نام:	بسمه تعالی	دی ماه ۱۴۰۴
نام خانوادگی :	مدیریت آموزش و پرورش شهرستان بهار	زمان : ۷۰ دقیقه
نام پدر :	دبیرستان نمونه دولتی امام موسی کاظم(ع)	تاریخ : ۱۴۰۴/۱۰/
شماره دانش آموز:	آزمون درس پایه **سلامت و بهداشت** رشته ریاضی فیزیک	سال تحصیلی۰۵-۰۴
تعداد صفحه:	تعداد سوال :	صفحه ۱

ردیف	محل جمله تریتی	نمره
۱	**درست یا نادرست بودن جملات زیر را مشخص کنید.** ۱.در اسلام بدن انسان هدیه و امانت الهی برای تکامل روح به حساب می آید. ۲.رشدُ ترمیم و حفظ بافت های عضلانی از عملکرد چربی هاست. ۳.پدیکلوزیس یکی از شایع ترین بیماری های انگلی می باشد. ۴.زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت های آن حداقل۷۰درجه سانتیگراد حرارت دیده باشد.	۱
۲	**جاهای خالی جملات را با کلمات مناسب پر کنید.** ۱-.....، میزان سلامت چشمها و سطح توانایی حس بینایی را نشان می دهد. ۲-مشکلات گوارشی مانند سنگ صفرا و التهاب کبد از عوارض ..... هستند. ۳-به..... کلسترول خوب می گویند. ۴-از وظایف مهم گوش به غیر از شنوایی می توان ..... را نام برد.	۱
۳	**در عبارات زیر از میان واژه های داده شدهُ مناسب ترین واژه را انتخاب کنید.** ۱-سوسک های خانگی در دسته(عوامل شیمیایی/عوامل بیولوژیکی)فساد مواد غذایی قرار دارند. ۲-بیشترین علل مرگ و میر در ایران مربوط به بیماری های(واگیر دار/غیر واگیر)است. ۳-(.LDL /HDL)سبب افزایش بروز بیماری های قلبی عروقی می شود. ۴.در دوران پنجره ویروس اچ آی وی در بدن فرد هست ولی نتیجه ی آزمایش(مثبت/منفی)است.	۱
۴	**از میان گزینه های داده شده پاسخ درست را انتخاب کنید.** **۱-بیشترین تاثیر بر سلامت، سهم کدامیک از عوامل موثر بر سلامت است؟** الف) عوامل محیطی ب) عوامل ژنتیکی و فردی ج) دسترسی به خدمات بهداشتی و درمانی د) سبک زندگی **۲-"طبیعی بودن نبض"و"داشتن روحیه انتقادپذیری"به ترتیب مربوط به کدام نشانهی سلامت است؟** الف) اجتماعی- روانی ب)جسمانی-اجتماعی ج)روانی-معنوی د)جسمانی-روانی **۳-کدامیک از مواد مغذی زیر به ازای مصرف هر گرم، انرژی بیشتری در بدن تولید می کند؟** الف)کربوهیدراتها ب)چربیها ج) پروتئینها د) ویتامینها و مواد معدنی **۴-چند درصد حجم بدن، آب است؟** الف)۶۰٪ ب)۷۰٪ ج)۸۰٪ د)۹۰٪ **۵-موثرترین راه پیشگیری از آلودگی به ویروس هپاتیت چیست؟** الف) عدم تماس با پوست بریده یا زخم شده بیمار ب) تزریق واکسن	۱/۲۵

www-kanoon-ir

	ج)استفاده نکردن از وسایل تیز و برنده مثل تیغ و ناخنگیرِ متعلق به شخص بیمار د) عدم تماس با مایعات و خون بیمار	
۵	**در زیر چند ماده مغذی به همراه نقش شان در بدن آورده شدهُ موارد مرتبط به هم را با فلش وصل کنید.** **(الف) (ب)** **سدیم در ترکیب هموگلبین نقش اساسی دارد و وظیفه حمل اکسیژن را برعهده دارد** **کلسیم ساخت دندان هاُ استخوان ها و حفظ استحکام آنها** **آهن تعادل مایعات در بدن**	۰/۷۵
۶	**به پرسشهای زیر پاسخ کوتاه دهید.** **۱.قابل درک ترین بعد سلامت کدام است ؟(۰/۲۵).** **۲.وقت گذراندن با خانواده مربوط به کدام یک از انواع خود مراقبتی است ؟** **۳.کدام ویتامین براثر تابش مستقیم آفتاب بر پوست ساخته می شود ؟** **۴.یک دارو نام ببرید که منجر به چاقی می شود ؟** **۵.مرحله انتهایی و پیشرفتهHIVچه نام دارد ؟** **۶.کدامیک از الگوها ی چاقی خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی را افزایش می دهد ؟** **۷.دو بیماری نام ببرید که از طریق دستگاه گوارش منتقل می شوند؟** **۸.یک مورد از عوارض جانبی کاهش سریع و غیر اصولی وزن را بنویسید.** **۹.دو مورد از عوامل فیزیکی فساد مواد غذایی را نام ببرید ؟** **۱۰. شریان تغذیه کننده قلب چه نام دارد ؟**	۳
۷	**سوالات تشریحی:(به سوالات زیر پاسخ مناسب و کامل بدهید)** **۱.منابع هر یک از ریز مغذی های زیر را بنویسید(ذکر یک مورد)-۰/۵** **الف)روی..... ب)ید.....** **۲.دو مورد از نشانه های سلامت جسمانی را بنویسید.۰/۵** **۳.مهم ترین علامت بالینی سکته قلبی را بنویسید.۰/۵** **۴.یکی از روش های رفع بوی نامطبوع بدن را بنویسید.۰/۵** **۵.در صورتی که یکی از اعضای خانواده به بیماری هپاتیتB مبتلا باشدُ برای جلوگیری از انتقال بیماری به سایر اعضای خانواده رعایت چه نکاتی ضروری است ؟(ذکر یک مورد)۰/۵** **۶.یکی از راه های انتقالHIVرا بنویسید.۰/۵** **۷.دو مورد از مواردی که منجر به تشدید آکنه می شوند را بنویسید.۰/۵**	

www-kanoon-ir

۸.تنها راه قطعی تشخیص کم شنوایی چیست ؟۰/۵

۹.برای تشخیص موارد زیر چه آزمایشی را باید انجام داد ؟۰/۷۵
الف)سرطان روده..... ب)سرطان پروستات..... ج)سرطان دهانه رحم.....
۱۰.ابن سینا سلامت را چگونه تعریف کرده ؟آن را بنویسید.۰/۷۵

۱۱.مهم ترین بیماری های مزمن شناخته شده در جهان مرتبط با سبک زندگی را نام ببرید(ذکر سه مورد).۰/۷۵

۱۲.عامل خطر ساز دیابت نوع۲ که قابل پیشگیری هستند را نام ببرید(ذکر۳مورد)۰/۷۵

۱۳.تغذیه صحیح را تعریف کنید.۱

۱۴.افراد چاق و دارای اضافه وزن برای کاهش وزن الزم است دو اصل را رعایت کنندُ آن ها را نام ببرید.۱

۱۵.عوامل پوسیدگی دندان را نام ببرید(۴مورد)۱

۱۶.سکته مغزی با چه علائمی همراه است ؟(ذکر دو مورد)۱

۱۷.دو مورد از علایم بیماری های دستگاه تناسلی را نام ببرید.۱

www.kanoon.ir

نمره به عدد:	نمره به حروف:	نام نام خانوادگی دبیر:	تاریخ :	امضا: