باسمه تعالی

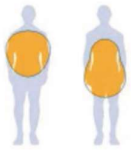
به نام خدا نام و نام خانوادگی:..... اداره کل آموزش و پرورش استان کهگیلویه وبویر احمد
شهرستان لنده

مقطع و رشته:دوازدهم کلیه رشته ها
آزمون نوبت اول سلامت و بهداشت سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲
تاریخ امتحان:۱۴۰۲/۱۰/۱۱
مدت:۶۰ دقیقه

ردیف	سوالات	صفحه: ۱	نمره
۱	**درستی یا نادرستی هر یک از عبارت های زیر را <u>بدون ذکر دلیل</u> مشخص کنید.** الف. در درمان، هرگونه اقدام بسیار آسان تر و اطمینان بخش تر از پیشگیری است. ..... ب. رشد، ترمیم و حفظ بافت های عضلانی از عملکردهای پروتئین ها در بدن می باشد. ..... ج. اختلالات روانی مانند افسردگی افراد را مستعد ابتلا به لاغری مفرط می کند. ..... د. با بالا رفتن میزان تری گلیسرید خون، سطح HDL خون کاهش می یابد.		۱
۲	**در هر یک از عبارت های زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.** الف. تامین ..... مستلزم رعایت بهداشت است. ب. کمبود ..... منجر به کوتاهی قد و تاخیر در بلوغ کودکان و نوجوانان می گردد. ج. زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت های آن حداقل ..... درجه سانتی گراد حرارت دیده باشد. د. پدیکلوزیس یکی از شایع ترین بیماری های ..... است که از طریق پوست و مو به دیگران سرایت می کند.		۱
۳	**در پرسش های چهار گزینه ای زیر گزینه مناسب را انتخاب کنید.** ۱. سن افراد مربوط به کدام عامل موثر بر سلامت است؟ الف. عوامل محیطی ب. عوامل ژنتیکی و فردی ج. دسترسی به خدمات بهداشتی – درمانی د. سبک زندگی ۲. کدام گزینه از عوارض جانبی کاهش سریع وزن نیست؟ الف. ریزش موها ب. زخم معده ج. سرحالی و شادابی د. ضعف اعصاب ۳. کدام یک می تواند از علائم سکته مغزی باشد؟ الف. عرق سرد ب. رنگ پریدگی پوست ج. ضعف و خستگی بدون علت د. از دست دادن تکلم ۴. کدام مورد از آثار و عوارض کم خوابی نمی باشد؟ الف. افزایش میزان رشد ب. کاهش دمای بدن ج. کاهش دقت د. زودرنجی		۱
۴	**از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.** الف. سلامت در فرهنگ فارسی معین (بی عیب شدن – رهایی یافتن) معنی شده است. ب. هر چه از بالای هرم غذایی به سمت پایین حرکت می کنیم حجم گروه های غذایی (بیشتر – کمتر) می شود. ج. ضربه دیدن در حین برداشت، انتقال نگهداری مواد غذایی از عوامل (مکانیکی – فیزیکی) فساد مواد غذایی است. د. در دوران پنجره ویروس اچ آی وی در بدن فرد هست ولی نتیجه آزمایش (منفی – مثبت) است.		۱
۵	هر یک از موارد زیر می‌توانند منجر به چه بیماری یا بیماری‌هایی شوند؟ مورد مناسب را انتخاب کنید الف- مسدود شدن جریان خون توسط لخته خونی: سکته مغزی یا سکته قلبی • فشار خون بالا • ب-رسوب چربیها در جداره شریان: سکته مغزی یا سکته قلبی • فشار خون بالا • ج-مختل شدن فعالیت کبد در اثر آلودگی ناشی از ویروس : دیابت • هپاتیت • د- میکروبهای که از طریق غذا، آب و دست‌های آلوده وارد دهان می‌شوند وبا • آنفلوآنزا •		۲
۶	**به پرسش های زیر پاسخ کوتاه دهید.** الف. از کدام بیماری به عنوان قاتل خاموش یاد شده و یکی از شایع ترین بیماری های مزمن در جوامع امروزی است؟ ب. برای جلوگیری از پوسیدگی دندان، حداقل چندبار مسواک زدن در طول شبانه روز مورد تاکید است؟		۰,۵
۷	هر یک از موارد زیر به کدام بعد از ابعاد سلامت مربوط است؟ الف. امیدواری ب. ابراز مکنونات قلبی		۰,۵

