بسمه تعالی

سوالات امتحان درس : سلامت و بهداشت	تعداد صفحه : ۲	رشته: کلیه رشته ها	مهر امتحانات
نام و نام خانوادگی:	کلاس :	پایه : دوازدهم	
ساعت شروع : صبح	تاریخ امتحان ۱۴۰۲/۱۰/۲۷	مدت امتحان : ۶۵دقیقه	
دانش آموزان روزانه در نوبت دیماه سال ۱۴۰۲ -دبیرستان شهید بهشتی سبزوار (دوره دوم)			

وزارت آموزش و پرورش
سازمان آموزش و پرورش استثنایی و تلفیقی

۱- جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید؟ (۱/۵)

الف - بیش‌ترین علت مرگ و میر در ایران مربوط به بیماری‌های ..... است.

ب- منابع اصلی کربوهیدرات‌های پیچیده که شامل فیبر و ..... می باشد عبارتند ازغلات و سبزی (سیب‌زمینی) و حبوبات.

ج- مهم ترین اقدام برای فردی که دچار سکته مغزی شده است ..... می باشد.

د- بیماری های واگیر را می توان بر اساس شیوه های انتقال و انتشار به ..... دسته طبقه بندی کرد.

و- گلبول های سفید به نشانه ی حضور ویروس اچ آی وی، واده ای را در خون ترشح می کنند که ..... نامیده می شود.

ه- اسیدهای چرب ..... موجب افزایش LDL و کاهش HDL می شود.

۲- عوامل مؤثر بر فساد مواد غذایی را نام ببرید؟ (۱)

۳- همان‌طور که می‌دانید یکی از عوامل مؤثر بر سلامتی، سبک زندگی می‌باشد. منظور از این عامل چیست؟ (۱)

٤- نحوه ی ایجاد وضعیت بیماری هپاتیت را توضیح دهید؟ (۰/۷۵)

۵- اولین گام در حفظ سلامت چیست؟ توضیح دهید؟ (۱)

٦- چرا افراد دارای رژیم غذایی نامتعادل، ممکن است دچار کمبود ویتامین‌های محلول در آب شوند؟ (۰/۵)

۷- هر یک از آزمایش های غربالگری سرطان مربوط به تشخیص کدام سرطان ها می باشد. (۱)

الف) پاپ اسمیر (.....) ب) آزمایش خون مخفی در مدفوع (.....)

ج) ماموگرافی (.....) د) کولونوسکوپی (.....)

۸بهترین شیوه های مبارزه با مگس و سوسک را بنویسید؟ (دو مورد) (۱)

۹- به هنگام فرو رفتن جسم خارجی در چشم یا ضربه به چشم، چه اقداماتی را باید انجام داد؟ (۱)

www-kanoon.ir

۱۰-طبقه بندی افراد بر اساس شاخص توده ی بدنی برای چه افرادی کاربرد ندرد؟ (۱)

۱۱- چه زمانی پخت غذا کامل می‌شود؟ (۰/۵)

۱۲- دو مورد از علائم کمبود روی در بدن انسان را ذکر کنید؟ (۰/۵)

۱۳- ۳ مورد ار علائم فشار خون بالا را ذکر کنید؟ (۱/۵)

۱٤- مهمترین علامت بالینی در سکته‌ی قلبی چیست؟ (۰/۵)

۱۵- در ارتباط با چربی خون به سوالات زیر پاسخ دهید. (۱)
الف- بیش‌ترین قسمت کلسترول در کدام اندام بدن ساخته می‌شود؟
ب- سطح کدام چربی با بروز بیماری‌های قلبی-عروقی رابطه عکس دارد (LDL یا HDL)؟

۱٦- در ارتباط با سرطان به سوالات زیر پاسخ دهید؟ (۱)
الف- دو مورد از علایم هشدار دهنده سرطان را ذکر کنید؟
ب_ دو مورد از گام‌های مؤثر در پیشگیری از سرطان را ذکر کنید؟

۱۷- در ارتباط با چاقی به سوالات زیر پاسخ دهید؟ (۱/۵)
الف- در کدام الگوی چاقی، خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی بیش‌تر است؟
ب- دو مورد از علائم مؤثر بر چاقی را نام ببرید؟
ج- کدام الگوی چاقی در زنان شایع‌تر است؟

۱۸- در صورت عدم درمان بیماری هایی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل می شوند چه عوارضی ایجاد خواهد شد؟ (۰/۷۵)

۱۹- برخورداری از تغذیه‌ی سالم نیازمند رعایت دو اصل در برنامه‌ی غذایی می‌باشد. آن‌ها را نام برده و یکی را توضیح دهید؟ (۱)

۲۰- اصطلاحات زیر را تعریف کنید؟ (۲)
بهداشت :
.....

بیماری قلبی عروقی :
.....

موفق باشید