نام و نام خانوادگی: پایه : دوازدهم رشته : علوم تجربی درس: سلامت و بهداشت نام دبیر : محمودی	دبیرستان استعدادهای درخشان شهید بهشتی خلخال سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ نوبت اول	تاریخ: ۱۸ / ۱۰ / ۱۴۰۲ ساعت امتحان : ۹:۳۰ صبح مدت امتحان: ۷۵ دقیقه تعداد سوال: ۲۵ تعداد صفحه : ۳

ردیف	شرح سوال	بارم
۱	درستی یا نادرستی هر یک از عبارت‌های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید. الف) اسیدهای چرب اشباع موجب کاهش سطح کلسترول و LDL می‌شود. ب) پدیکلوزیس یکی از شایع‌ترین بیماری‌های انگلی است. ج) گوش دادن توسط ابزارها اگر بلند و گوش خراش نباشد، منجر به کم شنوای نمی‌شود. د) افزایش سن در مردان ، فرزندآوری آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد.	۱
۲	در هر یک از عبارت‌های زیر جای خالی را با کلمات مناسب پر کنید. الف) از مهمترین عوامل موثر در شکل گیری الگوی غذایی افراد ..... است. ب) به حالتی که خون کافی به عضله قلب نمی‌رسد ..... قلب می‌گویند. پ) مهمترین بیماری‌های ویروسی از طریق ..... انتشار می‌یابد. ج) توانمندی لازم برای اداره امور همسر و فرزندان به بلوغ ..... اطلاق می‌گردد.	۱
۳	در سؤالات زیر گزینهٔ صحیح را انتخاب کنید. الف) عواملی همچون سن و جنس در کدام طبقه از عوامل موثر بر سلامت طبقه بندی می گردد؟ ۱) محیطی ۲) ژنتیکی و فردی ۳) سبک زندگی ٤) دسترسی به بهداشت ب) کدام عامل موجب می‌شود، افراد انتخاب بهتری در زندگی داشته باشند. ۱) شرایط سنی ۲) شرایط تحصیلات ۳) موقعیت اجتماعی ٤) کسب آگاهی و مهارت‌های لازم ج) کمبود کدام ماده موجب کاهش رشد در کودکان و نوجوانان می‌شود؟ ۱) روی ۲) آهن ۳) کلسیم ٤) ویتامین D د) دیابت نوع ۲ ناشی از کدام عارضه چاقی می‌باشد؟ ۱) مشکلات غددی ۲) مشکلات سیستم عصبی ۳) مشکلات عضلانی ـ استخوانی ٤) مشکلات روانی	۱
٤	از بین کلمات داخل پرانتز ، کلمهٔ مناسب را انتخاب کنید. الف) روی(Zn) موجود در مواد غذایی(گیاهی – حیوانی) بهتر جذب می‌شود؟ ب) از اصول تغذیه سالم ،" نیازمندیهای تغذیه‌ای "به اصل (تعادل / تنوع / تناسب) اشاره دارد. ج) با افزایش سطح HDL در خون، خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی ـ عروقی (کاهش ـ افزایش) می‌یابد. د) در دوران پنجره علی رغم اینکه ویروس در بدن فرد هست ولی نتیجهٔ آزمایش (مثبت ـ منفی) است.	۱
۵	چرا در بین عوامل موثر بر سلامت سبک زندگی زیادترین تاثیر را در سلامت فرد دارند؟	۰/۵
٦	چرا از نظر اسلام تعریف سلامت از نظر سازمان بهداشت جهانی کامل نیست؟	۰/۵
۷	هر یک از عبارات زیر مربوط به کدام یک از انواع خود مراقبتی است؟ الف) کنترل خشم ب) وقت گذراندن با خانواده	۰/۵
	ادامهٔ سؤالات در صفحهٔ دوم (از سؤال ۸ الی ۱۹)	

