تعالی** **وزارت آموزش و پرورش** **اداره کل آموزش و پرورش استان خراسان جنوبی** **مدیریت آموزش وپرورش شهرستان : بیرجند** **دبیرستان : فرزانگان**	**تاریخ امتحان** **۱۴۰۲/۱۰/۶**	**محل مهر آموزشگاه**
پایه : دوازدهم / **رشته:ریاضی– علوم تجربی**		تعداد صفحه:۳	تعداد سوال:۱۰
نام درس : سلامت وبهداشت	**طراح سوال : فاطمه فاروغی**	زمان شروع: ۸صبح	وقت: ۸۰ دقیقه

	ادامه سوالات صفحه سوم	
	د) برای سالم بودن غذا درمرحله طبخ ونگه داری توجه به چه نکاتی لازم است.	۱
۷	درمورد بیماری های غیرواگیر به پرسش های زیرپاسخ دهید. الف) پرنوشی وپر ادراری ازعلائم کدام دیابت است؟ ب) از علائم سکته مغزی ، سه مورد رابنویسید. ج) مهم ترین عوامل خطر بیماری های قلبی – عروقی رابنویسید. د) مهم ترین دلایل افزایش آمار سرطان رابنویسید.	۰/۲۵ ۰/۷۵ ۱ ۱
۸	درمورد بیماری های واگیر دار به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) در بیماری پدیکلوزیس انگل شپش سر دقیقا درکدام قسمت های بدن انسان زندگی می کند؟ ب) از انواع هپاتیت دو مورد از شایع ترین آنها را نام ببرید. ج) دو راه اصلی پیشگیری از انتقال HIVرا بنویسید. د) مهم ترین بیماری های ویروسی که از طریق دستگاه تنفسی انتشار می یابد را بنویسید.	۰/۵ ۰/۵ ۰/۵ ۰/۵
۹	درمورد بهداشت فردی به پرسش های زیر پاسخ دهید . الف) یک اختلال پوستی شایع در دوران بلوغ وجوانی را نام ببرید. ب) تنظیم سشوار روی حالت داغ چه آسیبی به مو می رساند؟ ج) از عوارض آلودگی صوتی دو مورد رابنویسید. د) دومورد از راه های اصلاح عیوب انکساری چشم رابنویسید. ه) بوی نامطبوع بدن وپا چگونه ایجاد می شود؟	۰/۲۵ ۰/۲۵ ۰/۵ ۰/۵ ۰/۵
۱۰	درمورد بهداشت ازدواج وباروری به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) رشد شخصیت مربوط به کدام یک از انواع بلوغ درآمادگی برای ازدواج است. ب) دو مورد از توصیه های بهداشتی برای باروری مردان را ذکرکنید.	۰/۲۵ ۰/۵

www-kanoon.ir

نام و نام خانوادگی:	**باسمه تعالی** **وزارت آموزش و پرورش** **اداره کل آموزش و پرورش استان خراسان جنوبی**	**تاریخ امتحان** **۱۴۰۲/۱۰/۶**	**محل مهر آموزشگاه**
پایه : دوازدهم **رشته:ریاضی–علوم تجربی**	**مدیریت آموزش وپرورش شهرستان : بیرجند** **دبیرستان : فرزانگان**	تعداد صفحه:۳	تعداد سوال:۱۰
نام درس : سلامت وبهداشت	**طراح سوال : فاطمه فاروغی**	زمان شروع: ۸صبح	وقت: ۸۰ دقیقه

