



هم کلاسی
Hamkelasi.ir

نام و نام خانوادگی:	دیرستان حضرت زهرا (س)	تاریخ آزمون: ۹۷/۱۰/۱۵
نام درس: سلامت و بهداشت	شماره کارت:	مدت آزمون: ۷۵ دقیقه
رشته: علوم تجربی و انسانی	پایه: دوازدهم	تعداد برگ: ۳ صفحه
	نام دبیر: خانم مبارکی - بهمنی	
	سال تحصیلی: ۹۸ - ۹۷	

ردیف	سوالات	بارم
۱	در عبارت های زیر، جای خالی را با کلمات مناسب داخل کادر پر کنید. (۴ کلمه اضافی است) فشار خون - رهایی یافتن - آگاهانه - چربی خون - جستجوگرانه - بی عیب شدن - هدف دار - اعتقادی - کم تحرکی (آ) سلامت در لغت نامه ی دهخدا معنی شده است. (ب) خود مراقبتی شامل اعمالی اکتسابی و است. (پ) از مهم ترین دلایل افزایش بروز سرطان می باشد. (ت) تنگی نفس از علائم است.	۱/۲۵
۲	درستی یا نادرستی عبارت های زیر را مشخص کرده و شکل درست عبارت های نادرست را بنویسید. (آ) اولین گام در برنامه ریزی خود مراقبتی بستن پیمان است. (ب) در پیشگیری، هر گونه اقدام بسیار آسان تر، کم هزینه تر و اطمینان بخش تر است. (پ) به HDL، کلسترول بد گفته می شود. (ت) پدیکلوزیس از شایع ترین بیماری های دستگاه تنفسی است.	۱/۲۵
۳	هر یک از موارد زیر، جزء کدام یک از جنبه های سلامتی می باشد. (آ) داشتن روحیه ی انتقادپذیری (ب) تعهد و امیدواری (پ) خواب منظم و راحت (ت) ارتباط سالم فرد با مدرسه	۱
۴	هر یک از موارد ستون (آ) به یکی از موارد ستون (ب) مربوط است. موارد مرتبط را به یکدیگر متصل کنید. (در ستون ب ۲ مورد اضافی است) ستون (آ) (آ) ویتامین محلول در آب (ب) ماده ی غذایی ذخیره شده در کبد (پ) نقش آب در بدن انسان (ت) یکی از رموز سلامت (ث) ماده معدنی که در ترکیب هموگلوبین خون نقش اساسی دارد (ج) گروه برتر ماده غذایی از نظر میزان تولید انرژی ستون (ب) (A) تغذیه سالم (B) چربی (C) آهن (D) آه (E) دفع مواد زائد (F) E (G) کربوهیدرات (H) حفظ بافت های عضلانی	۱/۵

۵	آ) ۴ گروه از گروه های غذایی بدن را نام ببرید. ب) بیشترین و کم ترین نیاز بدن به کدام گروه می باشد.	۱/۵
۶	آ) بیشترین آلودگی در مواد غذایی بر اثر چه عواملی ایجاد می شود؟ (۲ مورد) ب) عواملی که باعث فساد مواد غذایی می شود را نام ببرید.	۱/۵
۷	ایسکمی قلب چیست و درد ناشی از آن چه نام دارد؟	۱
۸	آ) عوامل موثر در چاقی را نام ببرید. ب) ۴ مورد از عوارض کاهش وزن سریع را بنویسید.	۲
۹	گزینه ی صحیح را انتخاب کنید. آ) زمان طلایی سکنه ی مغذی گه مدتی است. ۱) ۵ ساعت ۲) ۲ ساعت ۳) ۳ ساعت ۴) ۴ ساعت ب) کدام یک از علائم دیابت نوع ۱ می باشد. ۱) بی اشتهایی ۲) چاقی ۳) عفونت های مکرر ۴) احساس خستگی زیاد پ) از راه های کنترل بیماری های واگیر نمی باشد. ۱) واکسیناسیون ۲) رعایت بهداشت فردی ۳) پرهیز از مصرف دخانیات ۴) بهبود وضع تغذیه ت) این بیماری از طریق خون و ترشحات بدن منتقل می شود. ۱) وبا ۲) هیپاتیت ۳) اسهال خونی ۴) زخم اندام تناسلی	۱
۱۰	به پرسش های زیر پاسخ دهید. آ) بیماری ها به چند دسته تقسیم می شوند؟ نام ببرید. ب) به چه بیماری هایی، بیماری قلبی گفته می شود؟ پ) در شریان اصلی تغذیه کننده ی قلب چه نام دارد؟	۱/۵
۱۱	آ) به مرحله ی پیشرفت اچ-آی-وی چه می گویند؟ ب) علائم بیماری ایدز چیست؟ (۳ مورد) پ) راه های جلوگیری از ورود اچ-آی-وی را نام ببرید.	۲
۱۲	آ) آکنه چیست؟ ب) چه عواملی موجب تشدید آکنه می شود؟ (۲ مورد)	۱

۱۳	آ) وظیفه ی گوش چیست؟ ب) قوانین استفاده از ابزار شنیداری و هدفون را بنویسید. پ) آلودگی صوتی موجب بروز چه مشکلاتی می شود؟ (۲ مورد)	۱/۵
۱۴	به پرسش های مطرح شده پاسخ دهید. آ) از نظر روانشناسان آمادگی برای ازدواج نیازمند بلوغ در چه زمینه هایی است؟ ب) چه عواملی باروری زوجین را تحت تاثیر قرار می دهد؟ (۲ مورد) پ) یکی از انواع مواد غذایی دارای اسید فولیک که مصرف آن به زنان باردار توصیه می شود را نام ببرید.	۱/۵
موفق باشید		

