" باسمه تعالی"

نام و نام خانوادگی:	ادارهٔ کل آموزش و پرورش استان گیلان – شهرستان /ناحیه/منطقه بندرانزلی واحد آموزشی: دبیرستان غیردولتی نو اندیش متوسطه دوم نوبت اول سال تحصیلی 1405-1404 پایهٔ : دوازدهم	ساعت شروع : . . : 10صبح
تاریخ امتحان: 1404/10/ 29	سؤالات درس : سلامت و بهداشت دبیر مربوطه: احمدی	مدت امتحان: 75 دقیقه
شهرستان/ناحیه/منطقه: بندرانزلی	نام آموزشگاه: دبیرستان غیردولتی نواندیش متوسطه دوم	تعداد صفحات: ..... صفحه

ردیف	سؤالات	نمره
1)	درستی یا نادرستی هر یک از عبارت های زیر را مشخص کنید. الف) در هرم غذایی، حبوبات و مغزها در سطح بالاتری نسبت به سبزیجات قرار دارند. ب) در بین عوامل موثر بر سلامت، سبک زندگی بیشترین تأثیر را بر سلامت افراد دارد. ج) در درمان، تربیت نیروی انسانی برای خدمات درمانی مستلزم صرف وقت زیاد و هزینه فراوان است. د) بروز خطای به وجود آمده در تقسیم سلولی، یک سلول طبیعی را به یک سلول سرطانی مبدل می کند.	2
2)	جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید. الف) با توجه به ابعاد سلامت، سازگاری فرد با خودش و دیگران مربوط به سلامت ..... می باشد. ب) یکی از مواد معدنی که به حفظ تعادل در بدن یاری می رساند ..... است. ج) در سکته مغزی، مدت زمان طلایی برای نجات یک فرد، حدود ..... ساعت است. د) کمبود روی در کودکان سبب کاهش سرعت رشد و تأخیر در ..... آنها می شود.	2
3)	در ارتباط با تغذیه سالم به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) کدام گروه از ویتامین های محلول در آب یا چربی، قابلیت ذخیره شدن در بدن را ندارد؟ ب) بر اساس الگوهای چاقی، تجمع چربی در کدام ناحیه بدن موجب افزایش خطر ابتلا به بیماری های قلبی – عروقی می شود؟ ج) براساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن و برخورداری از وزن مطلوب به چه عواملی بستگی دارد؟	2
4)	در مرحله طبخ و نگهداری غذا، چه زمانی پخت غذا کامل است؟	0/5
5)	جدول زیر در رابطه با بیماری های واگیردار و شیوه انتقال آنها است. موارد الف، ب و ج را بنویسید. نام بیماری | شیوه انتقال و انتشار آنفولانزا | الف) ..... ب) ..... | دستگاه تناسلی وبا | ج)	1/5

www-kanoon-ir

" باسمه تعالی"

نام و نام خانوادگی:	ادارهٔ کل آموزش و پرورش استان گیلان – شهرستان /ناحیه/منطقه بندرانزلی واحد آموزشی: دبیرستان غیردولتی نو اندیش متوسطه دوم نوبت اول سال تحصیلی 1405-1404 پایهٔ : دوازدهم	ساعت شروع : . . : 10صبح
تاریخ امتحان: 1404/10/ 29	سؤالات درس : سلامت و بهداشت دبیر مربوطه: احمدی	مدت امتحان: 75 دقیقه
شهرستان/ناحیه/منطقه: بندرانزلی	نام آموزشگاه: دبیرستان غیردولتی نواندیش متوسطه دوم	تعداد صفحات: ..... صفحه

ردیف	سؤالات	نمره
6)	الف)وزن مطلوب در افراد، به چه عواملی بستگی دارد؟ ب) دو مورد از عوارض بیشتر بیماری های غذازاد را بیان کنید.	2
7)	در مورد بهداشت و ایمنی مواد غذایی به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) استفاده از اسپری سوسک کش برای از بین بردن سوسک های خانگی جز کدام دسته از عوامل ایجاد فساد در مواد غذایی است؟ ب) محیط نگهداری میوه ها علاوه بر خنک بودن چه ویژگی دیگری لازم دارد؟	1
8)	هر یک از عبارت های زیر مربوط به کدامیک از بیماری های مقابل است؟ (وبا – ایدز – هپاتیت – سوزاک) الف) متنوع ترین بیماری واگیردار = ... ب) سوزش ادرار= ..... ج) سرکوب سیستم ایمنی = ... د) عامل مرگ بیش از نیمی از کودکان خردسال = ...	2
9)	جدول زیر را کامل کنید. [table]	2
10)	در رابطه با کنترل وزن و تناسب اندام پاسخ دهید. الف) دارویی را نام ببرید که موجب چاقی می شود؟ ب) طبقه بندی نمایه بدن برای چه افرادی کاربرد ندارد؟ (2 مورد)	1/5
11)	الف) در بیماری هپاتیت، کدام اندام التهاب پیدا می کند و فعالیت آن مختل می شود؟ ب) علاوه بر احساس فشار آزار دهنده در وسط قفسه سینه، مهمترین علامت بالینی در سکته قلبی چیست؟ (2 مورد) ج) رشد تومورهای بدخیم چگونه بر عملکرد سلول های سالم تأثیر می گذارد؟	2
12)	هر یک از عبارات زیر به کدام نوع دیابت (1 یا 2) اشاره دارد؟ الف) عواملی مانند اختلال در سیستم ایمنی بدن در ایجاد آن نقش دارد. ب) عمدتا در سنین پایین دیده می شود. ج) تأخیر در بهبود زخم و بریدگی ها از علائم معمول آن است.	1/5
	جمع کل نمرات	

	LDL	بیماری های قلبی - عروقی	سطح کلسترول
اسیدچرب اشباع	[redacted]	الف)	افزایش
اسیدچرب غیراشباع	ب)	کاهش	ج) .....
اسید چرب ترانس	د)	افزایش	[redacted]

** موفق باشید **

نمره به عدد	نمره به حروف	نام و نام خانوادگی دبیر مربوطه و امضاء