



| | | | |
|-------------------------|----------------------|-----------------------------------|--------------|
| شماره مندرجی: | سال تحصیلی: ۹۸-۹۷ | موبت امتحانی: خرداد ۹۸ | ساعت امتحان: |
| نام و نام خانوادگی: | پایه: دوازدهم | رشته: الکترونیک/برق/تاسیسات/ماشین | وقت امتحان: |
| نام درس: بهداشت و سلامت | نام دبیر: استاد حکمت | تاریخ: ۱۳۹۸/۰۲/۱۱ | امضا و مهر: |

- ۱- در هریک از پرسش‌های زیر گزینه درست را انتخاب و علامت ✓ بزند. (۵ نمره)
- (۱) در آزای مصرف هر گرم کدام ماده غذایی زیر انرژی بیشتری تولید می‌شود؟
 (ا) کربوهیدرات‌ها (ب) پروتئین‌ها (پ) چربی‌ها (ت) نمکی به یک اندازه انرژی تولید می‌کنند
- (۲) ضربه دیدن در حین برداشت، انتقال و نگهداری میوه‌ها و استفاده غیرمجاز از سموم دفع آفات نباتی از عوامل
 و فساد مواد غذایی است
 (ا) فیزیکی-شیمیایی (ب) فیزیکی-بیولوژیکی (پ) مکانیکی-بیولوژیکی (ت) مکانیکی-شیمیایی
- (۳) مقدار قابل قبول کدام چربی خون $\frac{mg}{dl} < 200$ است؟
 (ا) کلسترول (ب) HDL (کلسترول خوب) (پ) LDL (کلسترول بد) (ت) G (تری گلیسرید)
- (۴) در هرم غذایی بطور کلی انواع غذاها به چند گروه طبیعی می‌شوند و گروه غذایی که مصرف روزانه بیشتری دارد، در کدام قسمت هرم قرار دارد؟
 (ا) شش گروه - قسمت پایین هرم (ب) پنج گروه - قسمت بالای هرم
 (پ) پنج گروه - قسمت پایین هرم (ت) شش گروه - قسمت بالای هرم
- (۵) کدام ماده سمی موجود در سیگار اعتیادآور است؟
 (ا) هیدروسولفاتیک اسید (جوهر بادام تلخ) HCN (ب) قطران (Tar)
 (پ) نیکوتین $C_{10}H_{14}N_2$ (ت) آمونیاک NH_3
- (۶) کدام عامل خطرناک دیابت نوع (۲) غیرقابل پیشگیری است؟
 (ا) اضافه وزن (ب) کم تحرکی (پ) سابقه خانوادگی (ت) کلسترول بالا
- (۷) مناسب بودن کار با توانایی جسمی و روحی انسان را چه می‌نامند؟
 (ا) یوسچر (ب) ایمنی سلامت (پ) ارگونومی (ت) پدیدکلوژیس
- (۸) کدام دسته از مواد اعتیادآور زیر بر روی سیستم عصبی و سایر دستگاههای بدن تاثیر می‌گذارد و حالت خوشی و هیجانی بسیار کوتاه مدت بوجود می‌آوردند؟
 (ا) ریتالین - حشیش - کدئین (ب) LSD - متادون - تریاک
 (پ) LSD - متادون - تریاک (ت) ریتالین - ترامادول - کوکائین
- (۹) یک آزمایش که در تشخیص سرطان روده بزرگ (کولون) کاربرد دارد، کدام است؟
 (ا) آزمایش خون در مردان (ب) پاپ اسمیر (پ) ماموگرافی (ت) کولونوسکوپی

۱-۰ عدم تشخیص و درمان به موقع عوارض می تواند منجر به نابینایی، دیالیز یا پیوند کلیه، قطع پا و سکتته های مغزی و قلبی شود.

(ا) سرطان (ب) اپنیز (ج) دیابت (د) قلبی - عروقی

۲- کدامیک از عبارات های زیر درست و کدام نادرست است؟ (۲،۵ نمره)
(ا) سازمان بهداشت جهانی سلامت را برخورداری از آسایش کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو می داند.

(ب) شکل ستون فقرات انسان شبیه حرف C انگلیسی است.

(پ) بهترین راه مبارزه با آتش سوزی های خشک، گرم کردن آتش است و بهترین سردکننده آتش، کربن دی اکسید (CO_2) می باشد.

(ت) در بین عوامل موثر بر سلامت، سبک زندگی بیشترین تاثیر را بر سلامت افراد دارد.

(ث) چاقی با الگوی سبب در مقایسه با الگوی گلابی، خطر ابتلا به بیماری های قلبی - عروقی را دارد.

۳- جاهای خالی را با واژه یا فرمول مناسب پر کنید. (۲،۵ نمره)

(ا) عیب های انکساری چشم عبارتند از و و و این عیوب انکساری را می توان با عمل جراحی و اصلاح کرد.

(ب) سن مناسب برای بارداری برابر تا سالگی است.

(پ) گوش اندام شنوایی انسان است که دو وظیفه مهم و حفظ را بر عهده دارد.

(ت) بیماری تالاسمی یک بیماری است که از والدین حامل زن معیوب به فرزندان منتقل می شود.

(ث) یکی از شایع ترین آثار بلندمدت مصرف مشروبات الکلی، بیماری است.

(ج) مهم ترین عوامل محیطی آسیب رسان به پوست عبارتند از و

(چ) بوی سیگار که در محیط بر روی لباس، پتو و وسایل منزل پراکنده می شود را می گویند.

(ح) با تنگ شدن و سخت شدن عروق خونی، چربی کلسترول و مواد دیگر با هم تجمع پیدا کرده و تشکیل ماده مومی شکل به نام می دهند.

(خ) بر اساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن و برخورداری از وزن مطلوب به دو عامل و بستگی دارد.

(د) فشار خون طبیعی نشان دهنده فشار سیستولی (ماکزیمم) mmHg و فشار دیاستولی (مینیمم) mmHg است.

۴- هر یک از عبارات های زیر مربوط به چه مطلبی است؟ (۱ نمره)

(ا) بزرگترین عامل مرگ و میر در قرن بیستم می باشد.

(ب) بیماری گواتر (تیروئید) مربوط به کمبود این ریزمغذی است.

(پ) یک اختلال پوستی شایع در دوران بلوغ و جوانی است که در آن غده های چربی پوستی و پياز مو ملتهب می شوند.

(ت) این بیماری بعنوان قاتل خاموش نامیده می شود.

۵- به هر یک از پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

(ا) تفاوت میان دیابت نوع (یک) و دیابت نوع (دو) چیست؟ (۲ نمره)

(ب) سه اثر بیماری سرخیجه مادر بر نوزاد را نام ببرید. (۳ نمره)

(پ) مراحل و نحوه استفاده از کپسول اطفای حریق را به ترتیب بنویسید. (۲ نمره)

(ت) وزن یک دانش آموز سال دوازدهم ۷۳ کیلوگرم و قد او ۱۶۸ سانتی‌متر است با تعیین شاخص توده بدنی (BMI) او مشخص کنید در چه موقعیتی قرار دارد (لاغر، معمولی، اضافه وزن، چاقی و ...)؟ (۵ نمره)

(ث) شایع‌ترین اختلالات روانی-رفتاری دوره نوجوانی کدامند؟ (۵ نمره)

.. موفق باشید - حکمت ..