نام :..... نام خانوادگی :..... نام پدر :..... شماره دانش آموزی:..... نام درس : سلامت و بهداشت	باسمه تعالی اداره کل آموزش وپرورش فارس مدیریت آموزش وپرورش ناحیه ۱شیراز مهر آموزشگاه دبیرستان غیر دولتی مهردانش	نوبت امتحانی : دی ماه پایه : . دوازدهم رشته تجربی و ریاضی تاریخ امتحان : ۱۴۰۲/۱۰/۴ ساعت شروع :۹/۵ مدت امتحان: ۷۰دقیقه تعداد صفحه: ..... صفحه

تصحیح اول	نام ونام خانوادگی دبیر: پریا بیگی نمره به عدد: تاریخ و امضا : نمره به حروف :	تجدید نظر	نام ونام خانوادگی دبیر: نمره به عدد: تاریخ و امضا : نمره به حروف :

		بارم
۱	**جاهای خالی را با عبارت مناسب تکمیل کنید.** **الف) سلامت در لغت نامه ی دهخدا به معنی.....است.** **ب) در بین عوامل موثر بر سلامت سبک زندگی با سهم..... درصد بیشترین تاثیر را بر سلامت افراد دارد.** **ج) در گام اول خد مراقبتی باید.....را تعیین کنیم.** **د)هر فرد سالم روزانه می بایست ۶ تا ۱۱ واحد از گروه .....که در قاعده ی هرم غذایی قرار دارد ، دریافت کند.** **و) از زمان ورود ویروس HIV به بدن تا زمانی که گلبول های سفید به حد قابل تشخیص برسد، دوهفته تا سه ماه زمان باید بگذرد به این مدت زمان.....می گویند.** **ه)سر درد ناگهانی،عدم کنترل عضلات و تعادل، از دست دادن تکلم، گیجی ناگهانی و از دست دادن احساس در بازو یا صورت از علائم .....که در زمره ی بیماری های غیر واگیر است، می باشد.**	۱/۵
۲	**درستی یا نادرستی هر عبارت را با ذکر دلیل مشخص کنید.** **الف)سن بالای ۵۰ سال، مصرف دخانیات و الکل ، تغذیه نامناسب و کم تحرکی از عوامل خطر زمینه ساز بیماری فشار خون بالا است.** **ب)دیابت نوع یک در سنین بزرگسالی آغاز می شود و شایع ترین نوع دیابت است.** **ج) عدم مصرف روی به میزان مناسب، منجر به کاهش رشد و کوتاهی قد و تاخیر در بلوغ فرد می شود.** **د) رشد ، ترمیم و حفظ بافت های عضلانی از عملکرد های کربوهیدرات ها در بدن می باشد.** **و) بیماری گواتر ناشی از کمبود آهن است.** **ه) به طور متوسط هر فرد سالم در طول شبانه روز به دریافت ۶ تا ۸ لیوان آب(مایعات) نیاز دارد.**	۱/۵
۳	**به سوالات زیر پاسخ تشریحی بدهید.** **الف)علائم سکته قلبی چیست ؟(۴ مورد)**	۱

www-kanoon-ir

	ب)از آزمایش های متداول در تشخیص سرطان دو مورد را نام ببرید؟(نوع سرطانی که با این آزمایش قابل تشخیص است را ذکر کنید)	۱
	ج)علت ضرورت مصرف چربی ها بری بدن انسان چیست؟(۲ مورد)	۱
	د)چگونه بیماری می تواند بر نیروی کار مورد نیاز جامعه اثر بگذارد؟	۱
	و) دو مورد از مهم ترین دلایل افزایش آمار سرطان را بنویسید.	۱
	ه) دو مورد از گام های برنامه ریزی برای خود مراقبتی را بنویسیدو مختصر توضیح دهید.	۱
۴	پیرامون چاقی به سوالات زیر پاسخ دهید. الف) چه بیماری هایی موجب بروز چاقی می شود؟ ب)الگوی چاقی سیب در کدام جنس شایع تر است و باعث افزایش خطر ابتلا به کدام بیماری در مقایسه با الگوی گلابی می شود. ج)چاقی باعث چه مشکلات غددی می شود(دو مورد ذکر کنید.)	۱/۵
۵	چهار دسته از عوامل ایجاد فساد در مواد غذایی را نام ببرید و یک مورد را به دلخواه توضیح دهید.	۱/۵

www-kanoon-ir

۶	عبارت مناسب هر واژه را انتخاب کنید. الف)تومور بدخیم ۱)بر اثر عوامل مستعد کننده ی سرطان در تقسیم سلولی خطا به وجود می آید. ب) پروتئین ۲)تامین این ویتامین۹۰ ٪ از تابش مستقیم خورشید بر پوست و ۱۰٪ از غذا است. ج)ویتامین D ۳)۹ کیلوکالری انرژی در ازای مصرف یک گرم از این ماده ی غذایی ایجاد می شود. د)ویتامینA ۴) سلول های طبیعی اطراف خود را از بین می برد و به نقاط دیگر دست اندازی می کند. و) سلول سرطانی ۵)۴ کیلو کالری انرژی به ازای هر گرم از این ماده ی مغذی آزاد می شود و واحدهای سازنده ی این ماده ی مغذی اسید آمینه است. ی)ید ۶) مهمترین منبع طبیعی این ریز مغذی مواد غذایی دریایی است. ---	۱/۵
۷	پیرامون تغذیه سالم به سوالات زیر پاسخ دهید. الف) در راس هرم غذایی چه گروه های غذایی وجود دارد؟ ب)سه اصل که باید در تغذیه سالم رعایت شود نام ببرید. ج) عادات غذایی افراد جامعه را چه عواملی تعیین می کند.(۳مورد)	۲
۸	در عبارت های زیر پاسخ مناسب را انتخاب کنید. الف) مهمترین بیماری ویروسی تنفسی (کرونا – هپاتیت آ)می باشد. ب) از شایع ترین بیماری های انگلی از طریق پوست و مو به دیگران سرایت می کند (ایدز – پدیکلوزیس) است. ج) بیماری هپاتیت B همراه با علائم (تنفسی - کبدی) است. د) (دریافت خون آلوده - استفاده ازحمام مشترک) یکی از راه های انتقال ویروس HIV می باشد. ن) (سوزاک – سل) از جمله بیماری هایی است که از طری دستگاه تناسلی منتقل می شود. و) (بیماری عروق کرونر – آنفولانزا) از بیماری های غیرواگیر می باشد. ه) عوارض بیماری های غذازاد (تهوع، اسهال و استفراغ - عطسه، سرفه) می باشد.	۲

www-kanoon-ir

	ی) از عوارض گوارشی چاقی (سنگ کیسه صفرا - سنگ کلیه) می باشد.	
۹	پیرامون بیماری دیابت به سوالات زیر پاسخ دهید. الف)هورمون انسولین از چه غده ای ترشح می شود و عملکرد این هورمون چیست؟(مختصر توضیح دهید) ب)۲ مورد از عواملی که باعث بروز بیماری دیابت نوع دو می شود و راه های پیشگیری را ذکر کنید. ج) علائم بیماری دیابت نوع یک چیست؟	۲/۵

www-kanoon-ir
