باسمه تعالی	**جمهوری اسلامی ایران**	**تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۱۰/۲۰**
شامل ۱۲ سوال در ۳ صحفه	**اداره کل آموزش وپرورش استان مازندران**	**(نیاز به پاسخ برگ ندارد)**
نام ونام خانوادگی:	**اداره آموزش وپرورش ناحیه ۲ ساری**	**سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲**
شماره صندلی :	**دبیرستان شهدای ۱۷ شهریور**	**نوبت: اول (دیماه)**
درس: سلامت و بهداشت	**پایه/ رشته تحصیلی: دوازدهم/انسانی/تجربی**	**مدت امتحان: "۶۵" دقیقه**

مهر آموزشگاه

امام علی علیه السلام : اَلْعِلْمُ اَصْلُ کُلِّ خَیْرٍ، اَلْجَهْلُ اَصْلُ کُلِّ شَرٍّ؛ دانایی،ریشه همه خوبی‌ها و نادانی ریشه همه بدی‌هاست. غررالحکم، ص (۴۸)

ردیف	***شـــــرح و پاسخ سوالات***	بارم
۱-	**درستی یا نادرستی هر یک از عبارت های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.**	
	الف) سازگاری فرد با خودش و دیگران، یکی از نشانه های سلامت روانی است. ص☐ غ☐	۰/۲۵
	ب) گروه نان و غلات در قاعده هرم غذایی قرار دارد. ص☐ غ☐	۰/۲۵
	پ) قانون تعادل انرژی شامل: « انرژی مصرفی- انرژی دریافتی » است. ص☐ غ☐	۰/۲۵
	ت) با بالا رفتن میزان تری گلیسرید خون، HDL خون افزایش می یابد. ص☐ غ☐	۰/۲۵
	ث) در پدیکلوزیس عامل بیماری از طریق عطسه یا سرفه عفونی منتقل می شود. ص☐ غ☐	۰/۲۵
	ج) آستیگماتیسم نوعی عیب انکساری چشم است که تنها بر دید نزدیک تأثیر می گذارد. ص☐ غ☐	۰/۲۵
	چ) اولین شرط لازم برای ازدواج ، بلوغ جنسی زن و مرد است. ص☐ غ☐	۰/۲۵
۲-	**در عبارت های زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.**	۰/۵
	الف) مرحله انتهایی و پیشرفته از اچ آی وی را ..... می نامند.	۰/۲۵
	ب) ب) انجام فرایض دینی، از نوع خود مراقبتی ..... است.	۰/۲۵
	پ) چاقی با الگوی ..... در بین زنان شایع تر است.	۰/۲۵
	ت) پر مصرف ترین ماده غذایی که در تمام فعل و انفعالات بدن نقش دارد، ..... است.	۰/۲۵
	ث) سردرد ناگهانی شدید و از دست دادن تکلم از علائم سکته ..... هستند.	۰/۲۵
۳-	**در مورد بیماری های غیر واگیر به پرسش های زیر پاسخ دهید.**	
	الف) برای پیشگیری و کنترل فشار خون باید چه عواملی توجه داشت؟	۰/۲۵
	ب) سه مورد از عوامل خطر ساز غیر قابل پیشگیری دیابت نوع ۲ را بنویسید.	۰/۵
	پ) از آزمایش پاپ اسمیر برای تشخیص کدام نوع سرطان استفاده می شود؟	۰/۲۵
۴-	**کلمه مناسب را از داخل پرانتز انتخاب کنید.**	
	الف) اسید های چرب (**اشباع / غیر اشباع**) در روغن زیتون وجود دارد.	۰/۲۵
	ب) از آزمایش خون برای تشخیص سرطان (**پروستات / دهانه رحم**) استفاده می شود.	۰/۲۵
	پ) احتمال مزمن شدن بیماری در مبتلایان به هپاتیت نوع (**C / B**) بیشتر است.	۰/۲۵
	ت) تزریق واکسن (**کزاز – سرخچه**) برای خانم ها قبل از عقد امری الزامی است.	۰/۲۵
۵-	**دلیل علمی عبارت های زیر را بنویسید.**	
	الف) افراد با موی چرب نباید پوست سر خود را محکم ماساژ دهند.	۰/۷۵
	دلیل الف) : _____	
	ب) در بیماری ایذر، بعضی بدیخم ها و سرطان در فرد بروز پیدا می کند.	۰/۷۵
	دلیل ب) : _____	

www-kanoon.ir

۶- **جدول زیر با برخی از بیماری های واگیر دار و روش انتشار آنهاست. هر یک از موارد سمت راست را با یکی از عبارت های سمت چپ ارتباط منطقی دارد، شماره مربوط را در قسمت مشخص شده بنویسید.**

