

نام و نام خانوادگی: کلاس: نام دبیر: تعداد صفحات آزمون: 4 امضاء تصحیح کننده:		باسمة تعالی آزمون هماهنگ شبه نهایی درس سلامت و بهداشت استان کرمان سال تحصیلی: 1399-1400	مدت زمان آزمون: 70 دقیقه تاریخ آزمون: 1400/1/30 نمره به عدد: نمره به حروف:
بارم	ردیف	سخت تر از فقر، بیماری تن و سخت تر از بیماری تن بیماری دل (روان) است. "حضرت علی (ع)"	
1/5	1	از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید. الف) الگوی سیب در چاقی در (زنان / مردان) شایعتر است و توده چربی در الگوی سیب در ناحیه (شکم / رانها) تجمع دارد. ب) سرخچه یک بیماری ویروسی و (غیرواگیر / واگیردار) است. ج) اسیدهای چرب (اشباع - غیر اشباع) در روغن زیتون وجود دارد. د) افراد باید از گروه های غذایی که در بالای هرم غذایی قرار می گیرند (کمتر - بیشتر) مصرف کنند. ه) اسهال خونی از بیماریهای است که از طریق دستگاه (تناسلی - گوارشی) منتقل می شود.	
1/5	2	جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید. الف) قابل درک ترین بعد سلامت، سلامت ..... است. ب) کره چشم افراد دوربین معمولا ..... از حد طبیعی است. ج) دو وظیفه مهم گوش ..... و ..... می باشد. د) در بیماری ایدز به دلیل سرکوب سیستم ..... عفونت های دیگری در فرد بروز پیدا می کند. ه) معمولا ضایعات آکنه در حوالی دوران ..... پدیدار می شود.	
1/25	3	در پرسش های چهار گزینه ای زیر، گزینه مناسبی را انتخاب کنید. الف) کدام یک می تواند از علائم سکتة مغزی باشد؟ 1) عرق سرد      2) از دست دادن تکلم      3) ضعف و خستگی بدون علت      4) رنگ پریدگی پوست	

	<p>ب) التهاب مزمن مربوط به کدام یک از مشکلات ناشی از چاقی است؟</p> <p>1) قلبی - عروقی      2) سیستم عصبی      3- غددی      4- روانی</p> <p>ج) کدام بیماری به عنوان قاتل خاموش یاد می شود؟</p> <p>1) سکته قلبی      2) سکته مغزی      3) فشار خون بالا      4) سرطان</p> <p>د) کدام یک از علائم اضطراب نمی باشد؟</p> <p>1) تپش قلب      2) تنگی نفس      3) بی اشتهایی      4) حواس پرتی</p> <p>ه) کدام یک از مواد سمی موجود در سیگار باعث بروز سرطان لب می شود؟</p> <p>1) سیانیدریک اسید      2) آرسنیک      3) آمونیاک      4) نیکوتین</p>	
1/5	<p>موارد درست و نادرست را مشخص کنید ؟</p> <p>الف) هنگام نشستن روی صندلی باید تا حد امکان در لبه ابتدایی صندلی نشست.</p> <p>ب) پوشیدن کفش در حالت نشسته بهتر از ایستاده است.</p> <p>ج) استفاده بی رویه از مواد محرک و برخی مکمل ها احتمال ناباروری را کاهش می دهد .</p> <p>د) در حفظ و تامین سلامت به طور حتم ،درمان بر پیشگیری مقدم است.</p> <p>ه) بدن برای مصرف ویتامین k به چربی نیاز دارد.</p> <p>و) شکل ستون فقرات انسان شبیه c انگلیسی است .</p>	4
0/5	<p>سلامت اجتماعی را تعریف کنید ؟</p>	5
1/5	<p>در مورد برنامه غذایی سالم به پرسشهای زیر پاسخ دهید .</p> <p>الف) ویتامین ها چه نقشی در بدن ایفا می کنند ؟</p> <p>ب) بیماری گواتر ناشی از کمبود کدام ماده معدنی است ؟</p> <p>ج) منظور از اصل تنوع در تغذیه چیست؟</p>	6

