نام و نام خانوادگی..... **پایه و رشته.....**	مدیریت آموزش و پرورش استان خوزستان دبیرستان دوره دوم متوسطه سرای دانش صبا سؤالات امتحان نوبت اول درس **سلامت و بهداشت** پایه **دوازدهم همه رشته ها**	**تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۱۰/۰۶** **مدت امتحان: ۶۰ دقیقه**

شرح سوالات	بارم
الف) هر یک از عبارت‌های زیر به چه مفهومی اشاره دارند. ۱- در فرهنگ اسلام از آن به عنوان برترین نعمت‌ها و حسنهٔ دنیا تعبیر شده است (.....) ۲- شامل اعمالی اکتسابی، آگاهانه و هدفدار است که فرد برای خود و اعضای خانواده انجام می‌دهد تا همگی تندرست بمانند. (.....) ۳- عنصری که در ترکیب هموگلوبین خون نقش اساسی دارد و وظیفه آن حمل اکسیژن به نقاط مختلف بدن است. (.....) ۴- این مادهٔ مومی شکل با سخت شدن و تنگ شدن عروق خونی و تجمع چربی، کلسترول و مواد دیگر با هم تشکلی می‌شود. (.....)	۱
ب) هر یک از موارد زیر می‌توانند منجر به چه بیماری یا بیماری‌هایی شوند؟ مورد مناسب را انتخاب کنید. ۵- مسدود شدن جریان خون توسط لخته خونی ← ☐ سکته مغزی یا سکته قلبی ☐ فشار خون بالا ۶- رسوب چربیها در جداره شریان ← ☐ سکته مغزی یا سکته قلبی ☐ فشار خون بالا ۷- مختل شدن فعالیت کبد در اثر آلودگی ناشی از ویروس ← ☐ دیابت ☐ هپاتیت ۸- میکروبهای که از طریق غذا، آب و دست‌های آلوده وارد دهان می‌شوند ← ☐ وبا ☐ آنفلوآنزا	۱
ج) به هر یک از پرسش‌های زیر در یک کلمه پاسخ دهید. ۹- استفاده از کلاه و عینک آفتابی برای در امان ماندن از کدام اشعه خورشید است؟ ۱۰- موادی که برای سفیدکردن لباس‌ها و سطوح در خانه‌ها مورداستفاده قرار می‌گیرند حاوی کدام عنصر هستند؟ ۱۱- خانم‌ها از سه ماه قبل از حاملگی باید روزانه غذاهای سرشار از چه ماده‌ای مصرف کنند؟ ۱۲- برای پیشگیری از ابتلا به بیماری هپاتیت B از چه چیزی می‌توان استفاده کرد؟ ۱۳- بیماری هپاتیت با علائمی به صورت بروز چه رنگی بروز می‌کند؟ ۱۴- عوارض کدام بیماری تمام دستگاه‌های بدن را درگیر می‌کند و عدم تشخیص و درمان به موقع آن می‌تواند به نابینایی منجر شود؟	۱/۵
هـ الف) در چه صورت فرد آلوده به HIV تا اخروعمر ممکن است به ایدز دچار نشود؟ ب) بیماری‌هایی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل می‌شوند، اغلب با چه علائمی همراه هستند؟ (یک مورد) ج) در صورت ابتلای یکی از اعضای خانواده به هپاتیت B، برای جلوگیری از آلوده شدن سایر اعضا رعایت چه نکته ای ضروری است؟ (یک مورد) د) بیماری‌هایی که از طریق دستگاه تنفس منتقل می‌شوند، چه هنگامی به دیگران سرایت می‌کنند؟	۱/۵

www.kanoon.ir

نام و نام خانوادگی..... **پایه و رشته.....**	مدیریت آموزش و پرورش استان خوزستان دبیرستان دوره دوم متوسطه سرای دانش صبا سؤالات امتحان نوبت اول درس **سلامت و بهداشت** پایه **دوازدهم همه رشته ها**	**تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۱۰/۰۶** **مدت امتحان: ۶۰ دقیقه**

