بسمه تعالی

نام :اداره کل آموزش و پرورش استان خراسان رضوی | نوبت امتحانی: دی ماه **1404**

نام خانوادگی : | اداره آموزش و پرورش جلگه رخ | پایه: دوازدهم تجربی و انسانی

تعداد سوال: **20**تاریخ امتحان:۱۴۰۴/۱۰/۲۴

نام درس: سلامت و بهداشت | (مهر آموزشگاه) | مدت امتحان:۸۰دقیقه

تربت حیدریه | دبیرستان دخترانه متوسطه دو کوثر رباط سنگ | تعداد صفحات3

نام و نام خانوادگی دبیر:	نمره به عدد:	تجدید نظر	نام و نام خانوادگی دبیر:	نمره به عدد:
تاریخ و امضا:	نمره به حروف:		تاریخ و امضا:	نمره به حروف:

ردیف	با توکل و همت بلند، مسیر آسان میشود.	بارم
1	به سوالات تستی زیر پاسخ دهید: الف) احساس پوچی و بی هدفی در زندگی ناشی از فقدان کدام بعد سلامت است؟ ۱) بعد جسمانی ۲) بعد روانی ۳) بعد اجتماعی ۴) بعد معنوی	۰/۲۵
	ب) مهم ترین منبع طبیعی ید چیست؟ ۱)جلبک دریایی ۲) ماهی های آب شیرین ۳) کنجد ۴) هیچ کدام	۰/۲۵
	ج)روی موجود در کدام ماده ی غذایی بهتر جذب بدن می شود؟ ۱) سبزی های سبز تیره ۲) بادام ۳) گردو ۴) گوشت گوسفند	۰/۲۵
	د) بر اساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن به چه عاملی بستگی دارد؟ ۱)تغذیه ۲) فعالیت بدنی ۳) درمان دارویی ۴) موارد ۱ و ۲	۰/۲۵
2	در جای خالی عبارت مناسب را بنویسید. الف) سلامت در لغت نامه ی دهخدا ..... معنی شده است . ب) غنی ترین منبع غذایی ویتامین «آ» ..... است. ج) از مهم ترین عوامل خطرساز برای بیماری های قلبی و عروقی، اختلالات چربی خون و ..... است که باید به طور منظم از نظر پزشکی چک شود.	۰/۵ ۰/۵ ۰/۵
3	موارد درست و نادرست را مشخص کنید. الف) سدیم در ترکیب هموگلوبین خون نقش دارد و وظیفه ی آن حمل اکسیژن است. (درست - نادرست) ب) آهن به ساخت و استحکام دندان ها و استخوان ها کمک می کند. (درست - نادرست) ج) آب در دفع مواد زاید و تنظیم دمای بدن نقش دارد. (درست - نادرست) د) کمبود روی منجر به کوتاهی قد و تأخیر در بلوغ می شود. (درست - نادرست) ه) فشار سیستولی همان فشار مینیمم است که همزمان با استراحت قلب میان دو ضربه ایجاد می شود. (درست - نادرست) و) چاقی می تواند باعث بلوغ زودرس و کم کاری غدد جنسی در پسران شود. (درست - نادرست)	۰/۲۵ ۰/۲۵ ۰/۲۵ ۰/۲۵ ۰/۲۵ ۰/۲۵
4	گزینه ی مرتبط را در مقابل هر مورد بنویسید . (یک گزینه اضافه است) «اسید چرب ترانس- مواد معدنی- کربوهیدرات- چربی- ویتامین- پروتئین» الف) نقش مهمی در عملکرد سیستم عصبی و ماهیچه ای ایفا می کند. ب) بدن برای رشد، ترمیم و حفظ بافت های عضلانی به آن نیاز دارد. ج) این مواد به سوخت و ساز سایر مواد در بدن کمک می کند. د)بدن برای حفظ گرما و ساخت سلول های مغزی و بافت های عصبی به آن نیاز دارد. ه)مواد مغذی که عملکرد های شیمیایی بدن را تنظیم می کند.	۰/۲۵ ۰/۲۵ ۰/۲۵ ۰/۲۵ ۰/۲۵
5	چرا پیشگیری بر درمان مقدم است؟(دو دلیل)	1

www.kanoon.ir

6	فرایند بروز سکته قلبی و مغزی را توضیح دهید؟	1
7	دو مورد از علائم فشار خون بالا را نام ببرید؟	1
8	الف) بیشترین قسمت کلسترول در داخل بدن در چه اندامی ساخته می شود؟ ب) به کدام نوع چربی خون کلسترول خوب گفته می شود؟ پ) این چربی چگونه می تواند باعث کاهش خطر بیماری های قلبی – عروقی شود؟	۱
9	نشانه های سکته مغزی چیست؟ (۴ مورد)	1
10	تومور بدخیم چه ویژگی هایی دارد؟	1
11	آزمایش غربالگری تشخیص سرطان پروستات چیست؟	۰/۲۵
12	علائم بیماری هپاتیت ب پس از ورود ویروس به بدن و گذشت یک دوره ی بدون علامت چیست؟ (۴ مورد)	1
13	در صورت ابتلای یکی از نزدیکان به بیماری هپاتیت ب چه نکاتی را باید رعایت کنیم؟ (۲ مورد)	1
14	آیا جواب منفی آزمایش فرد کشکوک به بیماری اچ آی وی، به معنای عدم ابتلای او است؟ توضیح دهید.	1
15	دو راه اصلی پیشگیری از انتقال اچ آی وی چیست؟	1

www-kanoon-ir

بسمه تعالی

نام :اداره کل آموزش و پرورش استان خراسان رضوی | نوبت امتحانی: دی ماه **1404**

نام خانوادگی : | اداره آموزش و پرورش جلگه رخ | پایه: دوازدهم تجربی و انسانی

تعداد سوال: **20**تاریخ امتحان:۱۴۰۴/۱۰/۲۴

نام درس: سلامت و بهداشت | (مهر آموزشگاه) | مدت امتحان:۸۰دقیقه

دبیرستان دخترانه متوسطه دو کوثر رباط سنگ | تعداد صفحات3

16	الف) شایع ترین بیماری های انگلی که از طریق پوست و مو به دیگران سرایت می کند چیست؟ ب) این انگل در کدام قسمت پوست زندگی می کند؟ پ) یک راه برای پیشگیری از ابتلا به این بیماری را بنویسید.	1
17	الف)نشانه اصلی بیماری دیابت چیست؟ ب) کدام نوع دیابت بیشتر در کودکان و نوجوانان دیده می شود؟ پ) اختلال یا کمبود چه هورمونی باعث ابتلا به این بیماری می شود؟	۰/۷۵
18	در باره بیماری های ناشی از غذا : الف) دو دلیل ابتلا به مسمومیت های غذایی را بنویسید؟ ب) انگل گوشت گاو که باعث ایجاد بیماری غذایی می شود ..... نام دارد.	۰/۷۵
19	چهار مورد از عوامل ایجاد چاقی در افراد چیست؟	1
20	چرا الگوی چاقی سیبی شکل خطرناک تر از الگوی چاقی گلابی شکل است؟	1
	هیچ چیز غیر ممکن نیست، وقتی با انگیزه و امید پیش بروید.	۲۰