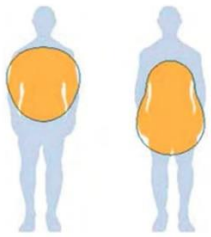
نام درس : سلامت و بهداشت	بسمه تعالی وزارت آموزش و پرورش	تاریخ امتحان :
طراح سوال :		مدت پاسخگویی : ۶۰ دقیقه
نام دبیر :		**پایه و رشته تحصیلی : دوازدهم**
نام و نام خانوادگی :		تعداد صفحات : ۳ صفحه
تعداد سوالات: ۱۴ سوال		مهر مدرسه :

ردیف		نمره
۱	درستی یا نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید. ✓ به معنای درست و x به معنای نادرست است. الف) سلامت امری پویا و فرآیندی دائما در حال دگرگونی است. ب) عنصر روی موجود در مواد غذایی گیاهی نسبت به روی موجود در مواد غذایی حیوانی بهتر جذب می شود. ج) زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت های آن حداقل ۷۰ درجه سانتی گراد حرارت دیده باشد. د) بیماری پدیکلوزیس یکی از شایع ترین بیماری های ویروسی است که قابلیت سرایت به دیگران را دارد.	۱
۲	از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید. الف) قضاوت نسبتاً صحیح در برخورد با مسائل از نشانه های سلامت (معنوی-روانی) است. ب) نور،حرارت و رطوبت از جمله عوامل (فیزیکی-بیولوژی) هستند که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می شوند. ج) مصرف انواع مختلف مواد غذایی که در شش گروه اصلی غذایی قرار می گیرند،اصل (تنوع-تناسب) نامیده می شود. د) (بهداشت-خودمراقبتی) یعنی فعالیت هایی که خود یا خانواده مان برای حفظ و ارتقای سلامت مان انجام می دهیم.	۱
۳	در هر یک از عبارات زیر،جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید. الف) .....به معنی دریافت مقدار لازم و کافی از هر یک از مواد مغذی است. ب) برای خودمراقبتی داشتن.....ضروری است. ج) در دوران پنجره، ویروس اچ آی وی در بدن حضور دارد و نتیجه آزمایش .....است. د)میزان توصیه شده مصرف روزانه شیرولبنیات برای یک فرد بزرگسال .....واحد می باشد.	۲
۴	در پرسش های زیر گزینه مناسب را انتخاب کنید. الف) کدام مورد منبع غنی ویتامین "آ" می باشد؟ ۱)شیرولبنیات پرچرب ۲)زرده تخم مرغ ۳)جگر ۴)ماهی ب) کدامیک جزء راههای انتقال ویروس اچ آی وی نمی باشد؟ ۱)بارداری و شیردهی مادر مبتلا به بیماری ۲)نیش حشرات ۳)دریافت خون ۴)اشتغال در محیط آلوده ج) در رابطه با BMI کدامیک صحیح نمی باشد؟ ۱)به معنای شاخص توده بدنی است. ۲) $\text{BMI}=\frac{(\text{وزن})\ (Kg)}{(\text{مجذورقد})\ (Cm)}$ ۳) در $BMI \geq 30$ وضعیت فرد در گروه چاق قرار می گیرد. ۴)برای افراد با استخوان بندی درشت و افراد ورزشکار کاربرد ندارد. د) در رابطه با چربی ها کدام گزینه صحیح نمی باشد؟ ۱)اسیدچرب ترانس موجب افزایش LDL وکاهش HDL می شود. ۲)بیشترین کلسترول در داخل بدن،در کبد ساخته می شود. ۳)اسید چرب غیراشباع عامل تعیین کننده کلسترول خون می باشد. ۴)HDL با بروز بیماری قلبی-عروقی ارتباط عکس دارد.	۱

نام درس : سلامت و بهداشت	بسمه تعالی وزارت آموزش و پرورش	تاریخ امتحان :
طراح سوال :		مدت پاسخگویی : ۶۰ دقیقه
نام دبیر :		**پایه و رشته تحصیلی : دوازدهم**
نام و نام خانوادگی :		تعداد صفحات : ۳ صفحه
تعداد سوالات: ۱۴ سوال		مهر مدرسه :