www.kanoon.ir

ردیف	ادامهٔ سؤالات (از سؤال ۸ الی ۱۹)	بارم
۸	الف) یک مورد از غذاهایی که منابع اصلی کربو هیدرات پیچیده هستند، مثال بزنید. ب) حیاتی ترین نیاز غذایی انسان چیست؟ ج) منظور از پروتئین ناقص چیست؟ د) مهمترین منابع غذایی ویتامین D چیست؟	۱
۹	از مهم ترین عوامل حفظ و ارتقای سلامت در طول زندگی افراد چیست؟	۰/۵
۱۰	در هرم مواد غذایی بترتیب در راس و قاعده هرم چه نوع مواد غذایی قرار می‌گیرند؟	۰/۵
۱۱	هر یک از موادمعدنی زیر چه وظیفه‌ای در بدن بر عهده دارند؟ الف) آهن ب) سدیم ج) کلسیم	۰/۷۵
۱۲	امروزه دلایل اصلی اضافه وزن و چاقی چیست؟ (۳مورد)	۰/۷۵
۱۳	هر یک از واژه‌های ستون « الف » با یکی از واژه‌های ستون « ب » ارتباط دارد، آنها را مشخص کنید: (در ستون « ب » یک مورد اضافی است). ستون « الف »: ۱) مشکلات روانی ۲) مشکلات قلبی ـ عروقی ۳) مشکلات گوارشی ٤) مشکلات تنفسی ستون « ب »: a) التهاب مزمن b) التهاب کبد c) بلوغ زودرس d) آسم e) پرخوری عصبی	۱
۱٤	چه زمانی گفته می شود یک ماده غذایی دچار فساد شده است؟	۰/۷۵
۱۵	سه مورد از علل بیماری‌های غذازاد یا بیماری‌های ناشی از غذا را بنویسید.	۰/۷۵
۱٦	در مورد بیماری‌های غیر واگیر به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. الف) مهمترین اقدام در زمان حمله مغزی چیست؟ ب) بیشترین عامل مرگ و میر به دلیل بیماری‌های قلبی چیست؟ ج) عوامل خطر(غیر قابل کنترل) در بیماری های قلبی - عروقی را نام ببرید ؟ (دو مورد)	۱
۱۷	از عوامل خطر ساز بیماری فشار خون بالا چهار مورد را بنویسید.	۱
۱۸	الف) چگونه می‌توان سرطان را در مراحل اولیه تشخیص داد؟ ب) از عوارض دیابت در صورت عدم تشخیص و درمان به موقع دو مورد را بیان کنید ؟	۱
۱۹	الف) دو نمونه از بیماری‌هایی که از طریق دستگاه گوارش منتقل می‌شوند، را نام ببرید. ب) علائم اصلی بیماری ایدز چه زمانی ظاهی می‌شود؟	۱
ردیف	ادامهٔ سؤالات در صفحهٔ سوم (از سؤال ۲۰ الی ۲۵)	بارم

www-kanoon.ir

	ادامهٔ سؤالات (از سؤال ۲۰ الی ۲۵)		
۲۰	الف) در صورت ابتلای یکی از اعضای خانواده به بیماری هپاتیت B ، برای جلوگیری از انتقال این بیماری به افراد سالم رعایت چه نکاتی ضروری است؟ (ذکر سه مورد)		۰/۷۵
۲۱	از عوارض درمان نشدن بیماری‌های دستگاه تناسلی دومورد را نام ببرید؟		۰/۵
۲۲	الف) کدام عیب انکساری چشم در اثر تصلب عدسی بوجود می‌آید؟ ب) چرا کم خوابی خطر ابتلای به بیماری را در فرد افزایش می‌دهد؟ ج) چه عواملی عفونت گوش را تشدید می نمایند ؟(۰/۵)		۱
۲۳	الف) چرا افرادی که موی چرب زیادی دارند نباید پوست سر را محکم ماساژ دهند؟ ب) دو مورد از عوامل قندی که در پوسیدگی دندان نقش دارند را نام ببرید؟		۰/۷۵
۲٤	الف) هدف از مشاوره قبل از ازدواج چیست؟ (۰/۵) ب) در صورت عدم درمان بیماری سوزاک، چه عارضه‌ای را به دنبال خواهد داشت؟		۰/۷۵
۲۵	اگر مادر در طی بارداری به بیماری سرخجه مبتلا شود، چه اثراتی روی جنین خواهد گذاشت؟(سه مورد)		۰/۷۵
	طراح: محمودی	جمع بارم	۲۰

موفق باشید