درخت تو گر بار دانش بگیرد به زیر آوری چرخ نیلوفری را

نمونه سوالات امتحانی دی ماه

آیا با بسته جهش کانون آشنا هستید؟

یکی از ابتکارات امسال کانون فرهنگی آموزش(قلم چی) بسته جهش می‌باشد که در ۳ حوزه ، فرایند آموزش شما را تکمیل خواهد کرد و باعث پیشرفت نمرات شما در مدرسه میشود.



✓ **آزمون های تشریحی کانون از دوم دبستان تا دوازدهم: با هدف تمرین بیشتر و بهبود نمرات در مدرسه و امتحانات نیمسال اول و دوم**



✓ **فیلم های آموزشی آفلاین پیشرفت: تدریس توسط مجرب ترین دبیران پرمخاطب کشور، منطبق بر برنامه آموزش و پرورش و کتاب درسی با هدف پیشرفت در مدرسه**



✓ **نرم افزار پلکان یادگیری: شامل آزمون‌های تستی و تشریحی در سطوح مقدماتی و پیشرفته، با امکان ساخت آزمون در هر سطح دشواری**



kanoonBook.ir

برای دریافت جایزه ویژه از کانون بوک و یا آشنایی بیشتر با بسته جهش کانون، عدد ۳۳ را به سر شماره ۹۰۰۰۸۴۵۱ ارسال کنید.

www.kanoon.ir

بسمه تعالی			
سوالات آزمون درس:سلامت و بهداشت	رشته :کلیه ی رشته ها	ساعت شروع: ۱۰:۳۰ صبح	مدت آزمون: ۹۰ دقیقه
نام و نام خانوادگی :	پایه:دوازدهم	تاریخ آزمون:۱۴۰۴/۱۰/۰۴	تعداد صفحه: ۴
سوالات هماهنگ نوبت دی ماه – سال تحصیلی ۱۴۰۵–۱۴۰۴		آموزش متوسطه دوم نظری تربت حیدریه	

ردیف	سوالات	نمره
۱	**درستی یا نادرستی هر یک از عبارت های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید .** **الف)** تامین سلامت افراد جامعه از وظایف اولیه حکومت‌ها است. **ب)**.هنگام صحبت از بهداشت، تنها موضوع پیشگیری مورد توجه قرار می‌گیرد. **ج)** HIVآزمایش تشخیصی اختصاصی دارد و با آزمایش‌های متداول مشخص نمی‌شود. **د)** در دهان هر فرد به طور طبیعی انواع مختلفی از میکروب‌ها وجود دارد که همگی عامل پوسیدگی دندان هستند. **ه)** یکی از بیماری‌های جسمی که موجب بروز چاقی می‌شود پرکاری تیروئید است. **و)** سکته قلبی همواره به شکل ناگهانی و شدید اتفاق می افتد. **ز)** برای پیشگیری از نوعی هپاتیت که می تواند بدون علامت باشد ، از واکسن استفاده می شود. **ح)** روند چاقی در ایران بر خلاف اکثر کشورهای جهان سیر صعودی دارد.	۲
۲	**در عبارات زیر،جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید**. **الف)** الگوی خرید سبد غذایی، نمونه ای از ..... به عنوان یکی از عوامل موثر بر سلامت به شمار می رود. **ب)** دانشمندان طب سنتی به پیروی از .....سلامت را ناشی از تعامل میان مزاجهای چهارگانه دانسته‌اند. **ج)** استفاده بیش از حد از برخی از مکمل های ویتامین می تواند منجر به ..... شود. **د)** کسب مهارت‌های لازم در خود مراقبتی در..... ما در رسیدن به اهداف موثر است. **ه)** فیبر با جلوگیری از..... نقش موثری در سلامت دارد. **و)** فشار خون ..... هم زمان با استراحت قلب میان دو ضربان ایجاد ودر مخرج کسر نشان داده می شود. **ز)** یک ابزار دستی با نور و عدسی بزرگنمایی که برای معاینه گوش استفاده می‌شود..... نام دارد. **ح)** فردی که دارای BMI ، ۳۷ است در محدوده چاقی درجه .....قرار دارد.	۲
۳	**از بین کلمات داخل پرانتز ، کلمه مناسب را انتخاب کنید.** **الف)** مصرف دارو به (کاهش /حذف)ویروس HIV در خون و ترشحات جنسی منجر می‌شود. **ب)** بر اساس مطالعات انجام شده بیماری (دیابت / هپاتیت) با سبک زندگی ارتباط مستقیم ندارد. **ج)** روی موجود در ماده غذایی (بادام / تخم مرغ) بهتر جذب می شود. **د)** التهاب مزمن از مشکلات (گوارشی / قلبی – عروقی) ناشی از عوارض چاقی می باشد. **ه)** با توجه به تعریف سلامت تامین سلامت مستلزم(رعایت بهداشت /خود مراقبتی)است. **و)** برای تشخیص سرطان (روده / دهانه رحم) از روش کولونوسکوپی استفاده می شود. **ز)** در بیماری آنفلوآنزا(همانند /برخلاف)کرونا ویروس از طریق عطسه یا سرفه عفونی به دیگران سرایت می کند. **ح)** پرتوهای (UVA / UVB) آسیب مستقیم بر(DNA) وارد می کنند.	۲

