سوال امتحان داخلی درس : سلامت و بهداشت

تاریخ امتحان: | جمهوری اسلامی ایران | نوبت : اول

وزارت کل آموزش و پرورش استان مازندارن | ساعت شروع امتحان: صبح

اداره آموزش و پرورش شهرستان بابل | مدت زمان : ۷۰ دقیقه

دبیرستان بهارستان

نام و نام خانوادگی : **پایه: دوازدهم** **رشته : کلیه رشته‌ها** **تعداد صفحه: ۳** **صفحه (۱)**

شماره سوال	شـــرح ســـؤال	بارم
۱	**در عبارات زیر موارد صحیح و غلط را مشخص کنید.** **الف) عوامل موثر بر سلامت، همیشه موجب تقویت فرد می‌شود.** ص ☐ غ ☐ **ب) چربی اشباع نشده عامل تعیین کننده‌ی سطح کلسترول خون است.** ص ☐ غ ☐ **ج) چاقی با الگوی سیب، خطر ابتلا به اختلالات خون را بیشتر افزایش می‌دهد.** ص ☐ غ ☐ **د) هر نوع تجمع غیرطبیعی و بیش از اندازه توده‌ی چربی در بدن، چاقی محسوب می‌شود.** ص ☐ غ ☐ **هـ) از عوامل مکانیکی ایجاد فساد مواد غذایی، می‌توان به تخریب بافت ماده غذایی اشاره کرد.** ص ☐ غ ☐ **و) به هنگام سکته قلبی، لخته‌ی خون قبل از پلاک، تشکیل می‌شود.** ص ☐ غ ☐	۱/۵
۲	**جاهای خالی را با عبارات مناسب پر کنید.** **الف) با توجه به دیدگاه اسلام؛ در تعریف سازمان بهداشت جهانی از سلامت، جنبه‌ی ..... آن غفلت شده است.** **ب) در گام اول خودمراقبتی، هدف باید ..... ، واقعی و ..... باشد.** **ج) احتمال ایجاد «وضعیت آنژین صدری» در الگوی چاقی ..... افزایش می‌یابد.** **د) سرطان به معنی رشد، تکثیر و گاهی ..... غیرطبیعی سلول‌های بدن است.** **هـ) یکی از شایع‌ترین بیماری‌های مزمن که برخی به عنوان قاتل خاموش از آن یاد می‌کنند ..... می‌باشد.** **و) در بیماری ایدز، در دوران ..... علیرغم این‌که ویروس در بدن فرد وجود دارد، نتایج آزمایش منفی است.**	۱/۵
۳	**از بین کلمات داخل پرانتز، گزینه مناسب را انتخاب کنید.** **الف) داشتن روحیه‌ی انتقادپذیری از ویژگی‌های سلامت (روانی- عاطفی / معنوی / اجتماعی) است.** **ب) اصل (تعادل / تنوع / تناسب) براساس سن، جنس، جنس و میزان فعالیت بدنی فرد، تعیین می‌شود.** **ج) از عوارض جانبی (کاهش/ افزایش) سریع وزن بدن می‌توان به بروز سنگ کیسه صفرا اشاره کرد.** **د) ویروس HIV تنها در (گلبول قرمز/ پلاکت/ گلبول سفید) قادر به ادامه حیات است.**	۱
۴	**با توجه به مطالب کتاب درسی گزینه صحیح را انتخاب کنید:** **الف) شرایط زندگی و امنیت، جزء کدام‌یک از عوامل مؤثر بر سلامت می‌باشد؟** **۱) عوامل ژنتیکی و فردی ☐** **۲) عوامل محیطی ☐** **۳) دسترسی به خدمات بهداشتی درمانی ☐** **۴) سبک زندگی ☐**	۲
	ادامه در صفحه دوم	