	موفق ومویدباشید	

www-kanoon-ir

نام و نام خانوادگی:	**باسمه تعالی** **وزارت آموزش و پرورش** **اداره کل آموزش و پرورش استان خراسان جنوبی**	**تاریخ امتحان** **۱۴۰۲/۱۰/۶**	**محل مهر آموزشگاه**
پایه : دوازدهم / **رشته:ریاضی– علوم تجربی**	**مدیریت آموزش وپرورش شهرستان : بیرجند** **دبیرستان : فرزانگان**	تعداد صفحه:۳	تعداد سوال:۱۰
نام درس : سلامت وبهداشت	**طراح سوال : فاطمه فاروغی**	زمان شروع: ۸صبح	وقت: ۸۰ دقیقه

www-kanoon-ir

۱- الف) غ ب) غ ج) غ د) ص ه) غ و) غ ز) ص ح) ص

۲- الف) کوتاه ب) انفرادی ج) آ د) غدا زاد ه) کاهش و) پیچیده بدیکیوزیس
ز) اکتسابی ح) اسید نوکلئیک

۳- الف) مغذی ب) کمی ج) کاهش د) هایپوتیروئیدی و) کلسیم سفید
ز) شش ماه ح) منفی

۴- الف) ۲ ب) ۲ ج) ۱ د) ۳

۵- الف) انسانها همیشه درجهت وجوی راهها و روشهایی بوده وهستند که درمقابل بیماریها، حوادث وخطرات زندگی حیات خود را حفظ کنند وبه آن ادامه دهند.

ب) یعنی مصرف مقادیر کافی از مواد غذایی مورد نیاز برای حفظ سلامت بدن است.

ج) از زمان ورود ویروس به بدن تا زمانی که گلبولهای سفید آنتی بادی ترشح کند وسطح آنتی بادی به حد قابل تشخیص برسد، مدتی بین دو هفته و گاهی تا سه ماه طول می کشد. به این مدت زمان دوران پنجره می گویند.

د) این سلول تغییر یافته از سلولهای همسایه اش جدا می شود ودیگر از دستورها وعلائم داخلی که سلولهای دیگر در کنترل آنها هستند پیروی نمی کند وبه جای هماهنگی با سلولهای دیگر خودسرانه عمل می کند.

ه) چاقی عبارت است از تجمع غیر طبیعی وبیش از اندازه توده چربی در بدن به طوریکه سلامتی مرد را به خطر بیندازد.

۶- الف) سبک زندگی - وراثت وژنتیک - عوامل محیطی ودسترسی به خدمات بهداشتی ودرمانی
ب) کمبود صفرا والتهاب کبد
ج) عامل ژنتیک - عامل محیطی

www.kanoon.ir

Scanned with CamScanner

د) پختن کامل غذا: زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمتهای آن حداقل هفتاد درجه حرارت دیده باشد.

نگهداری غذا به صورت داغ یا سرد: غذا باید به صورت کاملاً داغ (۷۰ درجه به بالا) و یا کاملاً سرد (زیر ۱۰ درجه) نگهداری شود تا به مدت طولانی سالم بماند.

۷- الف) دیابت نوع یک

ب) سردردهای شدید - از دست دادن ناگهانی بینایی - گیجی ناگهانی

ج) مشارخون بالا و اختلالات چربی خون

د) تغییر در شیوه زندگی - عوامل محیطی - افزایش تعداد سالمندان با توجه به بالا رفتن سن امید به زندگی، چرا که بروز سرطان با افزایش سن، افزایش می یابد.

۸- الف) در ناحیه عقب سر در قسمت گردن و در پشت گوش.

ب) هپاتیت A، B و C

ج) عدم استفاده از سرنگ و سوزن مصرف شده و پرهیز از رفتارهای جنسی پرخطر

د) سرماخوردگی و آنفولانزا

۹- الف) آکنه ب) می تواند باعث خشکی و شکنندگی مو و دوتا خه شدن انتهای آن شود

ج) کم خوابی، خشکی و تحریک پذیری مزمن

د) لنفوم هوچکین

ه) از فعالیت باکتریهایی که در کف یا وسط انگشتان پا جمع می شوند ناشی می گردند.

۱۰- الف) بلوغ زودرس ب) پرهیز از کار نشسته طولانی مدت و ممتد - پرهیز از پوشیدن لباسهای تنگ و چسبان

Scanned with CamScanner