باسمه تعالی

شماره صندلی: **اداره آموزش و پرورش شهرستان فریدونکنار** **نام درس :**

نام ونام خانوادگی : **معاونت متوسطه دوم صفحه :**

نام رشته : **دبیرستان شهید خسروی** **زمان :** 70 **دقیقه**

پایه تحصیلی : دوازدهم **طراح سوال : زهرا آذرینوند** **تاریخ :** 1404/ 10/30

ردیف	شرح سؤال	بارم
1	درستی یا نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید : الف – گام اول در حفظ سلامت خود مراقبتی است . ص ( ) غ ( ) ب- در دیابت نوع دو لوزالمعده قادر به تولید انسولین نیست . ص ( ) غ ( ) ج – میزان انرژی یک گرم پروتیین با یک گرم چربی برابر است . ص( ) غ( ) د- سازمان جهانی بهداشت سلامت را برخورداری از تامین رفاه جسمانی روانی ، اجتماعی و نه فقط نداشتن بیماری ونقص عضو می داند . ص ( ) غ ( ) و- در بین عوامل موثر بر سلامت سبک زندگی کمترین تاثیر را دارد . ص( ) غ( ) هـ- مشکلات غددی می تواند یکی از عوارض چاقی باشد . ص( ) غ ( )	1/5
2	جاهای خالی را با عبارات مناسب پر کنید : الف-با توجه به دیدگاه اسلام در تعریف سازمان جهانی بهداشت از سلامت از جنبه ..... غفلت شده است . ب-کولونوسکوپی در تشخیص ..... کاربرد دارد ج- کره چشم در افراد ..... معمولا کوچکتر از حد طبیعی است . د – زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت های آن حداقل ..... درجه سانتیگراد حرارت دیده باشند . و-در حوالی بلوغ افزایش ناگهانی هورمونها باعث تحریک غده های ..... می شود ه- در صورتی که BMI فرد 25-29/9 باشد وضعیت ..... محسوب می شود . ی- ظاهر خوب و طبیعی از نشانه های سلامت ..... است . ر- قرار گرفتن در معرض ..... نور خورشید به مدت طولانی خطر ابتلا به سرطان پوست و پیری زودرس را افزایش می دهد.	2
3	از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید . الف – کمال جویی از نشانه های سلا مت (روان – معنوی) است. ب- ویتامین (B - E) معمولا در کبد ذخیره می شود . ج- (بیماریهای واگیر – بیماریهای غیر واگیر) بیماریهایی هستند که عامل مشخصی ندارند د- برخی بیماریها مانند(کوشینگ – پرکاری تیروئید)سبب چاقی می شوند . و- اسید های چرب (اشباع-غیر اشباع) در روغن زیتون وجود دارد . ه- ماهیهای چرب منبع (ویتامین A- ویتامین D) هستند.	1/5

www-kanoon-ir

	گزینه صحیح را انتخاب کنید : 1-کدام یک از گزینه های زیر جزء ویتامین های محلول در چربی نیست ؟ الف – C ب- A ج- D د - K	1
	2- احتمال مزمن شدن بیماری در مبتلایان به هپاتیت نوع ..... بیشتر است . الف - A ب- B ج- C د-D	
	3- مهم ترین علامت بالینی سکته قلبی کدام است الف- خستگی بدون علت ب- نبض سریع ج- درد وسط قفسه سینه د- تهوع	
	4- کدام یک از عوامل خطر ساز و غیر قابل پیشگیری دیابت محسوب می شود ؟ الف – فشار خون بالا ب- سابقه دیابت حاملگی ج- کلسترول بالا د- اضافه وزن	
5	به چه دلایلی برای حفظ و تامین سلامت پیشگیری بر درمان مقدم است ؟ 2 دلیل ذکر کنید .	1
6	مهم ترین بیماریهای مزمن شناخته شده در جهان که با سبک زندگی ارتباط مستقیم دارند را نام ببرید .(3 مورد)	0/75
7	سه اصل که افراد برای برخورداری از تغذیه سالم باید در برنامه غذایی خود رعایت کنند را نام ببرید .	0/75
8	هر کدام از بیماریهای زیر در اثر کمبود کدام ماده معدنی یا ویتامین ایجاد می شود ؟ الف – پوکی استخوان ب- کم خونی ج- کوتاهی قد و تاخیر در بلوغ :	0/75
9	در مورد کنترل وزن و تناسب اندام به سوالات زیر پاسخ دهید : الف – شاخص توده بدنی برای چه افرادی کاربرد ندارد ؟ 2 مورد	0/5
	ب- دو مورد از عوارض جانبی کاهش وزن سریع را بنویسید .	0/5
	ج- در چه صورتی وزن ثابت و بدون تغییر می ماند .	0/5
10	در مورد عوامل ایجاد فساد در مواد غذایی و بیماریهای ناشی از غذا به سوالات زیر پاسخ دهید : الف – در چه صورتی می گوییم ماده غذایی دچار فساد شده است؟	1
	ب- دو عامل بیولوژیکی که سبب فساد مواد غذایی می شوند نام ببرید .	0/5
	ج- چرا میوه های ضربه دیده با گذشت زمان فاسد می شوند .	0/5

www-kanoon-ir

11	به سوالات زیر در مورد بیماریهای غیر واگیر پاسخ دهید : الف- کدام یک از عوامل خطر ابتلا به بیماریهای قلبی – عروقی قابل درمان و کنترل هستند ؟ 3 مورد بنویسید .	0/75
	ب- ایسکمی قلبی چیست ؟	0/5
	ج- فشار خون در طول روز تحت تاثیر چه عواملی تغییر می کند ؟ دو مورد بنویسید .	0/5
	د-مهمترین دلایل افزایش آمار سرطان چیست ؟دو موردبنویسید.	1
	و- 2 مورد از عوارض دیابت را بنویسید .	0/5
12	هپاتیت چیست ؟	0/5
13	هر کدام از بیماریهای زیر از چه طریقی انتقال می یابند ؟ الف- پدیکلوزیس ب- سوزاک	0/5
14	الف -دو راه اصلی پیشگیری از انتقال HIV را بنویسید .	0/5
	ب- دوران پنجره به چه زمانی اطلاق می شود ؟	0/5
15	به سوالات زیر در مورد بهداشت فردی پاسخ دهید الف – دو مورد از راههای اصلاح عیوب انکساری چشم را بنویسید ؟	0/5
	ب- - انواع کم شنوایی به چند طبقه تقسیم می شود ؟	0/5
	ج- چه عواملی سبب تشدید آکنه(جوش) می شوند ؟ 2 مورد بنویسید.	0/5
	د-چگونه باکتریهایی که در نقاط مختلف پوست هستند سبب ایجاد بوی نامطبوع بدن می شوند ؟	0/5
جمع	موفق و سربلند باشید	20