بسمه تعالی

اداره کل آموزش و پرورش استان گلستان
مدیریت آموزش و پرورش شهرستان ....گنبد....
نام آموزشگاه .....
عرب
نام دبیر .....

محل مهر آموزشگاه

نام و نام خانوادگی : .....
رشته تحصیلی: کلیه رشته ها
پایه تحصیلی: دوازدهم
نوبت آزمون: دی ماه

تعداد سوال: ۱۳
تعداد صفحه: ۳
زمان پاسخگویی: ۷۰
سال تحصیلی : ۱۴۰۴-۱۴۰۳
عنوان درس: سلامت و بهداشت

ردیف	متن سوال	بارم
۱	**درستی یا نادرستی جملات زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.** الف) رشد، ترمیم و حفظ بافت های عضلانی از عملکرد پروتئین ها در بدن انسان است. ب) در ارتباط با آموزش های پیش از ازدواج، مشاوره ژنتیک برای همه افراد الزامی می باشد. ج) اقداماتی مانند خالکوبی و حجامت غیراستریل می تواند منجر به انتقال ویروس هپاتیت گردد. د) ابن سینا سلامت را در تعادل بین مزاج های چهارگانه، شامل صفرا، سودا ، بلغم و خون می دانست. ه) پوسیدگی دندان یک روند تدریجی ولی نسبتا کوتاه است و معمولا با یک تغییررنگ آغازمی شود و) چاقی با الگوی سیب، خطر ابتلا به بیماری های قلبی–عروقی را بیشتر از الگوی گلابی افزایش می دهد .	۱,۵
۲	**در پرسش های چهارگزینه ای زیر گزینه مناسب را انتخاب کنید.** الف) کدام یک از عیوب انکساری چشم به علت شکل غیرعادی قرنیه ایجاد می شود؟ ۱–دوربینی ☐ ۲– آستیگماتیسم ☐ ۳– نزدیک بینی ☐ ۴–پیرچشمی ☐ ب) در ارتباط با سوء تغذیه ناشی ار کمبود ریز مغذی ها ، کمبود کدام عنصر سبب گواتر می شود؟ ۱– ید ☐ ۲– آهن ☐ ۳– کلسیم ☐ ۴– روی ☐ ج) در مورد ویژگی های هر یک از ابعاد سلامت، کدام مورد از نشانه های سلامت معنوی است؟ ۱– مدیریت هیجان ☐ ۲– تعهد ☐ ۳– عملکرد مسئولانه ☐ ۴– داشتن روحیه انتقاد پذیری ☐ د) التهاب کبد مربوط به کدام یک از عوارض چاقی است؟ ۱– مشکلات غددی ☐ ۲– مشکلات عصبی ☐ ۳– مشکلات گوارشی ☐ ۴– مشکلات تنفسی ☐	۱
۳	**از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه ی مناسب را انتخاب کنید.** الف) در دیابت (نوع۲– نوع۱) لوزالمعده قادر به تولید انسولین کافی نیست یا بدن به انسولین مقاومت نشان می دهد. ب) نور و زمان از عوامل (مکانیکی –فیزیکی) هستند که سبب ایجاد فساد مواد غذایی می شوند. ج) اصل (تعادل– تنوع) یعنی مصرف مقادیرکافی از مواد مغذی مورد نیاز برای حفظ سلامت بدن. د) بیماری پدیکلوزیس ، نوعی بیماری واگیر دار است که از طریق (سیستم تنفسی– پوست و مخاط) منتقل می شود. ه) به توانمندی های لازم برای اداره امور همسر و فرزندان بلوغ (روانی– اجتماعی) اطلاق می گردد. و) فاصله بین رفتن به رختخواب با خوابیدن تباید بیش از (۳۰–۶۰) دقیقه باشد.	۱,۵
۴	**جای خالی را با کلمات مناسب پر کنید.** الف) گوش اندام مهمی است که دو زظیفه مهم شنیدن و ..... را به عهده دارد ب) آزمایش ادرار قبل از عقد، برای تشخیص ..... در زوجین صورت می گیرد. ج) یک بیماری جسمی که می تواند باعث بروز چاقی در افراد شود، ..... است . د) ویتامین محلول در چربی که بر اثر تابش نور خورشید بر پوست ساخته می شود، ویتامین ..... نام دارد. ه) ازسه ماه قبل از حاملگی، مصرف روزانه کلم بروکلی برای تامین ..... به خانم ها توصیه می گردد. و) برای افراد شاغل در مکانهای تهیه، تولید و توزیع غذا، داشتن ..... و رعایت بهداشت از اهمیت زیادی برخوردار است. **ادامه سوالات در صفحه بعد**	۱,۵

