سؤال امتحان درس : سلامت و بهداشت	بسمه تعالی اداره کل آموزش و پرورش استان مرکزی مدیریت آموزش و پرورش محلات آموزشگاه : نمونه امام خمینی (ره)	تاریخ امتحان : ۲۷ / ۱۰ / ۱۴۰۲ ساعت امتحان : ۱۰ مدت امتحان : ۶۰ دقیقه نام و نام خانوادگی : شماره کارت :
دوره متوسطه دوم پایه دوازدهم رشته : ریاضی - تجربی نام دبیر :آقای اسعدی		

بارم	
۰,۵	۱ - دو مورد از عوامل موثر بر سلامت را نام ببرید.
۰,۵	۲ - ب. برای هر یک از عوامل موثر بر سلامت ذکر شده یک مثال بنویسید. ۱. عوامل محیطی ۲. سبک زندگی
۰,۵	۳ - هر یک از موارد زیر به کدام بعد از ابعاد سلامت مربوط است؟ الف. قضاوت نسبتا صحیح در برخورد با مسائل ب. ابراز مکنونات قلبی
۱	٤ - چرا در بین عوامل موثر بر سلامت، سبک زندگی بیشترین اهمیت را در سلامت افراد دارد؟
۱	۵ – درستی یا نادرستی عبارات ذیل را مشخص کنید . الف. چربی اشباع نشده عامل تعیین کننده سطح کلسترول خون است. ب. میزان انرژی تولید شده از یک گرم پروتئین برابر با انرژی تولید شده از یک گرم کربوهیدارت است. ج. پروتئین‌های کامل معمولاً از طریق منابع گیاهی تامین می‌شوند. د- غلات واجد تمام اسیدهای آمینه ضروری هستند.
۰,۲۵	۶ – کدام ویتامین در بدن ذخیره نمی شود؟ ۱. ویتامین A ۲. ویتامین B ۳. ویتامین D ۴. ویتامین E
۱	۷ - با توجه به کلمه‌های داخل پرانتز، واژه مناسب و مربوط به هر عبارت را مشخص کنید و در برگه پاسخ بنویسید. (پروتئین ناقص – کربوهیدرات‌ها – چربی – پروتئین کامل – ویتامین D – آهن – ویتامین C – سدیم) الف. عاملی برای ذخیره سازی و مصرف ویتامین K است. (.....) ب. از انواع پروتئین موجود در غلات و حبوبات است. (.....) ج. در ترکیب هموگلوبین خون نقش بسیار مهمی دارد. (.....) د. در حفظ تعادل مایعات بدن نقش دارد. (.....)
۰,۲۵	۸ – چند مورد از موارد زیر صحیح است؟ الف. آهن همانند کلسیم در تشکیل برخی بافت‌های بدن نقش دارد. ب. سدیم در حفظ تعادل مایعات بدن نقش دارد. ج. منیزیم در حمل اکسیژن خون مؤثر است. د. قند موجود در میوه و سبزیجات نقش مهمی در عملکرد سیستم عصبی و ماهیچه‌ها بازی می‌کند. ۱. چهار ۲. سه ۳. دو ۴. یک

www.kanoon.ir
دبیرستان نمونه امام خمینی

۹- بر اساس هرم مواد غذایی ،کدام گروه از مواد غذایی زیر بیشترین حجم مصرفی روزانه را دارند؟ ۱. غلات ۲. قند ۳. حبوبات ۴. سبزی‌ها	۰,۲۵
۱۰. بر اساس این قانون، چنانچه کالری دریافتی از مواد غذایی بیش از میزان کالری مصرفی باشد، وزن افزایش می‌یابد.	۰,۵
۱۱- چرا افراد چاق و دارای اضافه وزن باید اصل "افراط نکردن در کاهش وزن" را رعایت کنند؟	۰,۵
۱۲- وزن مطلوب برای هر فرد به چه عواملی بستگی دارد؟ (دو مورد)	۰,۵
۱۳- از نکات بهداشت فردی که افراد موثر در فرآیند تولید غذا باید رعایت کنند دو مورد را بنویسید.	۰,۵
۱٤- بیشترین آلودگی در مواد غذایی بر اثر بی‌احتیاطی در مراحل (/ مصرف) ایجاد می‌شود.	۰,۲۵
۱۵. ایسکمی قلب چیست .؟	۱
۱۶-درستی یا نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید الف. گاهی اوقات رسیدن فشار خون به کمتر از ۶۰/۹۰ میلی متر جیوه، می‌تواند تهدیدی برای زندگی باشد. ب. اسیدهای چرب غیراشباع موجب افزایش سطح کلسترول و افزایش احتمال بیماری‌های قلبی می‌شوند. ج. اسیدهای چرب اشباع، موجب کاهش سطح کلسترول خون می‌شوند. د. اگر درد قفسه سینه، به شانه‌ها و فک پایین انتشار داشته باشد، خطر سکته قلبی جدی است.	۱
۱۷-برای تشخیص هر یک از انواع سرطان‌های زیر، کدام روش غربالگری استفاده می‌شود؟ الف. سرطان روده ب. سرطان سینه ج. سرطان پروستات	۱,۵
۱۸- سلول جهش یافته تقسیم شده و تعداد آن زیاد می‌شود تا جایی که همان یک سلول به توده‌ای از سلول‌ها که ..... نامیده می‌شود، تبدیل می‌گردد.	۰,۲۵
۱۹-در رابطه با بیماری دیابت به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. الف. کدام نوع دیابت عمدتاً در سنین پایین دیده می‌شود؟ ب. کدام یک از انواع دیابت، در اثر عواملی مثل اضافه وزن و کم تحرکی بروز می‌کند؟ ج. علائم کدام نوع دیابت، معمولاً به صورت ناگهانی شروع شده و شامل پرخوری و پرادراری است؟ د. تاخیر در بهبود زخم‌ها، از نشانه‌های کدام نوع دیابت است؟	۱
۲۰. دو مورد از عواملی که باعث شده امروزه تعداد زیادی از بیماری‌های واگیر کنترل شوند را بنویسید.	۱