1/5	<p>7 در مورد کنترل وزن و تناسب اندام به پرسش های زیر پاسخ دهید.</p> <p>الف) چهار مورد از عوامل چاقی را نام ببرید ؟</p> <p>ب) براساس قانون تعادل انرژی تنظیم وزن، بر خورداری از وزن مطلوب به چه عواملی بستگی دارد؟</p>	7								
1/5	<p>8 در مورد بیماریهای غیر واگیر به پرسش های زیر پاسخ دهید .</p> <p>الف) از آزمایش های زیر برای تشخیص کدام نوع سرطان می توان استفاده کرد؟</p> <p>1) کولونوسکوپی 2) ماموگرافی</p> <p>ب) چرا با افزایش سطح LDL خون، خطر بروز بیماریهای قلبی -عروقی افزایش می یابد؟</p> <p>ج) کدام دیابت به نام دیابت جوانان نیز نامیده می شود ؟</p>	8								
0/75	<p>9 جدول زیر در رابطه با انتقال بیماریهای واگیر است آن را کامل کنید.</p> <table border="1" data-bbox="219 913 734 1289"> <thead> <tr> <th>نام بیماری</th> <th>شیوه انتقال</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>پدیکلوزیس</td> <td>"الف"</td> </tr> <tr> <td>"ب"</td> <td>خون</td> </tr> <tr> <td>آنفلوانزا</td> <td>"ج"</td> </tr> </tbody> </table>	نام بیماری	شیوه انتقال	پدیکلوزیس	"الف"	"ب"	خون	آنفلوانزا	"ج"	9
نام بیماری	شیوه انتقال									
پدیکلوزیس	"الف"									
"ب"	خون									
آنفلوانزا	"ج"									
2	<p>10 در مورد بهداشت فردی به پرسشهای زیر پاسخ دهید ؟</p> <p>الف) دو مورد از عوامل تشدید کننده آکنه را بنویسید ؟</p> <p>ب) دو مورد از عوامل اصلی موثر بر پوسیدگی دندان را بنویسید؟</p> <p>ج) پیرچشمی به چه دلیل به وقوع می پیونددواز چه زمانی شروع می شود ؟</p> <p>د) تنها راه قطعی کم شنوایی چیست ؟</p>	10								

2	<p>در مورد بهداشت روان به پرسش های زیر پاسخ دهید ؟</p> <p>الف) رعایت سه اصل برای مقابله با فشارهای روانی و اضطراب توصیه می شود آنها را نام ببرید ؟</p> <p>ب) افسردگی را تعریف کنید؟</p> <p>ج) یکی از آثار مثبت خشم را توضیح دهید ؟</p>	11
2/5	<p>در مورد مصرف دخانیات به پرسش های زیر پاسخ دهید ؟</p> <p>الف) الکل تاثیر خود را بر عملکرد سیستم اعصاب مرکزی چگونه نشان می دهد؟ دو مورد</p> <p>ب) قطران در دخانیات به چه موادی می گویند؟ توضیح دهید ؟</p> <p>ج) منظور از دود دست دوم مواد دخانی چیست ؟</p> <p>د) تاثیرات سیانیدریک اسید (جوهر بادام تلخ) بر بدن را ذکر کنید ؟</p>	12
0/5	منظور از اصول ارگونومی چیست ؟	13
0/5	وضعیت بدنی مناسب (پوسچر) چگونه حالتی است ؟	14
1	<p>در هر یک از تصاویر زیر الگوی صحیح را با انتخاب عدم مشخص کنید .</p> <div data-bbox="1003 1226 1458 1604" data-label="Image"> </div> <p>الف) تمیز کردن آشپزخانه: (1)-(2)</p> <p>ب) نحوه استفاده از گوشی: (1)-(2)</p> <p>ج) کار کردن طولانی مدت در حالت نشسته: (1)-(2)</p> <p>د) دسترسی به وسایل: (1)-(2)</p>	15