موارد		عبارت ها
الف) اسهال خونی	.....	۱-دستگاه تناسلی
ب) سوزاک	.....	۲-تنفس
ج) پدیکلوزیس	.....	۳-پوست و مو
د) آنفلونزا	.....	۴-دستگاه گوارش

۰/۷۵

۷- **در رابطه با بهداشت ازدواج و باروری ، به پرسش های زیر پاسخ دهید.**

الف) انجام آزمایش ادرار قبل از عقد به چه منظوری است؟ ۰/۲۵

ب) مشاوره ژنتیک قبل از عقد به چه افرادی توصیه می شود؟ ۰/۷۵

۸- **به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید.** ۰/۲۵

الف) عبارت «آگاه باشید تنها یاد خدا آرامش بخش دل هاست» اشاره به کدام بُعد سلامت انسان دارد؟

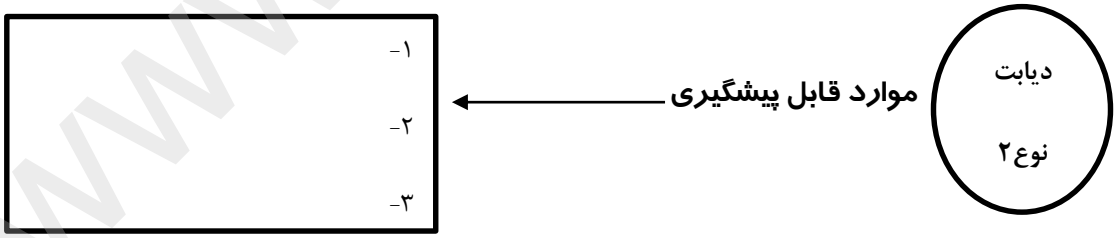
ب) برای حفظ سلامتی و تأمین سلامت، اولویت با پیشگیری است یا درمان؟ ۰/۵

ب) انواع خود مراقبتی را بنویسید. ۰/۵

پ) چه زمانی می توانیم بگوییم غذا دچار فساد شده است؟ ۰/۵

ت) چهار گام پیشگیری از بیماری های قلبی-عروقی ، را بنویسید. ۰/۵

۹- **جدول زیر عوامل مربوط خطر ساز بیماری دیابت نوع ۲ است، سه موارد قابل پیشگیری را بنویسید.**



۱

۱۰- **اصطلاحات زیر را تعریف کنید.** ۰/۵

الف) عادت های غذایی: _____

ب) ایسکمی قلب: _____ ۰/۵

۱۱- **گزینه مناسب را انتخاب کنید.**

الف) کمبود کدام عنصر باعث بیماری گواتر می شود؟ ۱)ید☐ ۲)روی☐ ۳)منیزیم☐ ۴)آهن☐ ۰/۲۵

ب) هر گرم پروتئین چند کیلوکالری انرژی تولید می کند؟ ۱) ۴۰☐ ۲) ۸/۳۴☐ ۳) ۴۳☐ ۴)۳۱☐ ۰/۲۵

www.kanoon.ir

ردیف			بارم
	بسمه تعالی	جمهوری اسلامی ایران	نوبت: اول (دیماه)
	نام و نام خانوادگی:	اداره کل آموزش وپرورش استان مازندران	(مهر آموزشگاه)
	شماره صندلی:	اداره آموزش وپرورش ناحیه ۲ ساری	مدت امتحان:"۶۵"دقیقه
	درس: **سلامت و بهداشت**	**دبیرستان شهدای ۱۷ شهریور**	رشته/پایه: **دوازدهم/انسانی/تجربی**

۱۲- به سوالات زیر کامل دهید.

الف) سه قانون استفاده از ابزار های شینداری و هدفون را بنویسید. — ۱/۵

ب) چهار عامل اصلی پوسیدگی دندان را نام ببرید.(یکی را به دلخواه توضیح دهید) — ۲

پ) از علائم هشدار دهنده سرطان دو مورد بنویسید. — ۱

ت) بیماری هایی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل می شود را ذکر کنید، و در صورت درمان نشدن چه عوارضی دارد؟ — ۲

ث) پنج مورد از آداب صحیح خوردن غدا را بنویسید. — ۱/۵

ایزد منان یارو یاورتان

طراح سوال: آقای فلاحتی

نمره ورقه	با عدد		نمره تجدید نظر	با عدد
	با حروف			با حروف
نام دبیر و امضاء		تاریخ	نام دبیر و امضاء	تاریخ

ص۳ — **جمع نمرات** — **۲۰**