| | | |
|---|---|---|
| **دبیرستان دخترانه نمونه دولتی آذری** | جمهوری اسلامی ایران<br>وزارت آموزش و پرورش<br>مدیریت آموزش و پرورش ناحیه یک ارومیه<br>دبیرستان دوره دوم<br>نمونه دولتی آذری | **تاریخ امتحان :۱۴۰۲/۱۰/۰۶**<br>**شروع امتحان : ۹صبح**<br>**مدت زمان پاسخگویی :۶۰ دقیقه**<br>**پایه و رشته : دوازدهم تمامی رشته ها**<br>**شعبه :**<br>**تعداد سوأل : ۱۲ سوال** |
| **نام و نام خانوادگی :** | | |
| **سوألات ماده درسی :سلامت و بهداشت** | | |
| **دبیر مربوطه :** | | |
| **نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۳ – ۱۴۰۲** | | |

**(( خیر دنیا و آخرت با دانش است و شرّ دنیا و آخرت با نادانی . ))  حضرت محمد ( ص )**

| ردیف | سوألات | بارم |
|---|---|---|
| ۱ | درستی یا نادرستی هر یک از عبارت های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.<br>الف– در بین عوامل موثر بر سلامت، سبک زندگی بیشترین تاثیر را بر سلامت دارد.<br>ب– خود مراقبتی، گام اول در حفظ سلامت خویش است.<br>پ–گروه نان و غلات در راس هرم غذایی قرار دارد.<br>ت–از مشکلات غددی میتوان به چاقی اشاره کرد .<br>ث– از رعایت نکات بهداشتی فرد موثر در تولید غذا نداشتن زیورآلات نمیتواند عامل موثری باشد.<br>ج– بیماران مبتلا به دیابت نوع۲ اغلب بدون علامت هستند.<br>ح–با بالا رفتن میزان تری گلیسرید خون، سطح LHD خون افزایش می یابد.<br>چ–ویروسHIV از طریق استفاده از استخرهای مشترک منتقل می شود. | ۲ |
| ۲ | در هر یک از عبارت های زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.<br>الف– از آزمایش ..... برای تشخیص سرطان دهانه رحم استفاده می شود.<br>ب–.....یکی از شایع ترین بیماری های پوستی است که ازطریق مو به دیگران سرایت می کند.<br>پ– درسکته مغزی، مدت زمان طلایی برای نجات فرد، تنها حدود ..... ساعت است<br>ت– چاقی با الگوی ..... در بین زنان و با الگوی ..... در بین مردان شایع تر است.<br>ث– جگر منبع غنی ویتامین ..... است که جز ویتامین های محلول در ..... می باشد.<br>ج– کنترل خشم و وقت گذراندن با دوستان به ترتیب جز انواع خود مراقبتی ..... و..... طبقه بندی می شوند. | ۲/۲۵ |
| ۳ | از کلمات داخل پارانتز کلمه مناسب را انتخاب کنید.<br>الف– ویتامین های محلول در( آب – چربی )معمولاً در کبد ذخیره می شوند.<br>ب– در برنامه ریزی برای خودمراقبتی، ابتدا باید گام های( کوچک – بزرگ )برداریم.<br>پ– سلامت در فرهنگ فارسی معین ( بی عیب شدن –رهایی یافتن ) معنی شده است .<br>ت– نور و زمان از عوامل( مکانیکی – فیزیکی )هستند که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می شوند.<br>ث–افرادی با شاخص توده بدنی۲۸در وضعیت( معمولی – اضافه وزن )طبقه بندی می شوند.<br>ج– مصرف زیاد اسیدهای چرب ترانس موجب افزایش (HDL / LDL ) خون می شود.<br>ح–اسیدهای چرب( اشباع – غیر اشباع )در روغن زیتون وجود دارد.<br>چ–اسهال خونی از بیماری هایی است که از طریق دستگاه( تناسلی – گوارش )منتقل می شود. | ۴ |
| ۴ | به پرسش های زیر پاسخ کوتاه دهید.<br>الف– دو بیماری که موجب بروز چاقی می شوند را نام ببرید.۰/۵<br>ب– دو مورد از علائم هشدار دهنده سرطان را بنویسید.۰/۵<br>ت– زمانی که هپاتیت B به صورت مزمن در آید، چه عوارض بعدی را می تواند به دنبال داشته باشد؟۰/۵ | ۱/۵ |
| ۵ | چرا میوه های ضربه دیده با گذشت زمان فاسد می شوند؟ | ۰/۷۵ |

www.karnoon.ir

| | | |
|---|---|---|
| ۶ | در پرسش های زیر گزینه مناسب را انتخاب کنید.<br>الف– کمبود کدام ماده معدنی منجر به کوتاهی قد و تاخیر در بلوغ کودکان می شود.<br>۱–روی ۲–آهن ۳–کلسیم ۴– ید<br>ب .کدام گزینه از نشانه های سلامت روانی است؟<br>۱– پایبندی به اخلاقیات ۲ – امیدواری ۳– سازگاری فرد با خودش و دیگران ۴–خواب راحت و منظم<br>ج .کدام یک از عوامل زیر جزء عوامل بیولوژیکی ایجاد فساد در مواد غذایی می باشد؟<br>۱–جوندگان ۲– افزودنی ها ۳– رطوبت ۴– ضربه دیدن<br>د .کدام یک می تواند از علائم سکته مغزی باشد؟<br>۱–عرق سرد ۲– از دست دادن تکلم ۳– ضعف و خستگی ۴– رنگ پریدگی<br>ح– راه انتقال کدام یک متفاوت است؟<br>۱– هپاتیت ۲– بیماری انگلی روده ای ۳– وبا ۴– اسهال خونی | ۲/۵ |
| ۷ | الف– چرا برای حفظ و تأمین سلامت، پیشگیری بر درمان مقدم است؟ )دو دلیل بنویسید .۱نمره<br>ب–منظور از سبک زندگی سالم چیست؟ ۷۵/. نمره | ۱/۷۵ |
| ۸ | الف– چرا به بیماری فشار خون قاتل خاموش می گویند؟ ۰/۵<br>ب) چرا نتیجه آزمایش فرد در دوران پنجره منفی است ؟ ۰/۵ | ۱ |
| ۹ | الف) منظور از اصل تنوع در تغذیه سالم چیست؟ ۰/۵<br>ب) از عوارض جانبی کاهش وزن سریع را بنویسید؟ ۰/۷۵ | ۱/۲۵ |
| ۱۰ | پروتئین کامل را مختصرا توضیح دهید. | ۰/۷۵ |
| ۱۱ | الف– بیماری آنفلوانزا چگونه به دیگران سرایت می کند؟ توضیح دهید.۰/۷۵<br>ب– سه مورد از عواملی که باعث شده امروزه تعداد زیادی از بیماریهای واگیردار کنترل شوند را بنویسید. ۰/۷۵ | ۱/۵ |
| ۱۲ | در چه صورت یک تومور، تومور" بدخیم "محسوب می شود؟ | ۰/۷۵ |
| | در پناه حق موفق باشید | |