ردیف	سوالات	صفحه: ۲	نمره
۸	هر یک از موارد زیر مربوط به کدام یک از انواع خودمراقبتی است؟		۰,۵

www-kanoon-ir

	الف. کنترل خشم ب. وقت گذراندن با خانواده	
۹	بیماری آنفلوانزا چگونه به دیگران سرایت می کند؟ توضیح دهید.	۰,۵
۱۰	دو مورد از آداب صحیح خوردن و آشامیدن که در فرهنگ اسلامی بر آنها توصیه شده است را بنویسید.	۱
۱۱	در مورد سرطان به سوالات زیر پاسخ دهید. الف) یک ویژگی تومور های بدخیم را نام ببرید. ب) یکی از دلایلی که آمار سرطان نسبت به گذشته افزایش یافته است را ذکر کنید. ج) به یکی از علائم هشدار دهنده سرطان اشاره کنید	/۷۵
۱۲	با توجه به شکل مقابل (الگوی چاقی) به سوالات زیر پاسخ کوتاه بدهید. الف. الگوی چاقی کدام شکل در بین زنان شایع تر می باشد؟ ب. کدام گروه از افراد (الف یا ب)، بهتر است هر چه سریع تر برای کاهش وزن خود اقدام کنند؟  ب الف	۰,۵
۱۳	در مورد بهداشت و ایمنی مواد غذایی به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف. دو مورد از دلایل بروز عفونتهای غذایی را نام ببرید. ب. دو مورد از نکات بهداشت فردی که افراد موثر در فرآیند تولید غذا بایستی آنها رعایت کنند را بنویسید.	۱
۱۴	در مورد بیماری های غیر واگیر به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف. مهم ترین عوامل خطر ابتلا به بیماری های قلبی – عروقی را بنویسید. ب. از عوامل خطر زمینه ساز بیماری های فشار خون بالا دو مورد را بنویسید.	۱
۱۵	از هر یک از آزمایش های غربالگری زیر برای تشخیص کدام نوع سرطان می توان استفاده کرد؟ الف. ماموگرافی ب. پاپ اسمیر ج. کولونوسکوپی	۰,۷۵
۱۶	در رابطه با بیماری دیابت به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف. بیماران مبتلا به کدام نوع دیابت، اغلب بدون علامت هستند؟ ب. در کدام نوع دیابت، لوزالمعده (پانکراس) اصلاً قادر به تولید انسولین نیست؟ ج. از گام های پیشگیری از دیابت دو مورد را بنویسید.	۱
۱۷	به پرسش های زیر در رابطه با کنترل وزن و تناسب اندام پاسخ دهید. الف. طبقه بندی نمایه توده بدنی بر اساس فرمول شاخص توده بدنی برای کدام گروه از افراد کاربرد ندارد؟ دو گروه را نام ببرید. ب. دو مورد از عوارض جانبی کاهش وزن سریع را بنویسید.	۱
۱۸	در رابطه با بیماری هپاتیت به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف. در کدام نوع هپاتیت احتمال مزمن شدن بیماری در مبتلایان بیشتر است؟ ب. بیماری از چه طریقی از فرد بیمار به فرد سالم منتقل می شود؟ ج. در صورت ابتلای یکی از اعضای خانواده یا نزدیکان به بیماری هپاتیت B، برای جلوگیری از انتقال بیماری به دیگر اعضا، رعایت چه نکاتی ضروری است. (ذکر دو مورد کافی است.)	۱

www.kanoon.ir

۱۹	به پرسش های زیر در رابطه با بیماری های واگیردار پاسخ دهید. الف. دو مورد از عوارض جدی ناشی از درمان نشدن بیماری هایی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل می شوند را بنویسید. ب. دو مورد از راه های انتقال ویروس اچ آی وی را بنویسید.	۱
۲۰	در مورد بهداشت پوست و مو به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف. تنظیم سشوار روی حالت داغ چه آسیبی به مو می رساند؟ (دو مورد) ب. چرا افراد با موی چرب نباید پوست سر خود را محکم ماساژ دهند؟	۱
۲۱	در مورد بهداشت چشم به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف. در صورتی که خشکی چشم شدید باشد، کارشناسان چه توصیه ای می کنند؟ ب. در هنگام کار با رایانه، فاصله مانیتور با چشمان باید در حدود چند سانتی متر باشد؟	۰,۵
۲۲	در مورد بهداشت ازدواج و باروری به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف. تزریق کدام واکسن قبل از ازدواج برای خانم ها الزامی است؟ ب. انجام آزمایش خون قبل از عقد به چه منظوری است؟	۰,۵
۲۳	چهار مورد از توصیه های بهداشتی برای باروری مردان را بنویسید.	۱
« موفق باشید »		۲۰

www-kanoon.ir