ردیف		نمره
۵	کدامیک از الگوهای چاقی در شکل زیر،خطر ابتلا به بیماری های قلبی-عروقی را افزایش می دهد؟نام آن الگو را بنویسید.  الف ب	۰/۵
۶	هر یک از نمونه های ستون"الف" مربوط به کدامیک از عوامل موثر بر سلامت، از ستون"ب" می باشد؟ یک مورد از ستون"ب" اضافی است. الف: شرایط زندگی،امکانات و تسهیلات آموزشی انجام واکسیناسیون،مراقبت از گروههای آسیب پذیر استفاده از محصولات تکنولوژیک ب: عامل دسترسی به خدمات بهداشتی-درمانی عامل سبک زندگی عوامل ژنتیکی و فردی عامل محیطی	۰/۷۵
۷	هر یک از موارد زیر مربوط به کدام نوع از عوارض چاقی است؟ الف) تخمدان پلی کیستیک در دختران ب) عدم تحمل فعالیت بدنی ج) صافی کف پا د) بی اشتهایی عصبی	۲
۸	هر یک از بیماری های زیر از چه طریقی منتقل می شود؟ الف) تبخال تناسلی ب) آنفولانزا ج) وبا د) پدیکلوزیس	۱
۹	به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید. الف) ۲ مورد از دلایل اینکه پیشگیری بر درمان مقدم است را توضیح دهید. ب) ۲ مورد از وظایف چربی در بدن را نام ببرید. ج) مهمترین علامت بالینی در سکته قلبی چیست؟	۲/۵

نام درس : سلامت و بهداشت	بسمه تعالی وزارت آموزش و پرورش	تاریخ امتحان :
طراح سوال :		مدت پاسخگویی : ۶۰ دقیقه
نام دبیر :		**پایه و رشته تحصیلی : دوازدهم**
نام و نام خانوادگی :		تعداد صفحات : ۳ صفحه
تعداد سوالات: ۱۴ سوال		مهر مدرسه :

ردیف		نمره
۱۰	اصطلاحات زیر را تعریف کنید. الف) بیماری های غذازاد ب) قانون تعادل انرژی ج) بیماری هپاتیت د) فشارخون	**۴**
۱۱	در رابطه با ویتامین ها و مواد معدنی به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) ویتامین "بی " جزء ویتامین های محلول در آب است یا محلول در چربی؟ ب) بیشترین میزان ویتامین " د" مورد نیاز برای بدن چگونه تامین می شود؟ ج) نقش سدیم در بدن چیست؟ د) کمبود کدام ریزمغذی در کودکان و نوجوانان به کوتاهی قد و تاخیر در بلوغ می انجامد؟	**۱**
۱۲	در رابطه با بیماری هپاتیت به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) احتمال مزمن شدن بیماری در مبتلایان به کدام نوع هپاتیت بیشتر است؟ ب) در صور ابتلای یکی از اعضای خانواده به هپاتیت B، برای جلوگیری از انتقال بیماری به دیگر اعضا، رعایت چه نکاتی ضروری است؟ (۲ مورد)	**۱**
۱۳	در رابطه با بیماری سرطان به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) سه مورد از علائم هشداردهنده سرطان را بنویسید. ب) آزمایش خون مخفی در مدفوع،برای تشخیص کدام سرطان کاربرد دارد؟ ج) در صورتی که تومور رشد کند و تقسیم شود و به نقاط دیگر بدن هم دست اندازی کند چه نامیده می شود؟	**۱/۲۵**
۱۴	در رابطه با بیماری دیابت به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) نشانه اصلی بیماری دیابت چیست؟ ب) در کدام نوع دیابت، پانکراس قادر به تولید انسولین کافی نیست یا بدن به انسولین مقاومت نشان می دهد؟ ج) ویروس از عوامل ایجاد کننده کدام نوع دیابت است؟ د) کلسترول بالاجزء کدامیک از عوامل خطرساز دیابت نوع ۲ می باشد؟	**۱**
	موفق باشید جمع نمرات	**۲۰**