نام و نام خانوادگی :	(باسمه تعالی) اداره کل آموزش و پرورش	تاریخ امتحان :
		زمان امتحان : ۷۰ دقیقه
		تعداد صفحه: ۱ صفحه
نام درس : سلامت و بهداشت		تعداد سؤالات: سوال
		طراح :

ردیف	سوالات	بارم
۱	**درستی یا نادرستی عبارت های زیررا مشخص کنید.** الف.سلامتی از دید گاه بقراط تعادل بین اخلاط چهار گانه است. ب.در سکته مغزی زمان برای بار گرداندن جریان خون ب مغز بسیار کم تنها حدودچهارساعت است جLDL.باعث افزایش بیماریهای قلب و عروق و افزایش کلسترول خون می شود. د.اصل تناسب یعنی مصرف انواع مختلف مواد غذایی که درشش گروه اصلی غذایی قرار می‌گیرند	۱
۲	جای خالی رابا کلمات مناسب پرکنید. الف .کلسیم در ساختار .....و..... نقش دارد. ب. اگر چربی های اضافه بیشتر در ناحیه.....متمرکز شده باشد نوع چاقی را الگوی سیب می‌نامند.. ج.بیماری هپاتیت .....میتواند بدون علامت باشد و یا علایم بسیار شدید همراه با درگیری کبدی ایجاد کند .	۱
۳	چرا پیشگیری نسبت به درمان مقدم تر است ؟دومورد	۱
۴	خودمراقبتی را تعریف کنید ؟	۱
۵	در بین عوامل موثر برسلامت کدامیک بیشترین سهم را بر سلامت دارد ..؟در این مورد توضیح دهید.	۱
۶	اصل تغذیه سالم بر دو اصل استوار است دومورد را توضیح دهید .	۱
۷	کمبود هریک از بیماری های زیر به علت کمبود کدام ماده معدنی یا ویتامین است ؟ الف .پوکی استخوان ب. کم خونی ج. گواتر. د.کاهش رشد کودکان	۱
۸	بیماری های ناشی از غذا را در دو مورد نام برده و دلیل آن را نام ببرید .	۱
۹	دوران پنجره در بیماری ایدز را تعریف کنید .چه مدت زمان طول میکشد ؟	۱
۱۰	بیماری هابی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل میشوند دارای چه علایمی هستند ؟دومورد نام ببرید .	۱

۱۱	برای حلوگیری از ابتلا ب بیماری هاو انگل های روده ای رعایت چه‌نکات ضروری است (سه مورد)	۱
۱۲	دوگام در پیشگیری از سرطان زا نام ببرید؟	۱
۱۳	از آزمایش های غربالگری سرطان دو مورد را نام ببرید.	۱
۱۴	افراد چاق دارای اضافه وزن بزای کاهش وزن دو اصل مهم را باید رعایت کنند دومورد را نام ببرید ؟	۱
۱۵	برخی از اداب صحیح خوردن و آشامیدن در فرهنگ اسلامی را بنویسید .(۳مورد)	۱
۱۶	یک‌مورد از عوامل فیزیکی و شیمیایی فساد مواد غذایی را نام ببرید.	۰/۵
۱۷	اسید های چرب اشباع و غیر اشباع چه تاثیری بر روی چربی های خون و ایجاد بیماری های قلب و عروق دارند.	۱
۱۸	چه عواملی میتواند زمینه ساز دیابت نوع دو باشد .(منظوردیابت بزرگسالی)	۱
۱۹	دو مورد از عوامل چاقی را مثال نام ببرید .	۱
۲۰	رعایت بهداشت محیط در جلوگیری از فساد مواد غذایی چگونه باید باشد .(دومورد)	۱
۲۱	از عوامل خطر ساز ابتلا ب بیماری های قلب وعروق دومورد را نام ببرید.	۰/۵
	موفق باشید	