

به نام خالق بی همتا

دبیرستان دکتر محمد شفیع

امتحان سلامت و بهداشت دی ۹۹

- ۱) سازمان جهانی بهداشت چه تعریفی برای سلامت را عنوان کرده است؟ (انمره)
- ۲) کدام یک از موارد زیر به ازای هر گرم مصرف میزان بیشتری انرژی تولید می کند؟ (انمره)
- الف) کربوهیدرات      ب) چربی      ج) پروتئین      د) ویتامین B
- ۳) کدام بیماری زیر در پی کاهش انعطاف پذیری عدسی چشم شکل می گیرد؟ (انمره)
- الف) نزدیک بینی      ب) دوربینی      ج) پیرچشمی      د) استیگماتیسم
- ۴) بیماری وبا از کدام طریق منتشر خواهد شد؟ (انمره)
- الف) پوست      ب) دستگاه تنفس      ج) خون آلوده      د) دستگاه گوارش
- ۵) بیشترین عامل مرگ و میر در بیماری های قلبی - عروقی چیست؟ (انمره)
- ۶) از کدام بیماری به عنوان قاتل خاموش یاد می شود؟ (انمره)
- ۷) کدام یک از اقسام هیپاتیت می تواند حتی بدون علامت نیز باشد؟ (انمره)
- ۸) اسید های چرب ترانس چه تاثیری بر میزان LDL و HDL بدن خواهد داشت؟ (انمره)
- ۹) مهم ترین عوامل خطر ابتلا به بیماری های قلبی - عروقی را بنویسید؟ (۵/انمره)
- ۱۰) دو مورد از عادات غذایی نادرست را نام ببرید؟ چه نتایجی را می تواند در بر داشته باشد؟ (۲انمره)

۱۱) چهار مورد از عوارض کاهش وزن سریع را نام ببرید؟ (۲نمره)

۱۲) گروه های تشکیل دهنده هرم های غذایی را نام برده و گروه غذایی با بیشترین حجم مصرف چند واحد در روز توصیه می شود؟ (۲/۵نمره)

۱۳) قانون ۶۰ درصد-۶۰ دقیقه را در ارتباط با سلامت گوش را توضیح دهید؟ (۱نمره)

۱۴) چهار مورد مورد از عوارض تشدید کننده آکنه را مثال زنید. (۲نمره)

۱۵) دو مورد از فواید کربوهیدرات ها را مثال زنید. (۱نمره)



limoonad  
Education For All