به نام خدا

نام و نام خانودگی:	باسمه تعالی	سؤالات درس: سلامت و بهداشت
نام پدر:	اداره کل آموزش و پرورش استان چهار محال و بختیاری	تاریخ آزمون: 1402/10/5
پایه و رشته تحصیلی:	مدیریت آموزش و پرورش شهرستان بروجن	ساعت برگزاری:12 صبح
پایه دوازدهم کلیه ی رشته ها	دبیرستان نمونه مجتهده امین (دوره دوم)	تعداد صفحات:4
نمره به عدد:	امتحانات داخلی نوبت اول دی ماه	مدت پاسخگویی: 70 دقیقه
نمره به حروف		نام دبیر و امضا:

ردیف	سوالات	بارم
1	**درستیبا نادرستی هر یک از جملات زیر را بدون ذکر علت مشخص کنید:** الف) با توجه به این که تامین سلامت مستلزم رعایت بهداشت است، دو کلمه ی بهداشت و سلامت مترادف هم اند. ب) میزان انرژی تولید شده به ازای مصرف هر گرم چربی در مقایسه با هر گرم کربوهیدرات بیشتر است. ج)نوعی الگوی چاقی که در بین زنان شایع تر است، خطر ابتلا به بیماری های قلبی را بیشتر افزایش می‌دهد. د)دوره های قاعدگی بیش از 35 روز یا کمتر از 25 روز در زنان می تواند علامت اختلال در تخمک گذاری باشد. و)زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت های آن 100 درجه ی سانتیگراد حرارت دیده باشند. ز)احتمال مزمن شدن بیماری در بیماران هپاتیت نوع C بیشتر است. ح) بیشترین علت مرگ ومیر در ایران مربوط به بیماری های واگیر دار است. ط)حفظ تعادل بدن، یکی از وظایف مهم گوش می‌باشد. ی)سازگاری فرد با خودش و دیگران از نشانه های سلامت جسمانی است . ک)سردرد ناگهانی شدید یکی از علایم سکته ی مغزی است.	2/5
2	**جاهای خالی را با عبارت صحیح پر کنید؟** الف)بر اساس قانون تعادل انرژی، برخورداری از وزن مطلوب به دو عامل ..... و ..... بستگی دارد. ب)گلبول های سفید مدتی پس از حضور ویروس اچ آی وی در بدن ..... ترشح می کنند. ج)کره ی چشم افراد مبتلا به نزدیک بینی ..... تر از حد طبیعی بوده واین افراد اشیای ..... را تار می‌بینند. د)..... از مهمترین مسئولیت های زوجین بوده و از اهمیت خاصی برخورداراست. ه)طبق قانون اول استفاده از ابزارهای شنوایی و هدفون، اگر دامنه صدا از 1 تا 10 باشد، حداکثر صدا روی ..... تنظیم شود. و) آلودگی هوا و .....از مهم ترین عوامل محیطی آسیب رسان به پوست هستند. ز) ویتامین ..... محلول در چربی و ویتامین ..... محلول در آب است . ح)پیامبر فرمودند : دو نعمت در نزد مردم مجهول اند : ..... و	3

www-kanoon.ir

3	به سواالات زیر پاسخ بدهید: الف)دلیل این که سبک زندگی را مهمترین عامل موثر بر سلامت می دانند چیست؟ ب) چرا افرادی که رژیم غذایی متعادل ندارند اغلب با کمبود ویتامین C مواجه می شوند؟ ج)بیماری های ناشی از غذا به چه دلایلی ایجاد می شوند؟(دو مورد) د) آهن و سدیم، هر یک چه نقشی در بدن دارند؟	2
4	بیشترین آلودگی در مواد غذایی در چه مراحلی ایجاد می شود؟(دو مورد)	0/5
5	ب) اگر فردی دارای وزن 60 کیلو گرم و مجذور قد 3 باشد، شاخص توده ی بدنی او را حساب کرده و بنویسید در طبقه بندی نمایه توده بدنی در چه وضعیتی قرار میگیرد؟	0/75
6	دو ویژگی تومورهای بدخیم را نوشته و بنویسید چرا بر سلامت سایر سلول ها اثر منفی دارند؟	1
7	در بیماری ایدز منظور از دوران پنجره چیست ؟	0/75
8	هر یک از موارد ستون سمت راست را با موردی در ستون سمت چپ ارتباط دهید. الف)اسهال خونی — 1-دستگاه تناسلی ب)سوزاک — 2-خون و ترشحات بدن ج)پدیکلوزیس — 3-دستگاه گوارش د) هپاتیت — 4 پوست و مو	1

www-kanoon-ir

نام و نام خانودگی: ..... نام پدر: ..... پایه و رشته تحصیلی: پایه دوازدهم کلیه ی رشته ها نمره به عدد: نمره به حروف	باسمه تعالی اداره کل آموزش و پرورش استان چهار محال و بختیاری مدیریت آموزش و پرورش شهرستان بروجن دبیرستان نمونه مجتهده امین (دوره دوم) امتحانات داخلی نوبت اول دی ماه	سؤالات درس: سلامت و بهداشت تاریخ آزمون: 1402/10/5 ساعت برگزاری:12 صبح تعداد صفحات:4 مدت پاسخگویی: 70 دقیقه نام دبیر و امضا:	