www.kanoon.ir

بسمه تعالی			
سوالات آزمون درس:سلامت و بهداشت	رشته :کلیه ی رشته ها	ساعت شروع: ۱۰:۳۰ صبح	مدت آزمون: ۹۰ دقیقه
نام و نام خانوادگی :	پایه:دوازدهم	تاریخ آزمون:۱۴۰۴/۱۰/۰۴	تعداد صفحه: ۴
سوالات هماهنگ نوبت دی ماه – سال تحصیلی ۱۴۰۵–۱۴۰۴		آموزش متوسطه دوم نظری تربت حیدریه	

ردیف	سوالات	نمره
۴	**در پرسش های چهارگزینه ای زیر، گزینه مناسب را انتخاب کنید.** **الف) کدام بیماری می تواند هم از عوارض چاقی و هم از عوارض جانبی کاهش سریع وزن باشد؟** ۱) یبوست ۲) افسردگی ۳) تومور مغزی ۴) دیابت نوع۲ **ب) ویروس HIV از کدام طریق قابل سرایت نیست؟** ۱) اشک و بزاق ۲) شیر مادر ۳) تزریق با سوزن مشترک ۴) دریافت خون آلوده **ج) کدام گزینه نادرست است ؟** ۱) بیشترین علل مرگ در ایران مربوط به بیماری های واگیر دار است . ۲) کلسترول ماده ای از جنس چربی است که در تمام سلول های بدن وجود دارد. ۳) سر درد در ناحیه پس سر، از علائم فشار خون بالاست. ۴) سرطان یعنی رشد ، تکثیر و گاهی انتشار غیر طبیعی سلول های بدن. **د) داشتن روحیه انتقادپذیری و پایبندی به اخلاقیات به ترتیب هریک نشان دهنده کدام بعد سلامت هستند؟** ۱) روانی-اجتماعی ۲)اجتماعی- معنوی ۳)روانی-معنوی ۴)معنوی-اجتماعی	۱
۵	**متاسفانه امروزه با توجه به اهمیت کاهش وزن ، تعدادی از افراد مختلف به سراغ روش های نامناسب زود بازده برای کاهش وزن می روند .با توجه به این موضوع به سوالات پاسخ دهید.** **الف**– یکی از این روش ها ی کاهش وزن زودبازده را نام ببرید. **ب**– در چه صورت بعد از کاهش وزن سریع ، دوباره وزن از دست رفته شان بازخواهد گشت؟	۱
۶	**با توجه به چربی های موجود در مواد غذایی به سوالات پاسخ دهید.** **الف**– اسیدهای چرب غیر اشباع ،چه تاثیری بر سطح کلسترول خون می گذارند ؟ **ب** –در روغن های نباتی جامد موجود در غذاهای سرخ شده ،کدام چربی موجود در مواد غذایی رویت می شود؟	۰/۷۵
۷	**با توجه به متن زیر و قسمتهای مشخص شده به سوالات مربوط به برنامه غذایی سالم پاسخ دهید.** خانم قوامی، مادریک خانواده چهار نفره می باشد ،که دختری ده ساله و پسری چهارده ساله دارد .پدر خانواده به علت کمبود ید ، دچار بیماری شده است .خانم قوامی همسر ایشان می داند که میزان و نوع غذایی که هر یک از اعضای خانواده اش مصرف می کند، باید با نیازمندی های تغذیه ای آنها متناسب باشد .به همین منظور با توجه به سن فرزندانش سعی می کند از ریز مغذی در برنامه غذایی آنها استفاده کند تا دچارکاهش سرعت رشد و کوتاهی قد و تاخیر در بلوغ نشوند.همچنین او می داند فقط برنامه غذایی سالم ، باعث حفظ و ارتقای سلامت در طول زندگی افراد نمی شود، به همین منظور انجام فعالیت هایی را به اعضای خانواده خود پیشنهاد می کند.	۱/۲۵

