نام : ..... نام خانوادگی : ..... نام درس: سلامت و بهداشت ساعت شروع : ۸ صبح	باسمه تعالی اداره کل آموزش و پرورش استان گلستان کارشناسی سنجش و ارزشیابی تحصیلی اداره آموزش و پرورش شهرستان کلاله (مهر آموزشگاه) آموزشگاه : نمونه دولتی حضرت فاطمه(س)	نوبت امتحانی: دی ماه پایه : دوازدهم تجربی تاریخ امتحان: ۱۰/ ۱۰/ ۱۴۰۲ مدت امتحان : ۷۵ دقیقه شماره صفحه: ۲

نام و نام خانوادگی دبیر: تاریخ و امضا:	نمره به عدد: نمره به حروف:	تجدید نظر	نام و نام خانوادگی دبیر: تاریخ و امضا: نمره به عدد: نمره به حروف:

ردیف	((سوالات))	بارم
۱	درستی یا نادرستی هر یک از جملات زیر را بدون ذکر دلیل ، مشخص کنید. الف)قابل درک ترین بعد سلامت، سلامت جسمانی است. ص ☐ غ☐ ب) از نظر سازمان بهداشت جهانی ، سلامت یعنی نداشتن بیماری و نقص عضو . ص ☐ غ☐ ج) افسردگی ، افراد را مستعد ابتلا به چاقی می کند. ص ☐ غ☐ د) میوه ها را باید در جای خنک و روشن نگهداری کرد. ص ☐ غ☐ هـ) HDL کلسترول خوب است. ص ☐ غ☐ و) احتمال مزمن شدن بیماری در مبتلایان به هپاتیت نوع C بیشتر است. ص ☐ غ☐	۱/۵
۲	جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید. الف) یک جنبه بسیار مهم در تعریف سازمان جهانی بهداشت از سلامت، که از آن غفلت شده جنبه ی ..... است. ب) به هرگونه حالت ناخوشایند و رنج آور که تندرستی را دچار اختلال می کند ..... گویند. ج) یکی از مهم ترین عوامل مؤثر در شکل گیری الگوی غذایی افراد ..... غذایی است. د) چاقی با الگوی سیب در مقایسه با گلابی، خطر ابتلا به بیماری های ..... را بیش تر افزایش می دهد. هـ) از بیماری های غذایی ناشی از انگل های گوشت حیوانات آلوده و بیمار، می توان کرم ..... در گوشت گاو را نام برد. و)کلسترول ماده ای از جنس ..... می باشد. ز) امروزه برای پیشگیری از ابتلا به بیماری هپاتیت B می توان از ..... آن استفاده کرد.	۳/۵
۳	از میان کلمات داخل پرانتز، کلمه ی صحیح را علامت بزنید. الف)بیماری پوکی استخوان به علت کمبود (کلسیم / ید) است. ب) کاهش سرعت رشد کودکان و نوجوانان به علت کمبود (روی / ید) است. ج) با توجه به توصیه های خودمراقبتی باید دریافت فیبر غذایی روزانه را (افزایش / کاهش) دهید. د) برای محاسبه BMI باید وزن برحسب کیلوگرم بر مجذور قد برحسب (متر / سانتی متر) تقسیم شود. هـ) فشار خون در طول روز ثابت (است/ نیست). و) ایدز تنها مرحله (ابتدایی / انتهایی) HIV است.	۳

www-kanoon-ir

۴	هر یک از موارد زیر به نقش کدام گروه از ترکیبات مواد غذایی در بدن اشاره می نماید. انرژی زایی و حفظ گرما ( ) ترمیم و حفظ بافت عضلانی ( ) کمک به سوخت و ساز کربوهیدرات ها و چربی ها ( )	۱/۵
۵	هر کدام از موارد زیر، مربوط به کدام عامل ایجاد فساد مواد غذایی است؟ نور ( ) رطوبت ( ) انگل ها ( )	۱/۵
۶	با توجه به چربی ها به سؤالات زیر پاسخ کوتاه دهید. الف) ۲ نقش چربی ها در بدن را بنویسید؟ ب) انواع چربی ها را با ذکر مثال بنویسید.	۱/۵
۷	الف)۲ مورد از مشکلات روانی ناشی از چاقی را نام ببرید؟ ب)براساس قانون تعادل انرژی ،تنظیم وزن و برخورداری از وزن مطلوب به چه عواملی بستگی دارد؟ (۲ مورد)	۱ ۱
۸	الف)کلسترول بدن از چه راه هایی تأمین می شود؟ (۲ مورد) ب) انواع چربی در خون را نام ببرید؟ (۲ مورد)	۱ ۱
۹	با توجه به بیماری هپاتیت پاسخ دهید: الف)شایع ترین نوع هپاتیت را نام ببرید؟ (۲ مورد) ب) اگر افراد مبتلا به هپاتیت **B** درمان نشوند چه عواقبی برای آنها خواهد داشت؟ (۱ مورد)	۱/۵
۱۰	با توجه به بیماری ایدز پاسخ دهید: الف) در چه صورت ممکن است فرد آلوده به **HIV** تا آخر عمر مبتلا به بیماری ایدز نشود؟ ب) اهمیت حضور آنتی بادی تولید شده علیه ویروس **HIV** چیست؟	۲
	موفق باشید. روحانی	۲۰