9	گزینه درست را انتخاب کنید. ۱) داشتن روحیه ی انتقاد پذیری جزو کدامیک از ابعاد سلامت محسوب می‌شود؟ الف) سلامت معنوی ب)سلامت اجتماعی ج) سلامت روانی د) سلامت جسمانی 2) از کدام مورد به عنوان احیا کننده عالی نام برده می‌شود؟ الف)هورمون رشد ب) خواب ج) سلامت د) بلوغ روانی 3)التهاب کبد مربوط به کدام یک از عوارض چاقی است ؟ الف)مشکلات عضلانی-استخوانیب) مشکلات گوارشیج) مشکلات غدد‌یدد)مشکلات سیستم عصبی 4)ضربه دیدن در حین برداشت ، انتقال و نگهداری مواد غذایی از عوامل ..... فساد مواد غذایی است . الف) مکانیکیب) فیزیکیج) شیمیاییدد) بیولوژیکی	1
10	واژه‌ی مناسب را از بین کلمات داخل پرانتز را انتخاب کنید. الف) مواد غذایی موجود در بالای هرم غذایی باید دارای (کمترین حجم/بیشترین حجم)در میزان مصرف روزانه باشند. ب) بوی نامطبوع بدن میتواند به علت (تخمیر/تولید) مواد موجود در عرق و پوست توسط باکتری ها باشد. ج) برای تشخیص سرطان دهانه ی رحم از آزمایش(خون/ پاپ اسمیر) استفاده می شود. ح) مدت ده دقیقه پس از خوردن مواد (قندی/اسیدی) میزان اسید در محیط پلاک میکروبی دندان به حداکثر می-رسد. و) مصرف زیاد اسیدهای چرب ترانس موجب افزایش(HDL - LDL) خون می شود . ز)بیماری تالاسمی از والدین(بیمار/دارای ژن معیوب)به فرزندان منتقل می شود.	1/5
11	برخورداری از آمادگی جسمی، روانی و اجتماعی در ازدواج ضامن چه مواردی خواهد بود؟	0/5
12	چه نوع آزمایش هایی قبل از ازدواج الزامی است؟(دو مورد نام ببرید.) دو مورد مورد از توصیه های بهداشتی برای باروری مردان را بنویسید.	1

www.kanoon.ir

13	با توجه به شکل زیر کدام یک از عوامل مؤثر بر پوسیدگی دندان را میتوان به جایشماره های 1 و 2 قرار داد؟ 	0/5
14	الف)شریان های تغذیه کننده قلب چه نام دارند؟ ب)چه عواملی باعث تنگ تر شدن دیواره ی داخلی آن ها می شود؟ ج) پیامد این تنگ شدن چیست؟	1
15	دو مورد از مهم ترین بیماری های مزمن در جهان که با سبک زندگی ارتباط مستقیم دارند را نام ببرید .	0/5
16	با توجه به متن زیر به سوالات پاسخ دهید. گرچه قرار گرفتن در معرض نور خورشید برای تولید ویتامین D در بدن ضرورت دارد اما اگر در این کارافراط شود میتواند منجر به بروز عوارضی مانند آفتاب سوختگی شوبه عالوه قرار گرفتن در معرض اشعهزیانآور فرابنفش نور خورشید به مدت طولانی، خطر ابتلا به سرطان پوست و پیری زودرس پوست راافزایش میدهد . پرتوهای فرابنفش خورشید که به زمین میرسد شامل پرتوهای مضر UVA و کمی ازپرتوهایUVB است. الف)چه ارتباطی بین نورخورشید و ویتامین D وجود دارد؟ ب)عوارضی مانند آفتاب سوختگی نتیجه عملکرد کدام دستگاه بدن است؟ ج)قرارگیری طولانی مدت در معرض نور خورشید، کدام عارضه پوستی را در دوره بلوغ جنسی، میتواند تشدید کند؟	1
17	دو مورد از عوارض کم خوابی را بنویسید.	0/5
18	دو مورد از نکاتی که کارشناسان برای جلوگیری و کاهش عوارض چشمی هنگام کار با رایانه توصیه می کنند را بنویسید.	0/5
19	کمبود چه هورمونی در بدن ایجاد دیابت میکند و در ایجاد کدام نوع دیابت ، زمینه های ژنتیکی و بیماری های ویروسی نقش دارند؟	0/5

طراح: مریم منصوری به امید سلامت همه ی افراد جامعه جمع بارم:20