نام و نام خانوادگی:.....	**باسمه تعالی**	**شماره کلاس .....**
رشته تحصیلی.....	**مدیریت آموزش و پرورش منطقه بهار**	**تعداد سوالات:۲۲**
نام پدر:	**نمونه دولتی امام موسی (ع)**	**مدت زمان آزمون: ٦٠ دقیقه**
نام درس: سلامت و بهداشت		**تعداد صفحات:۳**
		تاریخ امتحان ۲۳ /۱۰/ ۱۴۰۲

ردیف	متن سوالات کتاب سلامت و بهداشت	نمره
۱	صحیح وغلط را مشخص کنید. الف) از نظر بقراط، سلامت یعنی نداشتن بیماری و نقص عضو . ب) در دیابت نوع ۱ بدن نسبت به انسولین مقاومت نشان می‌دهد. پ) برای پیشگیری از ابتلا به هپاتیت **B** می‌توان از واکسن استفاده کرد. ت) قابل درک ترین بعد سلامت، سلامت جسمانی است. ث) بدن انسان قادر است تمام آمینواسیدهای مورد نیاز خود را تولید کند. ج) هورمون رشد بعد از خواب در بدن آزاد می‌شود. چ)حساس‌ترین عضو بدن پوست است. ح) لنزهای طبی روی قرنیه چشم مستقر می‌شود.	۲
۲	گزینه مناسب را انتخاب کنید. ۱.داشتن تعهد از ویزگی‌های کدام بعدسلامت است؟ الف) جسمانی ب) روانی ج) اجتماعی د) معنوی ۲.بیماری کم خونی ناشی ازکمبود کدام ماده معدنی است؟ الف) روی ب) کلسیم ج) آهن د) ید ۳.بدن قادر به ذخیره سازی کدام ویتامین در بدن نیست؟ الف) **A** ب) **E** ج) **B** د) **K** ۴.کدام جزء پروتئین‌های ناقص محسوب می‌شود. الف) گوشت ب) حبوبات ج) تخم مرغ د) شیر ۵)کدام مورد از عوامل چاقی محسوب نمی‌شود. الف) فعالیت بدنی زیاد ب) عامل ژنتیک ج) بیماری‌های جسمی د) داروها ۶)کدام یک از عوامل خطر ابتلا به بیمار های قلبی – عروقی ، به طور منظم باید از نظر پزشکی بررسی شود؟ الف) فشار خون ب) اضافه وزن و چاقی ج) عدم تحرک د) استعمال دخانیات	۱/۵
۳	جاهای خالی راپرکنید. ۱. ..... یکی از شایع‌ترین بیماری‌های انگلی که از طریق پوست و مو سرایت می‌کند. ۲.بر اساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن و بر خورداری از وزن مطلوب به دو عامل .....و.....بستگی دارد. ۳.برخی بیماری‌ها نظیر .....و..... موجب بروز چاقی می‌شود. ۴.درآلودگی ناشی از ویروس هپاتیت ..... کبد ملتهب می‌شود. ۵.تامین سلامت مستلزم رعایت ..... است. ۶.واحد اندازه گیری انرژی ..... است.	۲

www-kanoon.ir

۴	دو وظیفه‌ی مهم گوش را بنویسید.	۰/۵
۵	چرا به **HDL** کلسترول خوب گفته می‌شود؟	۰/۵
۶	سه مورد از علائم بیماری های تناسلی را نام ببرید.	۰/۷۵
۷	علائم سکته مغزی را بنویسید. (سه مورد)	۰/۷۵
۸	چه عواملی باعث تشدید آکنه می‌شود؟ (سه مورد)	۰/۷۵
۹	از عوامل بیولوژیکی که باعث فساد مواد غذایی می‌شوند دو مورد را بنویسید	۰/۵
۱۰	راههای انتقال ا چ آی وی را بنویسید (سه مورد)	۰/۷۵
۱۱	سه مورد از آزمایش‌های شایع غربالگری سرطان را بنویسید.	۰/۷۵
۱۲	از دلایل افزایش آمار سرطان سه مورد را بنویسید.	۰/۷۵
۱۳	از عوارض جانبی کاهش وزن سریع سه مورد را بنویسید.	۰/۷۵
۱۴	از راههای پیشگیری و کنترل فشار خون سه مورد بنویسید.	۰/۷۵
۱۵	هریک از علائم زیر مربوط به کدام نوع دیابت است؟ (نوع ۱ یا ۲) الف. احساس سوزش در انگشتان دست و پا ب. پرنوشی و پرادراری	۰/۵

www-kanoon-ir

۱۶	چه عواملی در میزان مصرف آب هر فرد موثر است؟ دو مورد نام ببرید.	۰/۵
۱۷	چهار عامل موثر در سلامت را نام ببرید؟	۱
۱۸	چهار عامل اصلی در پوسیدگی دندان را نام ببرید.	۱
۱۹	انواع عیوب انکساری چشم را نام ببرید.	۱
۲۰	انواع بیماری‌های واگیردار را بر اساس روش انتقال و انتشار نام ببرید.	۱/۲۵
۲۱	در مورد برنامه غذایی سالم به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. الف. در هرم مواد غذایی، مقدار مصرف روزانه حبوبات بیشتر است یا غلات؟ ب. از اصول تغذیه سالم دو مورد را نام ببرید. ج. بیماری گواتر و پوکی استخوان ناشی از کمبود کدام مواد معدنی است؟	۱/۲۵
۲۲	دو مورد از عوامل بروز عفونت‌های غذایی را نام ببرید.	۰/۵
	باارزوی موفقیت و پیروزی	۲۰

۱