www-kamoon.ir

بسمه تعالی			
سوالات آزمون درس:سلامت و بهداشت	رشته :کلیه ی رشته ها	ساعت شروع: ۱۰:۳۰ صبح	مدت آزمون: ۹۰ دقیقه
نام و نام خانوادگی :	پایه:دوازدهم	تاریخ آزمون:۱۴۰۴/۱۰/۰۴	تعداد صفحه: ۴
سوالات هماهنگ نوبت دی ماه – سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴		آموزش متوسطه دوم نظری تربت حیدریه	

ردیف	سوالات	نمره
	الف –نام بیماری ،پدر خانواده را ذکر کنید . **ب**– خانم قوامی ،کدام اصل از اصول تغذیه سالم را رعایت می کند. **ج**–مادر خانواده ، کدام ریزمغذی را در برنامه غذایی فرزندانش قرار داده است ؟ **د** –خانم قوامی در کنار برنامه غذایی سالم ، چه فعالیتهایی برای حفظ و ارتقای سلامت خانواده خود به آنها پیشنهاد می کند؟	
۸	فردی مشکوک به بیماریHIV بوده و دو روز بعد، آزمایش داده است و نتیجه آزمایش وی منفی شده است. آیا این به معنای عدم ابتلای وی به این بیماری است؟ توضیح دهید.	۰/۷۵
۹	**در ارتباط با بیماری های غیر واگیر به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید.** **الف**: در سکته مغزی زمان طلایی برای بازگرداندن جریان خون به مغز و نجات فرد حدود چند ساعت است؟ **ب:** تومور بدخیم قابلیت دست درازی به بافت های دیگر را دارد یا تومور خوش خیم؟ **ج:** در کدام یک از انواع دیابت، لوزوالمعده اصلا قادر به تولید انسولین نیست؟ **د:** یکی ازمهم ترین عواملی که خطر ابتلا به بیماری های قلبی و عروقی را افزایش می دهند را بنویسید.	۱
۱۰	در ارتباط با گام های برنامه ریزی برای خودمراقبتی ،دو ویژگی اولین گام خودمراقبتی را بنویسید.	۰/۵
۱۱	چرا مرحله پیشرفته HIV همراه با بیماری های مختلف از جمله بدخیمی ها و سرطان به همراه است ؟	۰/۵
۱۲	**هر یک از علائم زیر به کدام بیماری غیر واگیر داخل پرانتز اشاره دارد ؟** **(فشار خون بالا – دیابت نوع ۱ – سکته قلبی – سکته مغزی – دیابت نوع ۲)** الف) انتشار درد قفسه سینه به شانه ها ، گردن، بازوها و فک پایین . ب)تنگی نفس شبانه و یا در هنگام فعالیت. ج) احساس سوزش در انگشتان دست و پا . د)عدم کنترل عضلات و تعادل.	۱
۱۳	**در مورد بیماری دیابت به سوالات زیر پاسخ دهید.** **الف)** ویروس از عوامل ایجاد کدام نوع دیابت است ؟ **ب)** در کدام نوع دیابت ، بدن به انسولین مقاومت نشان می دهد ؟ **ج)** پرنوشی و پرادراری از علائم بیماران مبتلا به کدام نوع دیابت است ؟	۰/۷۵
۱۴	**در ارتباط با مواد مغذی مورد نیاز بدن به سوالات زیر پاسخ دهید.** **الف)** روغن کبد ماهی غنی‌ترین منبع تامین کننده کدام ویتامین است؟ **ب)** مصرف ماهی کیلکا را برای تامین کدام ریز مغذی پیشنهاد می‌کنید؟ **ج)** کدام عنصر به حفظ تعادل مایعات بدن یاری می‌رساند؟ **د)** انواع خشکبار، برگه هلو، آلو و سبزی‌های با برگ تیره منبع تامین کننده کدام ریز مغذی هستند؟	۱

