نام :	بسمه تعالی	مهر مدرسه	تاریخ امتحان : ۱۴۰۱/۰۹/۳۰
نام خانوادگی :	اداره کل آموزش و پرورش استان زنجان		مدت امتحان : ۶۰ دقیقه
نام پدر :	اداره آموزش و پرورش شهرستان ابهر	صفحه (۱)	تعداد صفحات : ۳ صفحه
دبیرستان : استعدادهای درخشان شهید بهشتی	امتحان درس **سلامت و بهداشت**	تعداد سؤالات : [۲۰]	پایه تحصیلی : **دوازدهم** کلیه رشته ها

نمره با عدد		نام و امضای دبیر	نمره با عدد		نام و امضای دبیر
نمره با حروف		محمد علی عسکری	نمره با حروف		محمد علی عسکری

ردیف	«هرکس با کتاب ، آرامش یابد ، راحتی و آسایش از او سَلب نمی شود»	نمره
۱	**درستی یا نادرستی هریک از عبارت های زیر را [بدون ذکر دلیل] مشخص کنید :** الف) افراد برخوردار از درآمد و آموزش بالاتر، همیشه انتخابها و رفتارهای سالم تری دارند. ب) گروه نان و غلات در قاعده هرم غذایی قرار دارد. ج) بیماران مبتلا به دیابت «نوع دو» اغلب بدون علامت هستند. د) آلودگی با ویروس «اچ آی وی» یک بیماری عفونی قابل کنترل است. ه) آستیگماتیسم، هم بر دید دور و هم بر دید نزدیک تاثیر می گذارد.	۱/۲۵
۲	**در هر یک از عبارتهای زیر ، جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید :** الف) قابل درک ترین بُعدسلامت ، ..... است. ب) حذف برخی وعده ها به ویژه ..... ، از عادت های غذایی نادرست شایع در نوجوانان است. ج) برخی دارو ها مثل ..... موجب چاقی می شوند. د) بیماری های ..... به مجموعه ای از بیماری ها گفته می شود که اساساً عامل مشخصی ندارند. ه) مرحله پیشرفته اچ آی وی(HIV) را ..... می نامند.	۱/۲۵
۳	**کمبود هریک از موادمغذّی زیر ، چه بیماری می تواند ایجاد کند؟** الف) روی : ب) کلسیم :	۰/۵
٤	**برای هریک از عبارت های زیر یک «دلیل» یا «علّت» مناسبی بنویسید :** الف) چرا در بین عوامل موثر بر سلامت، سبک زندگی بیشترین اهمیت را در سلامت افراد دارد؟ ب) چرا HDL را «کلسترول خوب» می گویند؟ ج) به چه دلیل ویروس «ا چ آ ی وی» از طریق تماسهای عادی همچون غذاخوردن یا هم صحبت شدن و ... منتقل نمی شود؟	۱/۵
۵	**در مورد بیماری های «غیرواگیر» به پرسش های زیر پاسخ دهید :** الف) چهار مورد از عوامل خطر «قابل کنترل» ابتلا به بیماری های قلبی - عروقی نام ببرید. ب) هریک از علائم زیر مربوط به کدام نوع دیابت (نوع یک یا نوع دو) است؟ الف) احساس سوزش در انگشتان دست و پا : ب) پرنوشی و پرادراری :	۱/۵
٦	بیماری آنفلوانزا چگونه به دیگران سرایت می کند؟(توضیح دهید)	۰/۵

بعد

ادامه سؤالات در صفحه(۲)

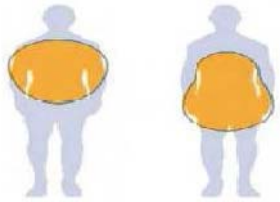
بعد

www.kanoon.ir

ردیف	ادامه سؤالات	نمره
۷	**در مورد «فساد مواد غذایی» به سؤالات زیر پاسخ دهید:** الف) منظور از فساد مواد غذایی چیست؟ ب) مهم ترین عوامل بیولوژیکی که باعث فساد موادغذایی می شوند کدامند؟ ج) «ضربه دیدن» در حین برداشت ، انتقال و نگهداری ، چگونه موجب فساد در «میوه ها» می شود؟	۲/۵
۸	**در مورد بیماری های «واگیردار» به پرسش های زیر پاسخ دهید :** الف) «علت نگرانی و خطر» در مورد بیماری های واگیردار چیست؟ ب) زمانی که هپاتیت B به صورت مزمن درآید ، چه عوارضی می تواند داشته باشد؟ ج) دو مورد از عوارض جدی ناشی از درمان نشدن بیماریهایی که از طریق «دستگاه تناسلی» منتقل می شوند را بنویسید.	۱/۵
۹	**به سؤالات زیر پاسخ کوتاه دهید :** الف) « امکانات و تسهیلات آموزشی » جزء کدام یک از چهار عامل مؤثر بر سلامت است؟ ب) نام دو بیماری را که موجب بروز چاقی می شود ، بنویسید. ج) از آزمایش خون مخفی در مدفوع برای تشخیص کدام نوع سرطان استفاده می شود؟ د) در صورت مشاهده هریک از علائم «سکته مغزی» در فرد ، مهم ترین اقدام چیست؟ ه) دو مورد از عوامل خطر «قابل کنترل» ابتلا به بیماری های «قلبی - عروقی» نام ببرید. و) مدت زمان طلایی برایی نجات فردی که سکته مغزی کرده است ، چقدر می باشد؟ ز) «اصلی ترین» روش پیشگیری در همه بیماری های عفونی چیست؟ ر) بد بوی صبحگاهی ، حین بیدار شدن از خواب ، ناشی از چیست؟	۲/۵
۱۰	بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت ، مهم ترین بیماری های مزمن شناخته شده در جهان که با سبک زندگی ارتباط مستقیم دارند ، کدامند؟	۱
۱۱	منظور از «نیازمندی های تغذیه ای» چیست؟	۱
۱۲	بر اساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن و برخورداری از وزن مطلوب به چه عواملی بستگی دارد؟	۰/۵
۱۳	بیماری های «غذازاد» به چه دلائلی ایجاد می شود؟	۰/۵

