بسمه تعالی			
سوالات آزمون درس: سلامت و بهداشت	رشته :همه رشته ها	ساعت شروع: ۸صبح	مدت آزمون: ۷۵ دقیقه
نام و نام خانوادگی :	پایه: دوازدهم	تاریخ آزمون: ۴۰۲/۱۰/۳۰	تعداد صفحه: ۳
امتحانات دی ماه ۱۴۰۲	آموزش و پرورش ناحیه ۳	آموزشگاه:	مهر آموزشگاه

ردیف	سـوالات	نمره
۱	**درستی یا نادرستی هر یک از عبارات زیر را مشخص نمایید.** الف) پروتئین موجود در سیب زمینی نقش مهمی در عملکرد اندام درونی (قلب و کلیه) بازی می کند. ب) کلسیم درترکیب هموگلوبین نقش اساسی دارد و وظیفه آن حمل اکسیژن می باشد. ج) گاهی عوامل موثر بر سلامت، می تواند سلامت فرد را تهدید کند. د) دیابت نوع یک شایع ترین نوع دیابت است. ه) مشاوره ژنتیک برای همه افراد الزامی نیست. و) حداکثر کاهش وزن مجاز در طول یک هفته ۲ تا ۳ کیلوگرم است. ز) سکته قلبی همواره به شکل ناگهانی و شدید اتفاق میافتد. ح) چربی یکی از مواد اصلی برای حفظ سلامت است	۲
۲	**در عبارات زیر جای خالی را با کلمات مناسب پر کنید.** الف) غنی ترین منبع ویتامین D ..... است که بصورت مکمل دارویی موجود است. ب) در بین عوامل موثر بر سلامت .....با سهم ۵۰ درصد، بیشترین تاثیر را بر سلامت افراد دارد. ج) پر مصرف ترین ماده غذایی که در تمام فعل و انفعالات بدن نقش دارد ..... است. د) بین ۶۵ تا ۸۵ درصد از رفتارهایی که به سلامت ما مربوط می شود محصول .....است. ه) زیاد گوش کردن به صداهای بلند ، احتمال ابتلا به کم شنوایی .....را افزایش می دهد. و) در برخورداری از وزن مطلوب علاوه بر ارتقای سلامت جسمی به سلامت .....کمک می کند. ز) بر اساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن و برخورداری از وزن مطلوب به دو عامل .....و..... بستگی دارد. ح) بیماری سوزاک از طریق دستگاه..... منتقل می شود.	۲,۲۵
۳	**از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید؟** الف) بطور معمول با افزایش سن، نیاز بدن به خواب (بیشتر – کمتر) می شود. ب) بدن، برای مصرف ویتامین (C – E) به چربی نیاز دارد. ج) تزریق واکسن (کزاز – سرخچه) برای خانمها قبل از عقد امری الزامی است. د) سطح (LDL – HDL) با بروز بیماریهای قلبی – عروقی ارتباط عکس دارد. ه) از آزمایش خون برای تشخیص سرطان (پروستات – دهانه رحمی) استفاده می شود. و) بر اساس هرم غذایی مقدار مصرف روزانه (غلات – حبوبات) کمتر است. ز) به توانمندی لازم برای اداره امور همسر و فرزندان، بلوغ (روانی – اجتماعی) اطلاق می گردد. ح) بیشترین علل مرگ و میر در ایران مربوط به بیماری های(واگیر– غیرواگیر) است. ط) پدیکلوزیس یکی از شایع ترین بیماری های (انگلی – ویروسی) است.	۲,۲۵

www.karnoon.ir

بسمه تعالی			
سوالات آزمون درس: سلامت و بهداشت	رشته :همه رشته ها	ساعت شروع: ۸صبح	مدت آزمون: ۷۵ دقیقه
نام و نام خانوادگی :	پایه: دوازدهم	تاریخ آزمون: ۴۰۲/۱۰/۳۰	تعداد صفحه: ۳
امتحانات دی ماه ۱۴۰۲	آموزش و پرورش ناحیه ۳	آموزشگاه:	مهر آموزشگاه