www.kanoon.ir

۲۱- جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید ۱,۵

الف. بیش از نیمی از بیماری‌ها و مرگ‌های کودکان خردسال در اثر میکروب‌هایی ایجاد می‌شوند که از طریق دستگاه ..... و منتقل می‌شوند.

ب. مهمترین بیماری‌های ویروسی که از طریق دستگاه تنفسی انتشار می‌یابند، سرماخوردگی و ..... می‌باشند.

ج. یکی از شایع‌ترین بیماری‌های انگلی که از طریق پوست و مو به دیگران سرایت می‌کند ..... است.

د. مرحله پیشرفته اچ آی وی را ..... می‌نامند که همراه با بیماری‌های مختلف و علایم شدید است

ه. ویروس HIV تنها در (گلبول قرمز / پلاکت /) قادر به ادامه حیات است.

و. احتمال مزمن شدن بیماری در مبتلایان هپاتیت نوع ..... بیشتر است.

۲۲- مزمن شدن بیماری هپاتیت B در بعضی از افراد باعث بروز چه مشکلاتی می‌شود؟ دو مورد را بنویسید. ۰,۵

۲۲. چه هنگامی در پوسیدگی دندان دردهای شدید شبانه و مداوم به وجود می‌آید؟ ۰,۵

۲۳- ب. به چه دلیل در افرادی که از خواب کافی برخوردار نیستند، خطر ابتلای به بیماری افزایش می‌یابد؟ ۰,۵

۲۴-با توجه به متن زیر به سوالات پاسخ دهید. ۱

اگرچه قرار گرفتن در معرض نور خورشید برای تولید و ویتامین D در بدن ضرورت دارد اما اگر در این کار افراط شود می‌تواند منجر به بروز عوارضی مانند آفتاب سوختگی شود. به علاوه قرار گرفتن در معرض اشعه زیان‌آور فرابنفش نور خورشید به مدت طولانی، خطر ابتلا به سرطان پوست و پیری زودرس پوست را افزایش می‌دهد. پرتوهای فرابنفش خورشید که به زمین می‌رسد شامل پرتوهای مضر UVA و کمی از پرتوهای UVB است.

الف. چه ارتباطی بین نورخورشید و ویتامین D وجود دارد؟

ب. عوارضی مانند آفتاب سوختگی نتیجه عملکرد کدام دستگاه بدن است؟

ج. قرارگیری طولانی مدت در معرض نور خورشید، کدام عارضه پوستی را در دوره بلوغ جنسی، می‌تواند تشدید کند؟

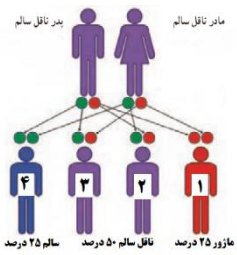
د. سرطان پوست ناشی از قرارگیری طولانی مدت در معرض اشعه زیان‌آور فرابنفش، نتیجه آسیب مستقیم بر ..... است.

۲۵- کدام یک از انواع عیوب انکساری، به دلیل سخت شدن پوسته عدسی چشم به وقوع می پیوندد؟ ۰,۵

۲۶- تنها راه قطعی تشخیص کم شنوایی چیست؟ ۰,۵

۲۷- ج. در تصویر مقابل که الگوی وراثتی بیماری تالاسمی را نشان می‌دهد، کدام فرزند هر دو ژن معیوب را از والدین به ارث برده است؟ ۰,۵

۱. ۱ ۲. ۲ ۳. ۳ ۴. ۴



۲۸- از اثرات بیماری سرخجه مادر بر نوزاد، دو مورد را بنویسید. ۰,۵

۲۹-رشد شخصیت مربوط به کدام یک از انواع بلوغ در آمادگی برای ازدواج است؟ ۰,۲۵

۳۰-چه رابطه‌ای بین وزن بدن و تخمک‌گذاری در خانم‌ها وجود دارد؟ ۰,۵

نمره به عدد: نمره به حروف : نام ونام خانوادگی و امضاء دبیر