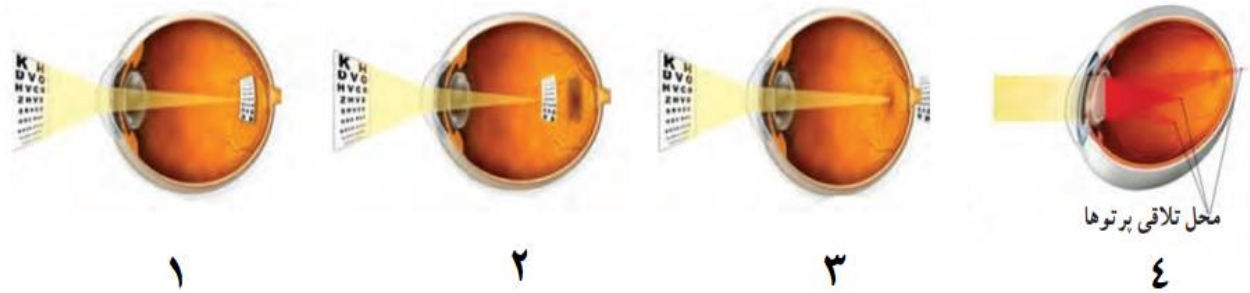


مدت امتحان: 75 دقیقه تاریخ امتحان: ۱۴۰۰/۱۰/۱۴ ساعت شروع آزمون: 8/30 صبح	اداره کل آموزش و پرورش آذربایجان شرقی مدیریت آموزش و پرورش ناحیه ۴ تبریز سوالات دانش آموزان مدارس دوره دوم متوسطه دبیرستان غیر انتفاعی فاخران نوبت اول دی ماه ۱۴۰۰	نام درس: سلامت و بهداشت کلیه رشته ها پایه دوازدهم نام و نام خانوادگی: نام دبیر: جعفرپور
---	--	---

ردیف	سوالات	نمره
1	<p>گزینه صحیح را انتخاب کنید.</p> <p>1- بیشترین تاثیر بر سلامت، سهم کدامیک از عوامل موثر بر سلامت است؟ الف) عوامل محیطی (ب) عوامل ژنتیکی و فردی (ج) دسترسی به خدمات بهداشتی - درمانی (د) سبک زندگی</p> <p>2- "طبیعی بودن نبض" و "داشی روحیه انتقادپذیری" به ترتیب مربوط به کدام نشانه ی سلامت است؟ الف) اجتماعی-روانی (ب) جسمانی - اجتماعی (ج) روانی-معنوی (د) جسمانی-روانی</p> <p>3- کدامیک از مواد مغذی زیر به ازای مصرف هر گرم، انرژی بیشتری در بدن تولید میکند؟ الف) کربوهیدراتها (ب) چربیها (ج) پروتئینها (د) ویتامین ها و مواد معدنی</p> <p>4- چند درصد حجم بدن، آب است؟ الف) 60% (ب) 70% (ج) 80% (د) 90%</p> <p>5- کدام یک از موارد زیر از عوامل تشدید آکنه نیست؟ الف) اسرس (ب) مصرف شیرینیجات (ج) قرارگرفتن در معرض نور خورشید (د) دستکاری جوش ها</p> <p>6- در بین گزینه های زیر کدامیک نادرست است؟ الف) افزایش تغییرات صریان قلب میتواند از عوارض ناسی از کم خوایی باشد. ب) هر فرد مستقل از سن خود، در طول روز به 7 الی 8 ساعت خواب نیاز دارد. ج) مواد قندی از جمله عوامل پوسیدگی دندانها است. د) آکنه درمان قطعی ندارد و معمولا با افزایش سن از بین می رود.</p> <p>7- ویروس اچ آی وی (HIV) از کدام طریق منتقل نمیشود؟ الف) تزریق با وسایل مشترک (ب) دریافت خون آلوده (ج) نیش حشرات (د) بارداری و شیردهی مادر مبتلا به بیماری</p> <p>8- موثرترین راه پیشگیری از آلودگی به ویروس هپاتیت چیست؟ الف) عدم تماس با پوست بریده یا زخم شده بیمار ب) تزریق واکسن ج) استفاده نکردن از وسایل تیر. و برنده مثل تیغ و ناخنگیر. متعلق به شخص بیمار د) عدم تماس با مایعات و خون بیمار</p> <p>9- کدامیک از موارد زیر در مورد بلوغ لازم برای ازدواج صحیح است؟ الف) بلوغ روانی همان رشد شخصیت است. ب) فردی ممکن است در سن 18سالگی آماده ازدواج باشد در حالی که فردی دیگر در سنین بالاتر به بلوغ اجتماعی نرسیده باشد. ج) فرد بایستی قبل از ازدواج بتواند مصالح خود را بشناسد د) همه موارد صحیح هستند.</p> <p>10- کدامیک از بیماریهای زیر از بیماریهای غیرواگیردار است؟ الف) کرونا (ب) ایدز (ج) هپاتیت (د) دیابت</p>	10
2	4 مورد از توصیه های بهداشتی برای باروری مردان را نام ببرید.	1

الف - عیوب انکساری به علت بروز تغییرلی در بوجود میآید.
ب - شکل زیر کره چشم افراد مختلف را نشان میدهد که هر کدام دارای یک عیب انکساری است و یکی از چشمها نیز سالم است. چشم سالم، چشم دوربین، چشم نزدیک بین و چشم آستیگمات را در شکل مشخص کنید.



1

3

با استفاده از عبارات و کلمات زیر، جاهای خالی را پر کنید.

اکسیرین - قند خون بالا - چربی - LDL - HDL - حفظ تعادل بدن - حدت بینایی /

1-، میر. ان سلامت چشمها و سطح توانایی حس بینایی را نشان میدهد.

2- مشکلات گوارسی مانند سنگ صفرا و التهاب کبد از عوارض هستند.

3- به کلسرول خوب میگویند.

4- از وظایف مهم گوش میتوان را نام برد.

2

4

چند نوع اسید آمینه وجود دارد؟

آیا بدن انسان همه آن را میتواند تولید کند؟

دو قانون استفاده از ابزارهای شنیداری و هدفون را به طور کامل بنویسید.

1

5

1

6

1

7

چهار مورد از گام های لازم برای پیشگیری از بیماری دیابت را بنویسید.

1

8

چهار مورد از علائم فشار خون بالا را بنویسید.

الف) شاخص توده بدنی با چه رابطه ای حساب میشود؟
ب) شاخص توده بدنی مربوط به خود را حساب کنید و طبق جدول طبقه بندی نمایه توده بدنی، وضعیت خود را پیدا کنید.

طبقه بندی نمایه توده بدنی

1

9

وضعیت فرد	BMI
لاغر (کمبود وزن)	کمتر از ۱۸/۵
معمولی	۱۸/۵ - ۲۴/۹
اضافه وزن	۲۵ - ۲۹/۹
چاقی درجه یک	۳۰ - ۳۴/۹
چاقی درجه دو	۳۵ - ۳۹/۹
چاقی درجه سه	مسأوی و بالاتر از ۴۰

1

10

چهار مورد از آداب صحیح خوردن و آشامیدن که در فرهنگ اسلامی به آنها توصیه شده است را بنویسید.