باسمه تعالی

آموزش وپرورش شهرستان لاهیجان

نام : نام خانوادگی :	شعبه کلاس: نیمسال اول: ۱۴۰۴-۱۴۰۳	امتحان درس : سلامت و بهداشت مدت امتحان : ۶۰ دقیقه	تاریخ امتحان : ۱۴۰۳/۱۰/۱۹ نام دبیر : قربانی	رشته : تجربی تعداد صفحات : ۲

ردیف	سوالات دبیرستان یاس	بارم
	۱ – شایع ترین نوع هپاتیت را نام ببرید.احتمال مزمن شدن در کدام نوع بیشتر است ؟	۱/۵ نمره
	۲ – سه گام پیشگیری از دیابت کدامند ؟ هر مورد ۰/۵ نمره	۱/۵ نمره
	۳ – اقدامات اولیه در حمله قلبی را بنویسید. (۴ اقدام)	۱نمره
	۴ – شایع ترین بیماری انگلی که از طریق پوست و مو به دیگران سرایت می کند .	۰/۵نمره
	۵ – در بیماری ایدز در کدام دوره نتیجه آزمایش منفی است ؟ (فقط نام ببرید)	۰/۵ نمره
	۶ – طیف بیماری را در کادر پایین بنویسید. هر مورد ۰/۲۵	۱/۵ نمره
	با بیماری متوسط	
	۷ – چرا پیشگیری بر درمان مقدم است ؟ (ذکر سه مورد)	۱/۵نمره

۲ نمره	۸ – دو وظیفه مهم گوش و دو مورد از عوامل چاقی را نام ببرید. (توجه حاوی دو سوال متفاوت می باشد)	
۱نمره	۹ – بیماری هایی که با سبک زندگی در ارتباط هست را پیدا کنید. فشار خون – سکته قلبی – دیابت – کوتاه قدی – سرطان – بیماری کلیوی – پوکی استخوان – بیماری سل	
۴/۵ نمره	۱۰ – جاهای خالی را کامل کنید. (هر کدام ۰/۵ نمره) الف).....و.....شناخته شده ترین منبع چربی هستند. ب)کلسیم به ساخت.....و.....و حفظ و استحکام آنها کمک می کند. پ)غذا باید به صورت کاملا داغ در دمای .....درجه سانتی گراد نگهداری شود تا به مدت طولانی سالم بماند . ج)کمبود روی موجب کاهش سرعت رشد در کودکان و نوجوانان می شود .....و.....منجر می گردد. د)مهم ترین پوشش بدن .....است. ه)در بیماری هپاتیت .....التهاب پیدا می کند.	
۱ نمره	۱۱ – براساس قانون تعادل انرژی ، تنظیم وزن به چه عواملی بستگی دارد ؟ (فقط نام ببرید)	
۱نمره	۱۲ – بیشترین آلودگی در مواد غذایی در چه مراحلی ایجاد می شود ؟(۴ مورد ذکر شود/ هر کدام ۰/۲۵)	
۱/۵نمره	۱۳ – عوامل موثر بر باروری زوجین را بنویسید.(ذکر ۶ مورد)	
۱نمره	۱۴ – چهار عامل تشدید آکنه کدامند ؟	

باسمه تعالی

آموزش وپرورش شهرستان لاهیجان

نام : **نام خانوادگی :**	**شعبه کلاس:** **نیمسال اول ۱۴۰۰-۹۹**	**امتحان درس :** **مدت امتحان :**	**تاریخ امتحان :** **نام دبیر :**	**رشته : تجربی** **تعداد صفحات :**

ردیف	**سوالات دبیرستان یاس**	**بارم**

جوابیه بهداشت و سلامت

۱–شایع ترین هپاتیت بی و سی .احتمال مزمن شدن در نوع سی بیشتر است

۲ – ۱–برخورداری از رژیم غذایی متوازن و متعادل

۲ – پرهیز از مصرف غذاهای پرشکر یا چرب

۳ – مراجعه به پزشک متخصص در صورت داشتن عوامل خطر ساز غیر قابل پیشگیری

۴ – حفظ وزن مطلوب

۵– انجام فعالیتهای بدنی روزانه

۶ – پرهیز از مصرف دخانیات

۷ – کنترل منظم قند خون

۳ – از هرگونه حرکت و فعالیتی در بیمار جدا پرهیز شود. فرد به حالت نشسته یا نیمه خوابیده قرار گیرد و لباس های تنگ اورا شل کنید.بیمار در اسرع وقت با برانکارد و یا صندلی چرخ دار به مراکز درمانی و یا بیمارستان منتقل شود

4 – **پدیکلوزیس**

۵ – پنجره

۶ –

در استانه مرگ	با بیماری خیلی شدید	با بیماری شدید	با بیماری متوسط	با بیماری اندک	ظاهرا سالم	کاملا سالم

۷ – ۱– در پیشگیری هر گونه اقدام بسیار آسانتر ، کم هزینه تر، حتی بی هزینه تر و اطمینان بخش تر است.

۲ – در پیشگیری ، زمان آموزش پیشگیرانه بسیار کوتاه و برای همه در هر سطح معلومات با هزینه بسیار کم میسر است.

۳ – در روش های پیشگیری غالبا نیازی به کشورهای دیگر، برای تهیه مواد و داروها و تجهیزات ،وجود ندارد.

۸–دریافت امواج صوتی – حفظ تعادل بدن / عامل ژنتیک – عامل محیطی – عامل روانی – بیماری های جسمی

۹ –سکته قلبی –دیابت–سرطان–پوکی استخوان

۱۰ – الف) روغن و کره ب) دندان ها و استخوان پ)۷۰ درجه ج) کوتاهی قد و تاخیر در بلوغ د) پوست ه) کبد

۱۱ – عامل تغذیه – فعالیت بدنی

۱۲ – بر اثر بی احتیاطی در مراحل فراوری ، تولید ، نگهداری ، حمل و نقل و عرضه مواد غذایی

۱۳ – سن – کشیدن سیگار و استعمال سایر مواد دخانی – برخورداری ار وزن مناسب – تغذیه – داروهای محرک و مکمل ها– استرس – آلودگی محیطی و ناباروری – سفید کننده های حاوی کلر– بیماری های منتقله از راه جنسی – مشروبات الکلی یا داروهای روان گردان – قاعدگی های نا منظم – ابتلا به بیماری مزمن

۱۴ – استرس – برخی از داروها – قاعدگی – قرار گرفتن در معرض نور خورشید – تعریق و دست کاری جوش ها باعث تشدید آکنه می شوند.

اپلیکیشن درسی همیار

برنامه رایگان درسی همیار







همیشه رایگان

برنامه همیار کاملا رایگان میباشد

تمام پایه ها

جواب کتاب ، تدریس و نمونه سوال