

سلامت و
بهداشت

۱۲

نمونه سوال نوبت دوم
کل کتاب

 bekhunofficial



نام:	مدیریت آموزش و پرورش استان البرز	آزمون نهایی سلامت و بهداشت
نام خانوادگی:	آموزش و پرورش ناحیه ۳ کرج	سال دوازدهم کلیه رشته ها
رشته تحصیلی:	دبیرستان امام جعفر صادق	مدت زمان: ۷۰ دقیقه
شماره دانش آموزی:	(عقل سالم در بدن سالم)	طراح: گوهری نوبت خردادماه
_____ (پاسخ در همین برگه داده شود پنج صفحه دارد) _____		
نام و نام خانوادگی ارزشیاب کنندگان	نمره به عدد و حروف	امضا ارزشیاب کننده
ارزشیاب اول:		
ارزشیاب دوم:		
ارزشیاب سوم:		

بارم	سوالات (صفحه اول)	ردیف
۱.۵	<p>عبارات صحیح را با (ص) و غلط را با (غ) مشخص کنید</p> <p>الف) ابن سینا سلامت را تعادل اخلاط چهارگانه صفرا، سودا، بلغم و خون، می دانست. ()</p> <p>ب) طبق هرم غذایی، از بالا به پایین حجم غذای مصرفی زیاد می شود ()</p> <p>پ) به کلسترول بد اصطلاحاً HDL گفته می شود ()</p> <p>ت) در نزدیک بینی، کره چشم بیش از حد طبیعی بزرگ می شود ()</p> <p>ث) بوی پراکنده شده سیگار در محیط، دود دست دوم محسوب می شود ()</p> <p>ج) آسیب پذیرترین قسمت بدن در برابر صدمات اسکلتی-عضلانی، گردن می باشد ()</p>	۱
۱.۵	<p>گزینه مناسب را انتخاب کنید</p> <p>۱) قابل درک ترین بعد سلامت، به کدام یک از ابعاد چهارگانه سلامت اشاره دارد</p> <p>الف_ جسمانی ب_ اجتماعی پ_ روانی ت_ معنوی</p> <p>۲) کدام مورد از عوامل بیماری های جسمانی چاقی محسوب می شود</p> <p>الف_ دیابت ب_ کوشینگ پ_ فشارخون ت_ مصرف کورتون</p> <p>۳) کدام گزینه به دیابت نوع (۱) اشاره می کند</p> <p>الف_ دیابت بزرگسالان ب_ بدن به انسولین مقاومت نشان می دهد</p> <p>پ_ دیابت جوانان ت_ کم تحرکی یکی از عوامل آن است</p>	۲



۴) کدام گزینه از اثرات بیماری سرخجه مادر برنوزاد نمی باشد. (صفحه دوم)

الف_ آب مروارید ب_ بیماریهای قلبی پ_ عقب افتادگی ذهنی ت_ دیابت

۵) جوهر بادام تلخ به کدام گزینه اشاره می کند

الف_ آمونیاک ب_ سیانیدریک اسید پ_ کربورهای هیدروژن ت_ مواد رادیواکتیو

۶) در ارتباط با عدم استفاده از آب در خاموش کردن آتش، کدام گزینه جواب کامل است

الف_ آتش ناشی از مایعات قابل اشتعال ب_ آتش خشک

پ_ آتش ناشی از برق ت_ آتش ناشی از گازهای قابل اشتعال ث_ موارد الف و پ

جاهای خالی را با کلمه مناسب پر کنید

الف) میزان انرژی آزاد شده به ازای هر گرم چربی، تقریباً دو برابر هر گرم است.

