| | | | |
|---|---|---|---|
| سوالات درس: سلامت و بهداشت | بسمه تعالی<br>اداره کل آموزش وپرورش سیستان و بلوچستان<br>مدیریت آموزش وپرورش شهرستان زابل<br>دبیرستان نمونه نجمه | وقت آزمون: 45 دقیقه | محل مهر آموزشگاه |
| نام : | | ساعت برگزاری:۸ صبح | |
| نام خانوادگی: | | تاریخ امتحان:1402/10/02 | |
| پایه تحصیلی: دوازدهم تجربی، انسانی | | تعداد سوال: | تعداد صفحه:2 |

نام ونام خانوادگی دبیر وامضا  نمره با عدد:  نمره باحروف:

| ردیف | سوالات | بارم |
|---|---|---|
| ۱ | **به سوالات زیر پاسخ کامل دهید:**<br>**الف( عوامل موثر برسلامت را نام برده و برای هرکدام مثالی بزنید؟ ب( ابعاد سلامت رانام ببرید؟**<br>**پ( گام های خود مراقبتی را بیان کنید؟**<br>**ث( هرم غذایی چیست و شش گروه غذایی را به ترتیب نام ببرید؟**<br>**ج( سه اصل از اصول تغذیه سالم را بیان کنید و برای هرکدام توضیح دهید؟ چ( بیماری های ناشی از غذا به چند دسته تقسیم می شوند توضیح دهید؟ خ( ایسکمی قلب چیست؟**<br>**ح( قانون تعادل انرژی چه بیان می کند؟** | 7/5 |
| ۲ | **جاهای خالی را باکلمات مناسب کامل کنید؟**<br>**الف( ---------- یکی از مواد مغذی هستند که بدن برای رشد و ترمیم بافت های عضلانی به آن نیاز دارد.**<br>**ب( ----------نقش مهمی در عملکرد اندام های درونی و سیستم عصبی دارد.**<br>**پ ( شاخص توده بدنی ----------میباشد وبیماری ---------ناشی از کمبود ید در بدن است.**<br>**ث( اسید های چرب غیراشباع درموادغذایی چون ----------،-------- و ---------- وجود دارد.**<br>**ج( بیماری ---------- به هرگونه بیماری که دستگاه گردش خون را تحت تاثیر قرار می هد.**<br>**چ( یکی از شایع ترین بیماری های انگلی که از طریق پوست و مو به دیگران سرایت می کند ---------- نام دارد.** | 1/5 |
| ۳ | **گزینه ی درست را انتخاب کنید؟**<br>**الف- با بالارفتن میزان تری گلیسیرید خون سطح ---------- کاهش می یابد؟**<br>**1( کلسترول 2( چربی خون 3( LDL 4( HDL**<br>**ب - اسید های چرب ترانس به ترتیب موجب افزایش -------- کاهش -------- می شوند؟**<br>**1( LDL.HDL 2(کلسترول.LDL 3( کلسترول.HDL 4(HDL.LDL**<br>**پ- احتمال مزمن شدن بیماری هپاتیت در کدام نوع بیشتر است؟**<br>**1(نوعC 2( نوعB 3(نوع A 4( نوع D**<br>**ث( کدام بیماری از راه خون و ترشحات بدن منتقل می شود؟**<br>**1( هپاتیت 2( ایدز 3( سل 4( همه موارد ج-**<br>**ضعف و کسالت و بی اشتهایی از عوارض کدام بیماری است؟**<br>**1( هپاتیت نوع C 2( کرونا 3( ایدز 4( هپاتیت نوع B** | 1/5 |

www.kanoon.ir

| | | |
|---|---|---|
| | **چ- کدامیک از علائم سکته ی مغزی میباشد؟**<br>**1(از دست دادن تکلم 2(سنگینی یا درد در وسط قفسه سینه 3(سنگینی صدا 4(تاری دید** | |
| ۴ | **پاسخ کوتاه دهید:**<br>**1( بیماری اچ ای وی را تعریف کرده و علائم ایجاد آن را نام ببرید؟**<br>**2( بیماری های واگیر به چند دسته تقسیم می شوند نام ببرید؟**<br>**3( دیابت چیست و انواع آن را نام ببرید؟**<br>**4( اصول بهداشتی در جلوگیری از آلودگی و فساد غذایی را بیان کنید؟**<br>**5( عوامل چاقی رابیان کنید**<br>**6( موادمغذی موردنیاز بدن را نام ببرید**<br>**7( اقدامات بهداشتی لازم قبل از ازدواج رابیان کنید** | 6 |
| ۵ | **پاسخ کامل دهید**<br>**1( آستیگماتیسم چیست**<br>**2( انواع عیوب انکساری چشم را نام ببرید**<br>**3( کلسترول خوب و بد را توضیح دهید** | 3/5 |

**موفق باشید.**