شرح سوالات	بارم
و) برای هر یک از بیماری ها یک دلیل علمی بنویسید. الف) بیماری گواتر ب) بیماری پوکی استخوان	۰/۷۵
ز) در مورد فشار خون به سوالات زیر پاسخ دهید. الف) از بیماری فشار خون بالا با چه عنوانی یاد می‌کنند؟ ب) یکی از علائم فشار خون بالا را بنویسید.	۱
ح) به سؤالات زیر به صورت کوتاه پاسخ دهید.	
۲۵- پخش کننده‌های قابل حمل موسیقی کدام بخش از گوش داخلی را تخریب می‌کنند؟	۰/۵
۲۶- بهترین راه پیشگیری از ابتلا به بیماری پدیکلوزیس چیست؟	۰/۵
۲۷- چگونه تومورهای بدخیم در سرطان منجر به مرگ می‌شوند؟	۰/۵
۲۸- الف) سطح کدام چربی با بروز بیماریهای قلبی عروقی ارتباط عکس دارد؟ ب) بالا بودن کدام نوع چربی به عنوان عامل خطر بروز بیماریهای قلبی -عروقی می‌دانند؟	۰/۵
۲۹- میوه‌های ضربه دیده چگونه دچار فساد غذایی می‌شوند؟	۰/۵
۳۰- برای پیشگیری از کمبود آهن و کم خونی ناشی از دختران نوجوان دبیرستانی باید در هر سال تحصیلی طبق چه الگویی قرص فروس سولفات مصرف کنند؟	۰/۵
۳۱- دو مورد از آداب خوردن و آشامیدن که در فرهنگ اسلامی بر آنها توصیه شده است، را نام ببرید.	۰/۵
۳۲- گام اول در حفظ سلامتی چیست و چه میزان از رفتارهایی که منجر به سلامت ما می‌شوند، محصول این گام هستند؟	۰/۵
۳۳- دو نمونه از تغییرات سبک زندگی امروزی نسبت به گذشته را نام ببرید که آثار سوئی بر سلامت افراد گذاشته‌اند؟	۰/۵
۳۴- چهار عامل سبک زندگی، .....، ..... و دسترسی به خدمات بهداشتی و درمانی عوامل مؤثر بر سلامت هستند.	۰/۵

www-kanoon-ir

نام و نام خانوادگی..... **پایه و رشته.....**	**مدیریت آموزش و پرورش استان خوزستان** **دبیرستان دوره دوم متوسطه سرای دانش صبا** **سؤالات امتحان نوبت اول درس سلامت و بهداشت** **پایه دوازدهم همه رشته ها**	**تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۱۰/۰۶** **مدت امتحان:۶۰ دقیقه**

شرح سوالات	بارم
۳۵- داشتن احساس پوچی و بی هدفی و نداشتن روحیه انتقادپذیری به ترتیب معلول نداشتن چه نوع سلامتی هستند؟	۰/۵
چ) به سؤالات زیر به صورت کامل پاسخ دهید. ۳۶- برای جلوگیری از آسیب برق زدگی چشم چه توصیه‌ای می‌شود؟ در صورت بروز این عارضه چه اقداماتی باید انجام داد؟	۱
۳۷- سرخجه بیماری است که در صورت ابتلای مادر دردوران بارداری، عوارض خطرناک و غیرقابل برگشتی برای جنین خواهد داشت. در مورد آن به سوالات زیر پاسخ دهید. الف) این بیماری ویروسی واگیردار است یا میکروبی غیرواگیردار؟ ب) سه مورد از عوارض سرخجه بر جنین را نام ببرید.	۱
۳۸- چرا ویروس HIV از طریق سرفه و عطسه قابل انتقال نیست؟	۱
۳۹- چهار عاملی که باعث فساد مواد غذایی می‌شوند را فقط نام ببرید.	۱
۴۰- افراد چاق و دارای اضافه وزن برای کاهش وزن؛ الف) لازم است که کاهش میزان ..... دریافتی و افزایش ..... خود را در برنامه خود قرار دهند. ب) و دو اصل را رعایت کنند. آن دو اصل کدامند؟	۱
۴۱- فرمول شاخص توده نمایی را بیان کنید. طبقه بندی توده نمایی برای چه افرادی کاربرد ندارد؟	۱
۴۲- سه مورد از اختلالات روانی شایع مرتبط با غذا خوردن را نام ببرید.	۰/۷۵
۴۳- افراد برای برخورداری از تغذیه سالم نیازمند رعایت دو اصل در برنامه غذایی روزانه خود هستند. این دو اصل را نام برده و توضیح دهید.	۱