نام :	**باسمه تعالی**	**شماره صندلی :** [ ] **کلاس :** [ ]
نام خانوادگی :	**اداره کل آموزش و پرورش استان زنجان**	تاریخ امتحان : **۱۴۰۴.۱۱.۰۸**
نام پدر :	**اداره آموزش و پرورش شهرستان زنجان**	مدّت امتحان : **۸۰** دقیقه
نام آموزشگاه : خوارزمی	سوالات امتحان درس سلامت و بهداشت پایه **دوازدهم** دوره **دوم** متوسطه	صفحه : **۱**

۱- **جاهای خالی را با عبارت های مناسب پر کنید. (هر مورد ۰.۲۵)** أ. بنا به فرمایش حضرت علی (ع) در حکمت ۳۸۸ نهج البلاغه چه چیزی بالاتر از سلامت بدن است؟ ب. در بین عوامل مؤثر بر سلامت ، ..... با سهم ۵۰ درصد بیشترین تأثیر را بر سلامت افراد دارد. ج. در گام اول خودمراقبتی، هدف باید ..... ،واقعی و ..... باشد. د. بدن ما قادر به ذخیره مقدار معینی کربوهیدرات است که به صورت ..... ذخیره می‌شود. ه. اختلالات روانی مانند ..... افراد را مستعد ابتلا به چاقی میکند. و. نیرویی که خون را در شریانهای اعضای بدن به گردش در آورد، ..... نامیده میشود.	۱.۵
۲- **جملات درست را با علامت (ص) وجملات غلط را با علامت(غ) مشخص کنید. (هر مورد ۰.۲۵)** أ. داشتن احساس پوچی و بی هدفی در زندگی ناشی از نداشتن سلامت اجتماعی است. ب. افراد برخوردار از درآمد و آموزش بالاتر همیشه انتخاب ها و رفتارهای سالم تری دارند. ج. بدن انسان قادر به ذخیره سازی ویتامین های محلول در آب نیست. د. اختلال در عملکرد غدد فوق کلیوی می تواند منجر به چاقی شود. ه. آشپزها و خدمه تولید غذا در صورت داشتن زخم در دست نباید به کار ادامه دهند. و. بیماری واگیردار بیشترین میزان مرگ و میر را در ایران دارد. ز. سرطان کبد و سیروز کبدی می تواند از عوارض هپاتیت B باشد. ح. مدت زمان طلایی برای نجات فردی که دچار سکته مغزی شده است ۳ دقیقه است.	۲
۳- **در سوالات زیر گزینه صحیح را انتخاب نمایید. (هر مورد ۰.۲۵)** أ. با توجه به دیدگاه اسلام، تعریف سلامت از نظر سازمان بهداشت جهانی کامل نیست، زیرا از جنبه ..... غفلت شده است. ۱) جسمانی ۲) معنوی ۳) خانوادگی - اجتماعی ۴) روانی – عاطفی ب. غنی ترین منبع ویتامین D ، ..... است. ۱) روغن کبد ماهی ۲) تخم مرغ ۳) شیر ۴) ماست ج. افرادی با شاخص توده بدنی ۲۹/۹ - ۲۵ در کدام وضعیت زیر تقسیم بندی می شوند ؟ ۱) چاقی درجه یک ۲) معمولی ۳) لاغر (کمبود وزن) ۴) اضافه وزن د. کدام یک از موارد زیر از علائم هشدار دهنده سرطان نمی باشد؟ ۱) زخم های بدون بهبود ۲) یبوست طولانی ۳) پر ادراری ۴) گرفتگی طولانی صدا ه. کدام یک از موارد زیر جزء بیماری های واگیرداری که از دستگه گوارش منتقل میشوند قرار نمیگیرند؟ ۱) پدیکلوزیس ۲) انگل روده ای ۳) اسهال خونی ۴) وبا	۱.۲۵
۴- از دلایل مقدم بودن پیشگیری بر درمان دو مورد را بیان کنید.	۰.۷۵

ادامه سؤالات در صفحه ۲

نمره با عدد		**نمره تجدید نظر در صورت داشتن اعتراض :**	**نمره باعدد**
نمره با حروف			**نمره با حروف**

نام و امضای دبیر: **نام و امضای دبیر :**

www.kanoon.ir

	بارم
۵- عوامل مؤثر بر سلامت را بیان کرده و یک مورد را به دلخواه توضیح دهید.	۱
۶- دو نمونه از آداب صحیح خوردن و آشامیدن که در فرهنگ اسلامی بر آنها توصیه شده است را بنویسید.	۱
۷- از بین کلمات ستون ب کلمه مناسب با عبارات ستون الف را پیدا کرده و در مقابل هر ردیف در ستون پاسخ بنویسید.	۱.۵

ستون الف	ستون پاسخ	ستون ب
کمبود آن موجب پوکی استخوان می شود.		سدیم کلسیم آهن ید
کمبود آن موجب گواتر می‌شود.		
کمبود آن موجب کم خونی می‌شود.		

۸- چهار مورد از اهمیت برنامه غذایی سالم را نام ببرید.	۱
۹- اصل تناسب در رژیم غذایی به چه معناست؟ توضیح دهید.	۱.۵
۱۰-انواع الگوهای چاقی را نام برده و ۴ مورد از مهمترین عوارض چاقی را بیان کنید.	۱.۵
۱۱-علل به وجود آمدن بیماری های غذازاد در جوامع مختلف را بیان کنید؟۴مورد	۱
۱۲-بهداشت مواد غذایی چیست؟	۱
۱۳-دیابت چیست و انواع آن را باهم مقایسه کنید؟	۱
۱۴-به کدام بیماری و به چه دلیلی قاتل خاموش گفته می‌گردد؟	۱
۱۵-چگونه سلول سرطانی می شود؟	۱
۱۶-به سوالات زیر درباره بیماری‌های واگیردار پاسخ دهید. الف) از چه طرقی بیماری های واگیردار کنترل گشته‌اند ؟۴مورد ب)راه های انتقال ویروس ایدزرا نام ببرید؟ ۴ مورد ج) آنفولانزا چگونه به دیگران منتقل می‌گردد؟	۲

جمع بارم ۲۰

موفق باشید