باسمه تعالی

جمهوری اسلامی ایران
سازمان آموزش و پرورش استان مازندران
اداره آموزش‌وپرورش شهرستان/منطقه

سئوال مهار تورم و رشد تولید

سؤال امتحان داخلی درس: سلامت و بهداشت پایه: دوازدهم رشته: کلیه رشته‌ها

تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۱۰/۱۲ ساعت شروع امتحان: ۸ صبح مدت امتحان: ۶۰ دقیقه

نام ونام خانوادگی دانش آموز: آموزشگاه : دبیرستان دخترانه شاهد

محل مهر آموزشگاه

ردیف	شرح سوال	بارم
۱	**درستی یا نادرستی جملات زیر را مشخص کنید.**	۱,۵
	الف. برای حفظ و تامین سلامت به طور حتم درمان بر پیشگیری مقدم است.	
	ب. از بین مواد مغذی ،چربی بیشترین میزان انرژی را تولید می‌کند.	
	ج. بیشترین عامل مرگ و میر در ایران مربوط به بیماری‌های غیر واگیر است.	
	د. در سکته مغزی زمان طلایی برای نجات فرد تنها ۵ ساعت است.	
	ه. استفاده از پخش کننده‌های قابل حمل موسیقی می‌تواند سلول‌های مویی (مژکدار)گوش خارجی را تخریب کند.	
	و. بیشترین بیماری‌های واگیر از طریق دستگاه تنفس منتقل می‌شوند.	
۲	**جای خالی را با کلمات مناسب پر کنید.**	۲
	الف. قابل درک‌ترین بعد سلامت. است.	
	ب.بدن قادر به ذخیره مقدار معینی کربوهیدرات است که به صورت. درکبد و. ذخیره می‌شود	
	ج. چاقی با الگوی. در بین زنان شایع است..	
	د. سوسک‌های خانگی و جوندگان از عوامل. فساد مواد غذایی محسوب می‌شوند.	
	ه. کاهش LDLو تری گلیسیرید سبب. خطر بیماری‌های قلبی عروقی می‌شود.	
	و. شپش سر(ناقل بیماری پدیکلوزیس) در. و. انسان زندگی می‌کند.	
	ز. در هنگام کار با رایانه ،روشنی اتاق نسبت به وضعیت معمولی باید. یابد.	
	ث. اولین شرط لازم برای ازدواج. است.	
۳	**به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید.**	۸
	۱. سلامت در فرهنگ معین به چه معناست؟	
	۲. ویتامین‌های محلول در چربی در کجا ذخیره می‌شوند؟	
	۳. سه اصل مهم برای برخورداری از تغذیه سالم کدامند؟	
	۴. مهمترین منابع غذایی برای ریز مغذی‌های زیر را بنویسید.	
	ویتامین د. ید.	
	۵. دو نمونه بیماری جسمی که سبب بروز چاقی می شوند رانام ببرید.	
	۶. نور و حرارت جز کدام دسته از عوامل فساد مواد غذایی می‌باشند؟	

www.kanoon.ir

۷. هر یک از روش‌های غربالگری برای کدام سرطان استفاده می‌شود.

- کلونوسکوپی. - پاپ اسمیر

۸. دو مورد که در طول روز سبب تغییر فشار خون می‌شود را ذکر کنید.

۹. در صورت مزمن شدن بیماری هپاتیت چه بیماری‌هایی به دنبال آن ایجاد می‌شود.دو مورد

۱۰. کدام راه انتقال ویروس اچ‌آی‌وی نمی‌باشد.

اشتغال در محیط آلوده اشک و بزاق تزریق با وسایل مشترک بارداری و شیردهی مادر مبتلا

۱۱. دو بیماری که از طریق دستگاه تناسلی منتقل می‌شود را نام ببرید.

۱۲. در پیرچشمی و آستیگماتیسم ترتیب کدام یک از اجزای چشم دچار مشکل می‌شوند؟

۱۳. مهمترین عوامل آسیب رسان به پوست کدامند؟

۱۴. بوی بد تنفس صبحگاهی به چه دلیل است؟

۱۵. تزریق کدام واکسن برای خانم‌ها قبل از ازدواج الزامی است؟

۱۶. هر کدام از موارد زیر به کدام یک از ابعاد سلامتی مرتبط است؟

- توانایی شناخت هر فرد از خود: - داشتن قدرت تطابق با شرایط محیطی:

- به سوالات زیر پاسخ کامل دهید.

٤	۴. در صورتی که در اجرای برنامه خود مراقبتی دچار مشکل شویم چه باید کرد؟	۰/۵
٥	۵. چرا سبک زندگی مهمترین عامل موثر بر سلامت است؟	۰/۵
٦	۶. به چه دلیل برای استفاده از مکمل‌های غذایی تجویز پزشک لازم است؟	۰/۵
٧	۷. دو وظیفه آب را بنویسید.	۰/۵
٨	۸. قانون تعادل انرژی را توضیح دهید.	۱/۲۵
٩	۹. نگهداری غذا در هنگام تهیه تا مصرف به چه صورتی باید باشد؟	۱
۱۰	۱۰. آنژین صدری چگونه به وجود می‌آید؟ مختصر توضیح دهید.	۱
۱۱	۱۱. دیابت نوع ۱ در چه مقطع سنی رخ می‌دهد ؟دو عامل ایجاد آن را بنویسید.	۰/۷۵

www-kanoon.ir

۱۲	۱۲. دوران پنجره را تعریف کنید.	۱
۱۳	۱۳. کدام ویژگی‌های مواد قندی در پوسیدگی دندان‌ها نقش دارد؟	۰/۵
۱٤	۱۴. در ارتباط با بهداشت ازدواج و باروری به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.	۱
	الف. رشد شخصیت مربوط به کدام یک از انواع بلوغ در آمادگی برای ازدواج است؟	
	ب. واکسن سرخجه برای زنانی که ایمنی نسبت به آن ندارند چند ماه قبل از بارداری تجویز می‌شود؟	
	ج. داروهای محرک و مکمل چه تاثیری روی باروری می‌گذارند؟	
	د. یک مورد از توصیه‌های بهداشت باروری در مردان را بنویسید.	

موفق باشید

نمره دبیر		امضاء		نمره تجدید نظر	امضاء
نمره به عدد:				نمره تجدید نظر به عدد	
نمره به حروف				نمره تجدید نظر به حروف	تاریخ