www.kanoon.ir

شماره سوال	شـــرح ســـؤال (صفحه ۲)	بارم
۴	**ب) کدام مورد از عوامل زمینه‌ساز بیماری فشار خون بالا، غیرقابل پیشگیری است؟** **۱) مصرف دخانیات و الکل ☐ ۲) سابقه خانوادگی ☐** **۳) تغذیه نامناسب ☐ ۴) کم‌تحرکی ☐** **ج) کنترل خشم، جزء کدام‌یک از انواع خود مراقبتی محسوب می‌شود؟** **۱) جسمی ☐ ۲) اجتماعی ☐ ۳) روانی- عاطفی ☐ ۴) معنوی ☐** **د) بلوغ زودرس و پرخوری عصبی به ترتیب مربوط به کدام از عوارض چاقی می‌باشد؟** **۱) مشکلات غددی- مشکلات گوارشی ۲) مشکلات گوارشی- مشکلات روانی** **۳) مشکلات سیستم عصبی- مشکلات گوارشی ۴) مشکلات غددی- مشکلات روانی**	
۵	**به سؤالات زیر پاسخ کوتاه بدهید:** **الف) عبارت «آگاه باشید تنها یاد خدا آرامش‌بخش دل‌هاست» اشاره به کدام بعد سلامت است؟** **ب) دو روش زود بازده کاهش وزن را نام ببرید.** **ج) به حالتی که خون کافی به عضله قلب نمی‌رسد چه می‌گویند؟** **د) کشف و ساخت انواع واکسن در کاهش کدام دسته از بیماری‌ها مؤثر بوده است؟**	۲
۶	**اصطلاحات زیر را تعریف کنید:** **الف) بهداشت:** **ب) خودمراقبتی:**	۱
۷	**در رابطه با بیماری‌هاس واگیردار به این پرسش‌ها پاسخ دهید.** **الف) کدام بیماری است که از طریق خون و ترشحات بدن منتقل می‌شود و به صورت زردی بروز می‌کند؟** **ب) در آلودگی به شپش سر، عامل بیماری در کدام نواحی بدن زندگی می‌کند؟ (دو مورد)**	۱
۸	**برای هر یک از موارد زیر دلیل علمی بیان کنید.** **الف) در کشور ما برای تأمین ید مورد نیاز بدن باید از نمک یددار تصفیه شده استفاده کرد.** **ب) میوه‌های ضربه دیده با گذشت زمان فاسد می‌شوند.**	۱
	ادامه در صفحه دوم	

www-kanoon-ir

شماره سوال	شـــرح ســـؤال (صفحه ۲)	بارم
۹	**برای تشخیص هر یک از انواع سرطان‌های زیر، کدام روش غربالگری استفاده می‌شود؟** **الف) سرطان سینه:** **ب) سرطان پروستات:**	۰/۵
۱۰	**الف) فشار سیستولی (ماکزیمم) چگونه ایجاد می‌شود؟** **ب) دو مورد از راه‌های کنترل بیماری‌های واگیردار را بنویسید.**	۲
۱۱	**فردی از اعضای یک خانواده به بیماری هپاتیت B مبتلا شده است، برای جلوگیری از انتقال این بیماری به دیگر اعضای خانواده، رعایت چه نکاتی ضروری است؟ (ذکر ۲ مورد)** **۱-** **۲-**	۱
۱۲	**فردی در طول یک ماه از وزن ۶۶ کیلوگرم به ۵۵ کیلوگرم رسیده است. این فرد ممکن است دچار چه عوارضی در معـده خود شود؟ (دو مورد)**	۰/۵
۱۳	**نقش مواد غذایی زیر در بدن را بنویسید.** **چربی:** **پروتئین:**	۱
۱۴	**کمبود ریزمغذهای زیر موجب چه مشکلاتی می‌شود؟** **کمبود روی در کودکان:** **کمبود کلسیم:**	۱
۱۵	**شاخص توده بدنی برای چه افرادی کاربرد ندارد؟ (۴ مورد)**	۱
۱۶	**فشار خون در طول روز تحت تأثیر چه عواملی تغییر می‌کند؟ (۴ مورد)**	۱
۱۷	**اصل تغذیه صحیح به چه معناست و بر چه اساسی در افراد فرق می کند؟ ۲ مورد**	۱

موفق و پیروز باشید.