آزمون درس سلامت و بهداشت	**وزارت آموزش و پرورش** **اداره کل آموزش و پرورش استان اذربایجان شرقی** **معاونت اداره کل و مدیریت آموزش و پرورش میانه** **دبیرستان دوره دوم امام خمینی(ره)**	محل مهر مدرسه
پایه : دوازدهم		پایانی نیم سال اول سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲
نام و نام خانوادگی :		تاریخ امتحان : ۱۴۰۲/ ۱۰ / ۱۱
رشته تحصیلی:		مدت امتحان :۷۰ دقیقه
شماره صندلی :		تعداد ۱۳ سوال در ۳ صفحه می باشد
	دقت رمز موفقیت است	طراح :راضی

ردیف	شرح سوال	نمره
۱	هر یک از عبارت های زیر را با انتخاب واژه مناسب از داخل کادر کامل کنید.(بعضی از کلمات اضافی هستند) ویتامین D- آنفلوآنزا – فیزیکی - حبوبات – دیابت نوع ۱ – آهن - فشار خون بالا - شیر- پدیکلوزیس- مکانیکی- دیابت نوع ۲ – خشکبار- چربی خون بالا ۱)برای جلوگیری از کم خونی در مدارس قرص ..... توزیع می شود. ۲)ضربه دیدن در حین برداشت،انتقال و نگهداری مواد غذایی جزء عوامل ..... فساد مواد غذایی می باشد. ۳) از بیماری ..... به عنوان قاتل خاموش یاد می شود. ۴)..... نوعی از بیماری قند خون است که به "دیابت جوانان "شهرت دارد. ۵)..... بیماری انگلی است که از طریق پوست و مو به دیگران سرایت میکند. ۶).....جزء منابع غذایی با پروتئین کامل به شمار می رود.	۱/۵
۲	جاهای خالی را با عبارات مناسب پر کنید. – "مشورت با افراد مطلع" خود مراقبتی از نوع ..... می باشد. – ..... عامل تعیین کننده ی سطح کلسترول خون است. – ..... بیماری هایی هستند که به عللی از جمله پایین بودن سطح بهداشت فردی یا محیط و ... ایجاد می شوند. – ..... هورمونی است که از پانکراس ترشح شده و موجب ورود قند به سلول و استفاده از آن می شود. – بیماری وبا از طریق ..... منتقل می شود.	۱/۲۵
۳	درستی یا نادرستی عبارت های زیر را مشخص کنید . الف) حیاتی ترین نیاز غذایی انسان ، پروتئین ها هستند.(.....) ب) در دوران پنجره،علی رغم اینکه ویروس در بدن فرد هست ولی نتیجه ی آزمایش منفی است. (.....) ج) برای اینکه غذا به مدت طولانی سالم بماند بهتر است که در دمای عادی محیط نگهداری گردد. (.....) د) در بیماری هپاتیت،کلیه التهاب پیدا میکند و فعالیت آن مختل می شود. (.....)	۱
۴	به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید . الف)سبک زندگی سالم یعنی چه ؟ ب)دو مورد از نقش چربی ها در بدن را نام ببرید. ج)دو نوع شایع بیماری هپاتیت را نام ببرید. د)از هر کدام از عوامل خطرساز بیماری دیابت نوع ۲ یک مورد بنویسید. ۱) قابل پیشگیری..... ۲)غیر قابل پیشگیری	۲

www-kanoon-ir

۵	اصطلاحات زیر را تعریف کنید. ۱) سلامت اجتماعی ۲) فشار خون ۳) خود مراقبتی	۱/۵
۶	در حفظ و تامین سلامت، پیشگیری مقدم است یا درمان؟ حداقل ۲ دلیل برای پاسخ خود بیان کنید.	۱
۷	در مورد تغذیه سالم به سوالات زیر پاسخ دهید. الف)کدامیک از ویتامین ها در بدن ذخیره نمی شوند؟ ب) سه اصل برخورداری از تغذیه سالم را بیان کنید. ج)کدام ریز مغزی ها به ترتیب در" کاهش رشد در کودکان و نوجوانان" و " حفظ تعادل مایعات در بدن" نقش دارند؟ د)"میوه های زرد و نارنجی" پیش ساز کدام ویتامین بوده و "غنی ترین منبع ویتامین (د)" کدام ماده غذایی می باشد؟	۲/۲۵
۸	در مورد مدیریت وزن خود به سوالات زیر پاسخ دهید. الف) وزن مطلوب به چه محدوده ای گفته می شود؟ ب)مبنای تصمیم گیری پزشکی برای تعیین وزن چه نام دارد؟ ج) قانون تعادل انرژی را بنویسید. د)دارویی را نام ببرید که موجب چاقی می شود. ه)"افسردگی" و " کم کاری تیروئید" هر یک جزء کدام عامل چاقی هستند؟	۲
۹	فساد مواد غذایی چیست؟ و از عوامل ایجاد آن " فساد شیمیایی " را توضیح دهید.	۱/۵

www-kanoon-ir

۱۰	در مورد بیماری های غیر واگیر به سوالات زیر پاسخ دهید. ۱)در شکل مقابل،توده هایی که روی جداره ی بافت ایجاد شده اند چه نام دارد؟ نحوه ایجاد آن را توضیح دهید.  ۲)"ماموگرافی" و "پاپ اسمیر" برای تشخیص کدام بیماری ها به کار می روند؟ ۳) به وضعیت "ادامه محرومیت عضله قلب یا بافت مغز از خون" چه می گویند؟ ۴) در صورت مشاهده هر یک از علایم بیماری ذکر شده در قسمت ۳،مهمترین اقدام چیست؟	۲
۱۱	تفاوت کلسترول خوب و بد در چیست ؟	۱
۱۲	الف)بیماری های واگیردار گوارشی از چه طریقی وارد بدن می شوند؟ ب)دو بیماری شایع که از طریق دستگاه تنفس انتقال می یابند را نام ببرید.	۱
۱۳	در مورد بیماری ایدز به سوالات زیر پاسخ دهید. الف) معنی HIV چیست ؟ ب)ویروس اچ آی وی کدام سلول های بدن را مورد حمله قرار می دهد؟ ج)از علائم اصلی بیماری دو مورد بیان کنید. د)دو راه اصلی پیشگیری از انتقال بیماری کدامند؟ ه)آیا این بیماری از طریق معاشرت و خوردن و آشامیدن انتقال می یابد؟	۲
	موفق باشید	۲۰