نام ونام خانوادگی:	**باسمه تعالی** **اداره کل آموزش و پرورش استان همدان** **اداره آموزش و پرورش ملایر** **دبیرستان پسرانه شاهد(شهید حیدری)** **امتحانات نوبت اول سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲**	تاریخ امتحان: **۱۴۰۲/۱۰/۲**	
نام پدر:		زمان شروع: 8 صبح	
نام درس: سلامت و بهداشت		مدت زمان امتحان: **۷۰** دقیقه	
نام کلاس:		تعداد سؤال: 23سوال در 2 صفحه	ن

1	ضربه دیدن در حین برداشت، انتقال و نگهداری مواد غذایی از عوامل ..... 1)مکانیکی 2)فیزیکی 3)شیمیایی 4)بیولوژیکی	/5
2	کمبود کدام یک از ریزمغذی ها سبب کوتاهی قد و تاخیر در بلوغ نوجوانان میشود؟ 1)کلسیم 2) ویتامین دی 3)روی 4)ید	/5
3	کدام یک از نشانه های سلامت معنوی است؟ 1)مدیریت هیجان 2)تعهد 3)عملکرد مسئولان 4)ابراز مکنونات قلبی	/5
4	این بیماری از طریق خون و ترشحات بدن منتقل میشود؟ 1)وبا 2)پدیکولوزیس 3)ایدز 4)سوزاک	/5
5	از آزمایش های شایع غربالگری سرطان میتوان از ..... در تشخیص سرطان پروستات در مردان نام برد. 1)کولونوسکوپی 2)آزمایش خون 3)ماموگرافی 4)پاپ اسمیر	/5
6	داشتن عملکرد مناسب در برخورد مشکلات مربوط به کدام یک از ابعاد سلامت است؟ 1)سلامت جسمانی 2)سلامت روانی 3)سلامت اجتماعی 4)سلامت معنوی	/5
7	کدام یک از غذاهای زیر همه اسیدهای آمینه ضروری را دارد؟ 1) غلات 2)تخم مرغ 3)مغزه 4)خشکبار	/5
8	بیماری ..... با علایمی به صورت زردی بروز میکند 1)پدیکولوزیس 2)هپاتیت 3)HIV 4)سرطان خون	/5
9	سن افراد مربوط به کدام عامل موثر بر سلامت است؟ 1)عوامل محیطی 2)عوامل ژنتیکی و فردی 3)دسترسی به خدمات بهداشتی 4)سبک زندگی	/5
10	کدام گزینه بیشترین تاثیر را بر سلامت دارد؟ 1)وراثت 2)عوامل محیطی 3)خدمات بهداشتی 4)سبک زندگی	/5
11	جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید. الف) تامین سلامت مستلزم رعایت ..... است. ب)تشخیص به موقع سرطان با انجام ..... و ..... امکان پذیر است. ج) انسولین هورمونی است که در بدن از غده ی ..... ترشح شده و موجب ورود قند به سلول و استفاده از آن میشود. د)برخی داروها مانند ..... موجب چاقی میشوند. ه)همه خانم ها قبل از بارداری باید از نظر ایمنی نسبت به بیماری ویروسی ..... ازمایش شوند .	2/5

www-kanoon-ir

	و) در بین عوامل خطر بیماری های قبلی عروقی ..... و..... خون از مهم ترین عوامل خطر هستند که باید به صورت منظم از نظر پزشکی بررسی گردند. ح) در بیماری پدیکلوزیس انگل در ناحیه ..... زندگی میکند. ر)رشد، ترمیم و حفظ بافت های عضلانی از عملکرد های ..... در بدن میباشد.	
12	درستی و نادرستی عبارات را مشخص کنید. الف) بیماری کوشینگ در اثر اختلال عملکرد غده فوق کلیوی ایجاد میشود. ب) بیماران مبتلا به دیابت نوع دو اغلب بدون علامت هستند. ج)چربی یکی از مواد غذایی اصلی برای حفظ سلامت است. د)بیماری مزمن با سبک زندگی ارتباط مستقیم دارد . و)منظور از آمینواسیدهای ضروری یازده نوع امینواسید است که بدن قادر به ساختن انها نیست. ح)سقراط سلامت را در تعادل بین اخلاط چهارگانه میدانست.	1/5
13	موارد زیر را تعریف کنید. الف) قاتل خاموش ب) نشانه های سلامت معنوی کدامند؟ دو مورد	1
14	الف)منظور از ایسکمی قلبی چیست؟ ب)وزن مطلوب برای هر فرد به چه عواملی بستگی دارد؟	1
15	بهترین راه پیشگیری از ابتلا به بیماری سوزاک را بنویسید .	1
16	هر یک از بیماری های زیر از طریق کدام دستگاه به بدن منتقل میشود؟ الف) وبا ب)آنفلوآنزا ج)سوزاک د) هپاتیت	1
17	الف)چرا معمولا ضایعات آکنه در حوالی بلوغ پدیدار میشوند ب)آبسه دندانی چگونه ایجاد میشود.	1
18	الف)از اصول تغذیه سالم دو مورد را نام ببرید. ب)دو مورد از منابع تامین اب بدن را نام ببرید	1
19	الف)سه مورد از عوارض کاهش وزن سریع را بنویسید. ب)دو مورد از عوامل خطر ساز غیر قابل پیشگیری دبابت نوع دو را بنویسید.	1/25
20	الف) چرا برای سلامت پیشگیری بر درمان مقدم است ؟(دو مورد) ب) از نشانه های سلامت روان و معنوی هر کدام یک مورد بنویسید.	1
21	سبک زندگی و خودمراقبتی را توضیح دهید.	1
22	الف)دو مورد از مهم ترین علائم سکته مغزی را بنویسید. ب)مهم ترین عوامل خطر برای بیماری های قلبی عروقی که از نظر پزشکی بررسی شوند را بنویسید.	1
23	چه سلولهایی در اثر استفاده زیاد از هندزفری تخریب میشوند ؟ وظیفه این سلول ها چیست ؟	/75

موفق باشید