ب) به حالتی که خون کافی به عضله قلب نمی رسد، اصطلاحاً گویند که عامل آن

رسوب چربی ها مخصوصاً کلسترول در دیواره شریان می باشد

پ) بوی نامطبوع ناشی از فعالیت تخمیری مواد موجود در عرق و پوست توسط در نقاط

گرم و مرطوب بدن است

ت) واژه ای که عموماً در توصیف یک حالت خاص، که با احساس فشار درونی، ترس

و هراس همراه است

ث) یکی از شایعات بلند مدت مصرف مشروبات الکلی، بیماری است

ج) یکی از عوامل مؤثر در شروع مصرف مواد مخدر است

چ) فرم و حالتی مناسب که بدن به هنگام انجام کار به خود می گیرد نام دارد

ح) از شایع ترین حوادث دوران کودکی و سالمندی می باشد

به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید

۱) از عوامل بیولوژیکی ایجاد فساد در مواد غذایی دو نمونه را ذکر کنید (۵/۰ نمره)

.....

۲) کدام نوع الگوی چاقی بیشتر در مردان شایع است (۲۵/۰ نمره)

.....

۳) انواع تومور رانام ببرید (۵/۰ نمره)

۲.۲۵

۳

۶.۷۵

۴





(صفحه سوم)

۴) جدی ترین نوع هیپاتیت رانام برده، و در صورت مزمن شدن، سبب ایجاد چه مشکلاتی می شود (۵/۰ نمره)

۵) گوش علاوه بر دریافت امواج صوتی، چه وظیفه دیگری را برعهده دارد (۲۵/۰ نمره)

۶) از ملاک های اشتباه ارزشمند بودن، دو مورد را ذکر کنید (۵/۰ نمره)

۷) داشتن عزت نفس علاوه بر احساس ارزشمندی درونی، نیازمند کسب چه عاملی در زندگی است. (۲۵/۰ نمره)

ادامه
۴

۸) سه ویژگی مهم افراد سرسخت و تاب آور در مشکلات زندگی رانام ببرید (۷۵/۰ نمره)

۹) الف_ افسردگی چیست (۵/۰ نمره)

ب_ افسردگی در اثر کمبود چه نوع ویتامینی ممکن است، ایجاد شود (۲۵/۰ نمره)

۱۰) از اثرات طولانی مدت استرس، بر جسم، دو مورد رانام ببرید (۵/۰ نمره)

۱۱) از انواع مواد دخانی، دو مورد رانام ببرید (۵/۰ نمره)

۱۲) اعتیاد چیست (۵/۰ نمره)

۱۳) ارگونومی چیست (۵/۰ نمره)

۱۴) مسمومیت چیست (۵/۰ نمره)

