بنام آفریدگار یکتا

سؤالات آزمون نوبت اول درس : سلامت و بهداشت	رشته : تجربی	پایه : دوازدهم	تعداد صفحه: ۲
نام و نام خانوادگی:	تاریخ امتحان:۱۴۰۲/۱۰/۱۲	مدت امتحان :۶۰ دقیقه	نام دبیر: ترابی
دبیرستان استعدادهای درخشان شهید بهشتی چالوس		دی ماه ۱۴۰۲	

ردیف	سوالات	نمره
۱	**درستی یا نادرستی هر یک از عبارت های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.** الف) در اسلام بدن انسان هدیه و امانت الهی برای تکامل روح به حساب می آید . ب) رشد ترمیم و حفظ بافت های عضلانی از عملکرد چربی هاست. پ) پدیکلوزیس یکی از شایع ترین بیماری های انگلی می باشد. ت) زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت های آن حداقل ۷۰ درجه سانتیگراد حرارت دیده باشد.	۱
۲	**هریک از عبارت های زیر را با کلمات داده شده کامل کنید.(چند کلمه اضافی است)** (حفظ تعادل بدن – حدت بینایی – LDL- HDL– اکسیژن – قندخون بالا – چاقی) الف) ..... میزان سلامت چشم ها و سطح توانایی حس بینایی را نشان می دهد. ب) مشکلات گوارشی مانند سنگ صفرا و التهاب کبد از عوارض ..... هستند. پ) به ..... کلسترول خوب می گویند. ت) از وظایف مهم گوش می توان ..... را نام برد.	۱
۳	**از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.** الف) سوسک های خانگی در دسته(عوامل شیمیایی / عوامل بیولوژیکی) فساد مواد غذایی قرار دارند. ب) بیشترین علل مرگ و میر در ایران مربوط به بیماری های(واگیر دار / غیر واگیر) است. پ) (HDL/LDL) سبب افزایش بروز بیماری های قلبی عروقی می شود. ت)در دوران پنجره ویروس اچ آی وی در بدن فرد هست ولی نتیجه ی آزمایش(مثبت / منفی) است.	۱
۴	**به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید:** الف) قابل درک ترین بعد سلامت کدام است ؟ ب) وقت گذراندن با خانواده مربوط به کدام یک از انواع خودمراقبتی است ؟ پ)کدام ویتامین بر اثر تابش مستقیم آفتاب بر پوست ساخته می شود ؟ ت) یک دارو نام ببرید که منجر به چاقی می شود ؟ ث) مرحله انتهایی و پیشرفته HIV چه نام دارد؟ ج)کدامیک از الگوها ی چاقی خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی را افزایش می دهد ؟ چ) دو بیماری نام ببرید که از طریق دستگاه گوارش منتقل می شوند؟ ح)یک مورد از عوارض جانبی کاهش سریع و غیر اصولی وزن را بنویسید. خ) دو مورد از عوامل فیزیکی فساد مواد غذایی را نام ببرید ؟ د) شریان تغذیه کننده قلب چه نام دارد ؟	۳

www.kanoon.ir

ردیف	سوالات	نمره
۵	**از میان گزینه های داده شده پاسخ درست را انتخاب کنید.** الف- بیشترین تاثیر بر سلامت، سهم کدامیک از عوامل موثر بر سلامت است؟ ۱) عوامل محیطی ۲)عوامل ژنتیکی و فردی ۳) دسترسی به خدمات بهداشتی – درمانی ۴)سبک زندگی ب- "طبیعی بودن نبض و داشتن روحیه انتقادپذیری "به ترتیب مربوط به کدام نشانه ی سلامت است؟ ۱) اجتماعی–روانی ۲) جسمانی – اجتماعی ۳) روانی-معنوی ۴) جسمانی-روانی پ- کدامیک از مواد مغذی زیر به ازای مصرف هر گرم، انرژی بیشتری در بدن تولید می کند؟ ۱) کربوهیدرات ها ۲)چربی ها ۳) پروتئین ها ۴) ویتامین ها و مواد معدنی ت) چند درصد حجم بدن، آب است؟ ۱)۶۰ درصد ۲) ۷۰ درصد ۳)۸۰ درصد ۴) ۹۰ درصد ث- موثرترین راه پیشگیری از آلودگی به ویروس هپاتیت چیست؟ ۱)عدم تماس با پوست بریده یا زخم شده بیمار ۲) تزریق واکسن ۳) استفاده نکردن از وسایل تیز و برنده مثل تیغ و ناخنگیر متعلق به شخص بیمار ۴) عدم تماس با مایعات و خون بیمار	۱/۲۵
۶	در زیر چند ماده مغذی به همراه نقش آنها در بدن آورده شده است، موارد مرتبط به هم را وصل کنید. ماده | نقش سدیم | در ترکیب هموگلبین نقش اساسی دارد و وظیفه حمل اکسیژن را برعهده دارد کلسیم | ساخت دندان ها استخوان ها و حفظ استحکام آنها آهن | تعادل مایعات در بدن	۰/۷۵
۷	**سوالات تشریحی(به سوالات زیر پاسخ مناسب و کامل بدهید)** الف- منابع هر یک از ریز مغذی های زیر را بنویسید(ذکر یک مورد) ۰/۵ ۱)روی ..... ۲)ید..... ب- دو مورد از نشانه های سلامت جسمانی را بنویسید.۰/۵ پ- مهم ترین علامت بالینی سکته قلبی را بنویسید.۰/۵ ت-یکی از روش های رفع بوی نامطبوع بدن را بنویسید. ۰/۵ ث-یک راه برای جلوگیری از انتقال بیماری هپاتیت B را بنویسید؟۰/۵ ج- یکی از راه های انتقال HIV را بنویسید.۰/۵ چ- دو مورد از مواردی که منجر به تشدید آکنه می شوند را بنویسید. ۰/۵ ح- تنها راه قطعی تشخیص کم شنوایی چیست ؟۰/۵ خ- برای تشخیص موارد زیر چه آزمایشی را باید انجام داد ؟۰/۷۵ ۱) سرطان روده ..... ۲) سرطان پروستات ..... ۳)سرطان دهانه رحم..... د-ابن سینا سلامت را چگونه تعریف کرده است؟۰/۷۵ ذ- مهم ترین بیماری های مزمن شناخته شده در جهان مرتبط با سبک زندگی را نام ببرید(ذکر سه مورد) ۰/۷۵ ر- عامل خطر ساز دیابت نوع ۲ که قابل پیشگیری هستند را نام ببرید(ذکر ۳ مورد) ۰/۷۵ ز- ئغذیه صحیح را تعریف کنید. ۱ س- افراد چاق و دارای اضافه وزن برای کاهش وزن لازم است دو اصل را رعایت کنند آن ها را نام ببرید.۱ ش-عوامل پوسیدگی دندان را نام ببرید (۴مورد) ۱ ص- سکته مغزی با چه علائمی همراه است ؟(ذکر دو مورد) ۱ ض- دو مورد از علایم بیماری های دستگاه تناسلی را نام ببرید. ۱	۱۲
	سربلند و پیروز باشید. جمع نمره	۲۰