www-kanoon-ir

محل مهر آموزشگاه

ردیف	متن سوال	بارم
۵	**در ارتباط با علائم بیماری ها، موارد ذکر شده در ستون الف را به بیماری مرتبط در ستون ب وصل کنید.(یک مورد اضافیست)** الف ۱- احساس سوزش در انگشتان دست و پا ۲- گیجی ناگهانی و از دست دادن تکلم ۳- پرنوشی ، پرخوری و پر ادراری ۴- تغییر در رنگ و اندازه خال های پوستی ب ● سکته مغزی ● دیابت نوع ۱ ● دیابت نوع ۲ ● سرطان ● سکته قلبی	۱
۶	**اصطلاحات زیر را تعریف کنید.** خود مراقبتی: فساد مواد غذایی: بهداشت فردی:	۱,۵
۷	**جدول زیر را در ارتباط با منابع مواد غذایی را کامل کنید.** آهن | ..... | ویتامین آ | ..... | ..... | روی ..... | کنجد | ..... | غذاهای دریایی | ماهی های چرب مثل کپور |	۱,۵
۸	**به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید.** الف) در اسلام به کدام جنبه از سلامت تاکید شده است؟ ب) دو مورد از عوامل موثر بر سلامت را نام ببرید. ج)کنترل خشم و وقت گذراندن با خانواده ، هر کدام جزو کدام دسته خودمراقبتی قرار می گیرد؟ د) دو فایده چربی برای بدن را نام ببرید. خ) دو مورد از عوامل چاقی را نام ببرید. و) چه زمانی می توانیم بگوییم پخت غذا کامل است؟ ه) سه علامت بالینی در سکته قلبی نام ببرید. ی) دو مورد از علائم بیماری هایی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل می شود را نام ببرید. **ادامه سوالات در صفحه بعد**	۰,۲۵ ۰,۵ ۰,۵ ۰,۵ ۰,۵ ۰,۵ ۰,۵ ۰,۷۵ ۰,۵

www.kanoon.ir

محل مهر آموزشگاه

ردیف	متن سوال	بارم
۹	**برای تشخیص سرطان های زیر چه نوع آزمایش غربالگری انجام می شود؟** الف- سرطان دهانه رحم : ب- سرطان روده : ج- سرطان پروستات: د- سرطان سینه:	۱
۱۰	انواع چربی های موجود در خون را نام برده و بگویید افزایش سطح کدام نوع می تواند در کاهش خطر بیماری های قلبی-عروقی تاثیرگذار باشد؟(توضیح دهید)	۱,۷۵
۱۱	**در ارتباط با بیماری هپاتیت به موارد خواسته شده پاسخ دهید.** علت ایجاد این بیماری: شایع ترین انواع این بیماری : راه های جلوگیری از انتقال (دو مورد):	۱,۲۵
۱۲	در ارتباط با ویروس اچ آی وی، دوران پنجره به چه دورانی اطلاق می شود؟	۱
۱۳	**در ارتباط با بهداشت ازدواج به سوالات زیر پاسخ دهید.** الف- دو مورد از عوامل موثر در باروری زوجین را نام ببرید. ب-بلوغ جسمانی مناسب برای ازدواج را توضیح دهید. **"موفق باشید"**	۰,۵ ۰,۵