اداره کل آموزش و پرورش سمنان	بسمه تعالی		نام درس : سلامت و بهداشت	
مدیریت آموزش و پرورش شهرستان دامغان	آزمون دی ۱۴۰۲	تاریخ آزمون : ۱۴۰۱/۱۰/۲۰	ساعت شروع: ۱۰:۳۰	مهر آموزشگاه
آموزشگاه آیت الله خامنه ای	کلاس : دوازدهم	نام دبیر : آقای کوهانی	مدت آزمون : ۶۰ دقیقه	
نام و نام خانوادگی :	نام پدر:	نمره به حروف:	نمره به عدد :	امضا :

ردیف	سؤالات	بارم
۱	**درستی یا نادرستی هر یک از عبارت‌های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.** الف) کمال‌جویی از نشانه‌های سلامت اجتماعی است. ب) افراد برخوردار از درامد و آموزش بالاتر، همیشه انتخاب‌ها و رفتارهای سالم‌تری دارند. ج) روی موجود در مواد غذایی حیوانی نسبت به روی مواد غذایی گیاهی بهتر جذب می‌شود. د) همه میکروب های موجود در دهان پوسیدگی زا هستند. ه) در مرحله پیش دیابت، میزان قند خون ناشتا بین ۱۰۰ تا ۱۲۵ است. و) ویروس HIV تنها در گلبول‌های سفید قادر به ادامه حیات است.	۳
۲	**در هر یک از عبارت‌های زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.** الف) دریافت امواج صوتی و ..... دو وظیفه مهم گوش می باشد. ب) قابل‌درک‌ترین بعد سلامت، سلامت ..... است ج) آمادگی برای ازدواج نیازمند بلوغ جسمانی، بلوغ روانی و بلوغ ..... زوجین است. د) سردرد ناگهانی شدید و از دست دادن تکلم از علائم سکته ..... است. ه) در بیماری‌های واگیردار، بیماری از طریق یک عامل ..... مانند ویروس به فرد سالم انتقال می‌یابد. و) برخی داروها مثل ..... موجب چاقی می‌شود.	۳
۳	**در پرسش‌های چهارگزینه‌ای زیر، گزینه مناسب را انتخاب کنید.** الف) کدام یک از عیوب انکساری چشم به علت شکل غیر عادی قرنیه ایجاد می شود؟ ۱- پیرچشمی ۲- نزدیک بینی ۳- آستیگماتیم ۴- دوربینی ب) در ازای مصرف هر گرم از کدام ماده، انرژی بیشتری ایجاد می‌شود؟ ۱-چربی‌ها ۲-کربوهیدرات‌ها ۳-ویتامین‌ها ۴-پروتئین‌ها ج)کدام‌یک از موارد زیر جز عوامل بیولوژیکی ایجاد فساد در مواد غذایی است؟ ۱- ضربه دیدن ۲-افزودنی‌ها ۳-رطوبت ۴- جوندگان د) راه انتقال کدام‌یک متفاوت است؟ ۱-هپاتیت ۲-اسهال خونی ۳-وبا ۴-بیماری انگل‌های روده‌ای	۲
۴	دو مورد از گام‌های برنامه‌ریزی برای خود مراقبتی را بنویسید.	۰,۵
۵	یک تفاوت الگوی چاقی سیب و گلابی را بنویسید.	۰,۵
۶	دو مورد از عواملی که باعث تشدید آکنه می شود را بنویسید.	۰,۵
۷	به چه دلیل در افرادی که از خواب کافی برخوردار نیستند ، خطر ابتلای به بیماری ها افزایش می یابد ؟	۰,۵

www.kanoon.ir

۸	جدول زیر در رابطه با برخی بیماری‌های واگیردار و روش انتشار آن‌ها است. هر یک از موارد سمت راست با یکی از عبارت‌های سمت چپ ارتباط منطقی دارد. آن‌ها را به هم وصل کنید. **موارد** / **عبارت‌ها** اسهال خونی / دستگاه تناسلی سوزاک / خون و ترشحات بدن پدیکلوزیس / دستگاه گوارش هپاتیت / پوست و مو	۱
۹	**به سؤالات زیر پاسخ کوتاه دهید.** الف) تزریق کدام واکسن قبل از ازدواج برای خانم ها اجباری است؟ ب) میوه‌های زرد و نارنجی منبع خوب پیش ساز کدام ویتامین هستند؟ ج) حالتی که خون کافی به عضله قلب نمی‌رسد و سبب ایجاد درد قلبی می‌شود، چه نام دارد؟	۱,۵
۱۰	دو مورد از عوامل خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی را بنویسید.	۰,۵
۱۱	دو مورد از توصیه های بهداشتی برای باروری مردان را بنویسید.	۰,۵
۱۲	دو مورد از علائم هشداردهنده سرطان را بنویسید.	۱
۱۳	امکانات و تسهیلات آموزشی جزء کدام‌یک از چهار عامل مؤثر بر سلامت است؟	۰,۵
۱۴	از اصول تغذیه سالم دو اصل را نام ببرید.	۰,۵
۱۵	دو مورد از دلایل بروز عفونت‌های غذایی را نام ببرید.	۱
۱۶	چرا HDL را کلسترول خوب می‌دانند؟	۱
۱۷	با توجه به کلمه‌های داخل پرانتز واژه مناسب و مربوط به هر عبارت را مشخص کنید. (پروتئین ناقص - کربوهیدرات‌ها – چربی - پروتئین کامل - ویتامین D – آهن - ویتامین C - سدیم) الف) عاملی برای ذخیره‌سازی 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. (.....)	۱
۱۸	دو مورد از عوارض جانبی کاهش سریع وزن را بنویسید.	۱
۱۹	دو مورد از راه های انتقال ویروس HIV را بنویسید.	۰,۵
	موفق و سربلند باشید. جمع بارم	۲۰