بعد ادامه سؤالات در صفحه(۳) بعد

www.kanoon.ir

ردیف	ادامه سؤالات	نمره
۱۴	چهار مورد از «عوامل اصلی» مؤثر بر پوسیدگی دندان را نام ببرید.	۱
۱۵	الف) پیرچشمی به چه دلیل ایجاد می شود؟ ب) این عارضه معمولا از کدام دوره سنی شروع می شود؟	۰/۷۵
۱۶	**با توجه به شکل زیر به پرسش های زیر پاسخ دهید :** کدام یک از الگوهای چاقی در شکل زیر، خطر ابتلا به بیماریهای قلبی ـ عروقی را بیشتر افزایش می دهد؟  (الف) (ب)	۰/۲۵
۲۰	**در هریک از سؤالات چهارگزینه ای زیر ، گزینه صحیح را [بدون ذکر دلیل] انتخاب کنید :** الف) تعریف زیر مربوط به کدام گزینه می باشد؟ «کیفیتی اززندگی است که درآن فرد از سلامت جسمی، روانی-عاطفی، خانوادگی-اجتماعی و معنوی برخوردار است» ۱) بهداشت ۲) سلامت ۳) سبک زندگی سالم ۴) خودمراقبتی ب) « التهاب کبد» مربوط به کدام یک از «عوارض چاقی» است؟ ۱) مشکلات عضلانی ـ استخوانی ۲) مشکلات گوارشی ۳) مشکلات غددی ۴) سیستم عصبی ج) احمد ۹۰ کیلو گرم وزن و ۱۷۵ سانتی متر قد دارد. در چه گروهی از لحاظ نمایه توده بدنی قرار دارد؟ ۱) لاغر ۲) معمولی ۳) اضافه وزن ۴) چاقی درجه یک د) ..... باعث می‌شود تا کلسترول از جدار داخلی شریان‌ها جدا شود به همین دلیل به آن ..... می‌گویند. ۱) LDL - کلسترول بد ۲) LDL - کلسترول خوب ۳) HDL - کلسترول بد ۴) HDL - کلسترول خوب ه) به ..... ایسکمی قلب گفته می‌شود و به دلیل ..... اتفاق می‌افتد. ۱) ایجاد درد قلبی – تنگی نفس در حین فعالیت ۲) ایجاد درد قلبی – کوچک و تنگ شدن دیواره عروق کرونری ۳) نرسیدن خون کافی به عضله قلب – تنگی نفس در حین فعالیت ۴) نرسیدن خون کافی به عضله قلب – کوچک و تنگ شدن دیواره عروق کرونری و) چندمورد از گزاره های زیر از علائم هشدار دهنده سرطان می‌باشد؟ الف) زخم‌های بدون بهبود ب) استفراغ یا سرفه ج) اسهال یا یبوست د) بی اشتهایی ۱) ۱ ۲) ۲ ۳) ۳ ۴) ۴ ز) کدام گزینه در مورد بیمار مبتلا به ایدز صحیح می‌باشد؟ ۱) داروهایی وجود دارند که تعداد ویروس اچ آی وی را در خون به شدت کاهش می‌دهد. ۲) داروهایی وجود دارد که مانع پدید آمدن علائم (مرحله ایدز) می‌شود. ۳) مراقبت مستمر از مبتلایان به همراه درمان به موقع بیماری، بیماری را به تعویق می‌اندازد. ۴) هر سه مورد ر) درقانون استفاده از ابزارهای شنیداری و هدفون ، اگر دامنه صدا از ۱ تا ۱۰ است، حداکثر صدا روی چه عددی باید تنظیم شود. ۱) ۵ ۲) ۱۰ ۳) ۱۵ ۴) ۲۰	۲
جمع نمره	**«هرکس با کتاب ، آرامش یابد ، راحتی و آسایش از او سَلب نمی شود»**	۲۰