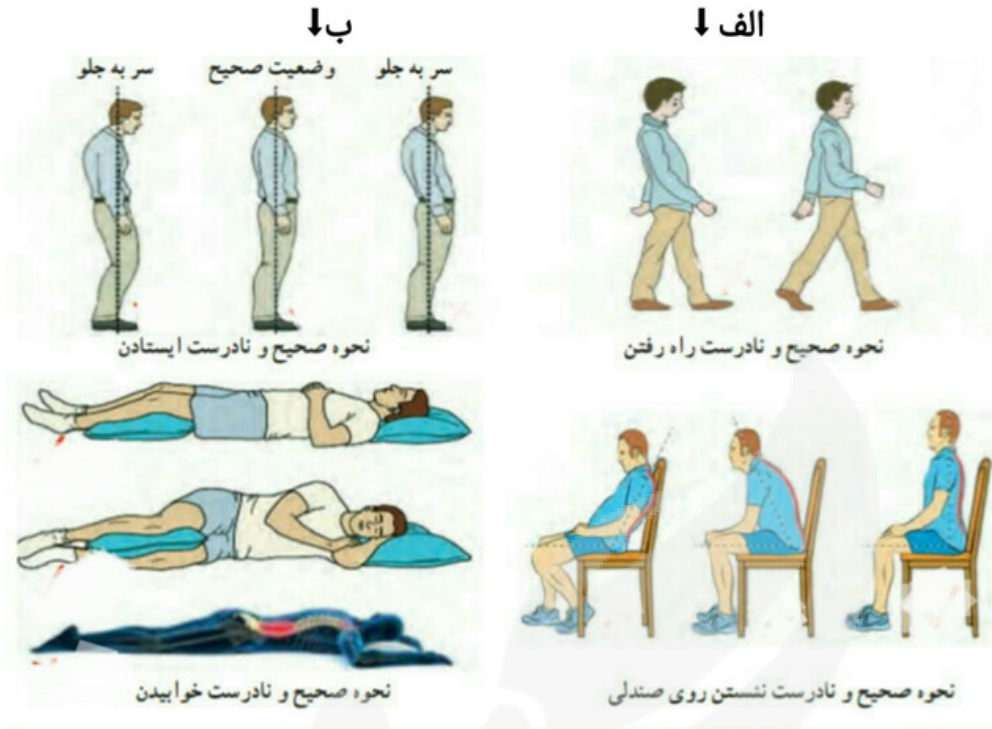


۱.۷۵	<p>(صفحه چهارم)</p> <p>ارتباط بین ستون A و ستون B را مشخص کنید</p> <p>ستون A</p> <p>ستون B</p> <p>الف) قلیان</p> <p>ب) کبد</p> <p>پ) آثار فوری مصرف الکل</p> <p>ت) نیکوتین</p> <p>ث) قطران (تار)</p> <p>ج) دود دست دوم</p> <p>چ) اگزوما دست</p>	۵
۱.۷۵	<p>باتوجه به عبارت، کلمه مناسب داخل پرانتز را انتخاب و در جای خالی عبارت قرار دهید</p> <p>(A) اعتیاد اغلب سیری و عودکننده دارد (حاد-مزم)</p> <p>(B) سیراختلالات مصرف مواد مخدر معمولاً به سمت حرکت می کند (اعتیاد-وابستگی)</p> <p>(C) اختلالات مصرف مواد حالت تر از وابستگی به یک ماده مخدر است (خفیف-شدید)</p> <p>(D) متادون از انواع مواد مخدر است (مصنوعی-طبیعی)</p> <p>(E) از انواع طبیعی محرک‌ها می باشد (کراک-ترما دول)</p> <p>(F) از راهکارهای بهره‌گیری از مهارت‌های مقاومتی در برابر مواد مخدر است (نه گفتن-دعوا کردن)</p> <p>(G) بر روی سیستم عصبی و سایر دستگاه‌های بدن تأثیر می‌گذارند (توهم‌زا-محرک‌زا)</p>	۶
۱	<p>جواب کوتاه دهید</p> <p>الف) تعداد استخوان‌ها و تعداد ماهیچه‌ها، در بدن انسان بالغ چه تعداد است (۵/۰-نمره)</p> <p>.....</p> <p>ب) از عوامل متعددی که در اختلالات اسکلتی-عضلانی نقش دارند، دو مورد را ذکر کنید (۵/۰-نمره)</p> <p>.....</p>	۷

(صفحه پنجم)

باتوجه به تصاویر الگوی صحیح وضعیت بدن رادرحالت های مختلف، انتخاب کنید

۱



۸

ت ↑

پ ↑

۱) هر کدام از عبارات پایین، به کدام یک از سه سطح حادثه (A) قبل از حادثه، B) زمان حادثه،

C) بعد از حادثه اشاره می کند (۷۵/۰ نمره)

۲.۵

الف) اتخاذ تدابیر مناسب. ب) تمرکز بر روی کاهش خطر. پ) توانبخشی فرد آسیب دیده

۲) هر یک از موارد زیر به کدام یک از عوامل سقوط اشاره می کند (۵/۰ نمره)

الف) استفاده از دمپایی با کفش نامناسب ()

ب) داروها ()

۹

۳) باتوجه به مشخصه، نوع انسداد را بنویسید (۵/۰ نمره)

الف) سرفه و خشونت صدا () ب) رنگ صورت مایل به خاکستری ()

۴) الف) منظور از حوادث خانگی چیست (۵/۰ نمره)

ب) مهم ترین علت مرگ ناشی از آتش سوزی چیست (۲۵/۰ نمره)

(موفق باشید)