www.kanoon.ir

بسمه تعالی			
سوالات آزمون درس:سلامت و بهداشت	رشته :کلیه ی رشته ها	ساعت شروع: ۱۰:۳۰ صبح	مدت آزمون: ۹۰ دقیقه
نام و نام خانوادگی :	پایه:دوازدهم	تاریخ آزمون:۱۴۰۴/۱۰/۰۴	تعداد صفحه: ۴
سوالات هماهنگ نوبت دی ماه – سال تحصیلی ۱۴۰۵–۱۴۰۴		آموزش متوسطه دوم نظری تربت حیدریه	

ردیف	سوالات	نمره
۱۵	**در رابطه با بیماری های چشم به پرسش های زیر پاسخ دهید.** **الف)** چه هنگام از قطره اشک مصنوعی استفاده می شود؟ **ب)**کره چشم این افراد معمولا کوچک تر از حد طبیعی می باشد . **ج)** کدام یک ازعیوب انکساری چشم به دلیل سخت شدن پوسته عدسی به وقوع می پیوندد؟ **د)** در این بیماری شکل غیر عادی قرنیه باعث تاری دید می شود.	۱
۱۶	**با توجه به اصول و موازین بهداشتی در جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی هر یک از موارد زیر به کدام اصل اشاره دارد .** **الف)**نگهداری غذا به صورت داغ یا سرد **ب)**مبارزه با حشرات و جوندگان ناقل بیماری	۰/۵
۱۷	**شخصی دچار سوزش ادرار در هنگام دفع می باشد، درمورد این شخص به سوالات زیر پاسخ دهید.** **الف)** از بین دو بیماری ایدز و سوزاک ، این فرد احتمالا به کدام یک مبتلاست ؟ **ب)** دو مورد از عوارض جدی این بیماری را در صورت عدم درمان ذکر کنید.	۰/۷۵
۱۸	**جدول زیر در رابطه با عوامل موثر در فساد مواد غذایی است هر یک از موارد ستونA با یکی از موارد ستون B ارتباط بیشتری دارد، شماره هر یک از موارد را در پاسخ برگ بنویسید.**	۱
۱۹	**در مورد بهداشت فردی به سوالات زیر پاسخ دهید.** **الف)** چه زمانی در طول شبانه روز از خوابیدن طولانی پرهیز کنیم ؟ **ب)** در استفاده از ابزارهای شنیداری (مثل هدفون) عدم رعایت قانون ۶۰درصد ، ۶۰ دقیقه می تواند منجر به کدام یک از انواع کم شنوایی شود ؟ **ج)** در هنگام استفاده از محصولات بهداشتی حذف موهای زائد ،باید دقت شود تا کدام بخش مو آسیب نبیند؟ **د)** علت بوی بد دهان هنگام بیدارشدن از خواب شبانه چیست ؟	۱.۲۵
	موفق باشید	۲۰نمره

A	B
الف) عوامل شیمیایی	۱. نگهداری مواد غذایی فاسد شدنی در یخچال
ب) عوامل بیولوژیکی	۲. ترشحات دهان سوسک خانگی
ج) عوامل فیزیکی	۳. عدم دسترسی به آب سالم
د) عوامل مکانیکی	۴. استفاده غیر مجاز از سموم دفع آفات
	۵. واژگون شدن جعبه‌های حاوی سیب