ردیف	سـوالات	نمره
۴	**در پرسش های چهار گزینه ای زیر، پاسخ مناسب را انتخاب کنید.** الف) کدام گزینه، از اثرات بیماری سرخچه مادر، به نوزاد نمی باشد؟ ۱-آب مروارید ۲- بیماری قلبی ۳- عقب افتادگی ذهنی ۴- دیابت ب) در ازاء مصرف هر گرم از کدام ماده، انرژی بیشتری آزاد می شود؟ ۱- کربوهیدرات ۲- چربی ۳- ویتامین ۴- پروتئین ج) راه انتقال کدام بیماری متفاوت است؟ ۱- هپاتیت ۲- بیماری وبا ۳- اسهال خونی ۴-انگل روده ای د) کدام بیماری به عنوان قاتل خاموش یاد می شود؟ ۱- سکته قلبی ۲- سکته مغزی ۳- فشار خون بالا ۴- سرطان ه) کدامیک از انواع هپاتیت شایع تر است؟ ۱- نوع A , B ۲- نوع B , C ۳- نوع C , D ۴- نوع E , G و) کدامیک می تواند از علائم سکته مغزی باشد؟ ۱- عرق سرد ۲- از دست دادن تکلم ۳- ضعف و خستگی بدون علامت ۴- رنگ پریدگی پوست	۱,۵
۵	**به سوالات زیر بصورت کوتاه پاسخ دهید.** الف) دو بیماری غددی که منجر به چاقی می شوند، را نام ببرید.	۰,۵
	ب) عامل کوتاهی قد در کودکان چیست؟	۰,۲۵
	ج) قابل درک ترین بعد سلامت چیست؟	۰,۲۵
	د) دو مورد از مهم ترین بیماریهای ویروسی که از طریق دستگاه تنفس انتشار می یابند را نام ببرید؟	۰,۵
	ه) اصلی ترین روش پیشگیری در همه بیماریهای عفونی از جمله اچ آی وی چیست؟	۰,۵
	و) آزمایش های لازم مربوط به ازدواج قبل از عقد شامل چه مواردی می شود؟	۰,۵
۶	**هر یک از علائم زیر مربوط به کدام نوع دیابت است؟** الف) احساس سوزش در انگشتان دست یا پا ب) پر نوشی و پر ادراری	۰,۵
۷	**هر یک از موارد زیر مربوط به کدامیک از انواع خود مراقبتی است؟** الف) وقت گذراندن با خانواده ب) خوردن غذای سالم	۰,۵
۸	**هر یک از عبارات زیر به کدام اصل از اصول تغذیه سالم اشاره دارد؟** الف) مصرف مواد غذایی با توجه به شرایط جسمی و محیطی متفاوت است. ب) برای حفظ سلامت بدن باید مقادیر کافی از مواد مغذی مصرف شود	۰,۵

www-kanoon-ir

بسمه تعالی			
سوالات آزمون درس: سلامت و بهداشت	**رشته :همه رشته ها**	**ساعت شروع: ۸صبح**	**مدت آزمون: ۷۵ دقیقه**
نام و نام خانوادگی :	**پایه: دوازدهم**	**تاریخ آزمون: ۴۰۲/۱۰/۳۰**	**تعداد صفحه: ۳**
امتحانات دی ماه ۱۴۰۲	**آموزش و پرورش ناحیه ۳**	**آموزشگاه:**	**مهر آموزشگاه**

ردیف	سـوالات	نمره
۹	**هر یک از موارد زیر اشاره به کدامیک از عوامل ایجاد فساد در مواد غذایی دارد؟** الف) فاسد شدن میوه در میوه های ضرب دیده ب) نگهداری مواد غذایی فاسد شدنی در یخچال ج) دفع به موقع زباله ها د) استفاده غیر مجاز از حشره کش در موقع برداشت میوه ها	۱
۱۰	**هر یک از روشهای غربالگری مورد استفاده زیر، برای تشخیص کدام سرطان کاربرد دارد؟** الف) آزمایش خون مخفی در مدفوع ب) پاپ اسمیر	۰,۵
۱۱	**ویژگیهای زیر مربوط به کدام بعد از ابعاد سلامت می باشد؟** الف) کمال جویی ب) داشتن روحیه انتقاد پذیری ج) ابراز دریافت های قلبی د) اندام مناسب	۱
۱۲	**تصاویر زیر کدام راه انتقال ویروس اچ آی وی را نشان می دهند؟**  	۱
۱۳	**دلیل علمی هر یک از موارد زیر را بنویسید.** الف) صبح، هنگام بیدار شدن، از دهان بوی بد حس می شود. ب) افراد با موی چرب نباید سر خود را محکم ماساژ دهند.	۱
۱۴	**به سوالات زیر پاسخ کامل دهید.** الف) از عوامل ایجاد کننده یا تشدید کننده آکنه چهار مورد را نام ببرید؟ ب) به چه افرادی توصیه می شود هرچه سریعتر برای کاهش وزن اقدام نمایند؟ ج) تغذیه صحیح را تعریف کنید؟ د) ایسکمی قلبی را تعریف کنید؟ ه) چرادر برنامه غذایی روزانه توصیه می شود،مصرف اسیدهای چرب محدود شود؟ (دو مورد) و) در مرحله طبخ و نگهداری غذا چه زمانی پخت غذا کامل است؟	۱ ۰,۵ ۰,۵ ۰,۵ ۰,۵ ۰,۵
	جمع نمره	۲۰