	پاسخ نامه	
۱.۵	الف) غ (ب) ص. پ) غ (ت) ص (ث) غ (ث) غ	۱
۱.۵	الف) الف (۲) ب (۳) پ (۴) ت (۵) ب (۶) ث	۲
۲.۲۵	الف) کربوهیدرات (ب) ایسکمی قلب_کروئر پ) باکتری ت) اضطراب ث) سیروز کبدی ج) اصرار دوستان چ) پوسچر. خ) سقوط	۳
۶.۷۵	۱) میکروبیها، انگلها، حشرات و جوندگان (فقط دو مورد ۵/۰ نمره) ۲) الگوی سیب (۲۵/۰ نمره). ۳) تومور خوش خیم_تومور بدخیم (۵/۰ نمره) ۴) هپاتیت B__ (مشکالت کبدی، سرطان کبد و یا سیروز کبدی) (۵/۰ نمره) ۵) حفظ تعادل بدن (۲۵/۰ نمره) ۶) اصل و نسب، ثروت، زیبایی و جذابیت، مدرک تحصیلی، شهرت و مقام، قدرت، شجاعت، جسارت (فقط دو مورد ۵/۰ نمره) ۷) کسب تجارب (۲۵/۰ نمره). ۸) تعهد، کنترل و چالش پذیری (۷۵/۰ نمره) ۹) الف_افسردگی احساس ناخوشایندی است که برای مدت زمانی طوالتی تداوم می یابد و همراه با تنهایی و غمگینی است (۵/۰ نمره) ب_ویتامین B (۲۵/۰ نمره) ۱۰) بیماری های قلبی-عروقی، التهاب های پوستی، اختلالات گوارشی، سردرد، ضعف سیستم ایمنی و افزایش احتمال ابتلا به سرطان (فقط ۲ مورد ۵/۰ نمره) ۱۱) توتون و تنباکوی مورد استفاده در پیپ، قلیان، چپق و یا مواد دخانی بدون دود نظیر تنباکوی جویدنی، مکیدنی و یا استنشاقی نیز ماده دخانی (فقط ۲ مورد ۵/۰ نمره) ۱۲) عادت کردن، خوگرفتن و خود را وقف عادت نکوئیده مثل استعمال مواد مخدر کردن، اعتیاد تلقی می شود (۵/۰ نمره) ۱۳) علم ارگونومی یا همان مهندسی عوامل انسانی برای پیشگیری از بروز اختلالات اسکلتی-عضلانی که ناشی از عدم تناسب توانمندیهای انسان و نوع کاری است که او انجام می دهد (۵/۰ نمره) ۱۴) مسمومیت واکنشی شیمیایی و خطرناک است که متعاقب ورود ماده ای از جمله داروها، شوینده های خانگی، واکس، لاک پاککن، ضد یخ، حشرهکش، مرگ موش، قرص برنج و... در بدن رخ می دهد (۵/۰ نمره)	۴



۱.۷۵	اوت ۲_وٹ ۳_وچ ۴_وج ۵_وپ ۶_وب ۷_والف	۵
۱.۷۵	A_مزمَن B_وابستگی C_خفیف تر D_مصنوعی E_کراک F_نه گفتن G_محرک زا	۶
۱	الف) ۲۰۶ استخوان. و ۶۰۰ ماهیچه (۵/۰ نمره) ب) کم تحرکی، نداشتن وضعیت بدنی مناسب، عادات و رفتارهای غلط در انجام کارهای روزمره عدم رعایت اصول ارگونومی (فقط ۲ مورد ۵/۰ نمره)	۷
۱	الف) نفر سمت راست ب) نفر وسط. پ) نفر سمت راست. ت) هر دو نفر بالا	۸
	ا) A ب B الف C پ (۷۵/۰ نمره)	
۲.۵	۲) الف عامل محیطی است. ب عامل فردی است. (۵/۰ نمره) ۳) الف_انسداد خفیف. ب_انسداد کامل. (۵/۰ نمره) ۴) الف_سوانحی که در خانه یا محیط اطراف آن رخ می‌دهد و موجب وارد آمدن آسیب قابل تشخیص به افراد می‌شود (۵/۰ نمره) ب_خفگی (۲۵/۰ نمره)	۹





سایت بکخون همیشه رایگان

فیلم آموزشی



مشاوره



برنامه ریزی



گام به گام



نمونه سوال



جزوه



کلیک کنید

www.bekhun.com

