
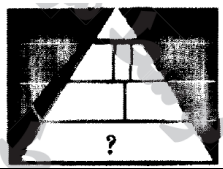


نام و نام خانوادگی:		بسمه تعالی	
نام پدر:		اداره کل آموزش و پرورش خراسان رضوی	
شماره ردیف دانش آموز:		اداره آموزش و پرورش شهرستان نیشابور	
نام آموزشگاه: دبیرستان دخترانه امام حسین (ع)		سوالات امتحان پایه دوازدهم تجربی متوسطه دوم	
نام و نام خانوادگی معلم: فائمه مژدی		درس: سلامت و بهداشت	
نام و نام خانوادگی تجدید نظر کننده		نمره با عدد و حروف:	
تاریخ و امضاء		تاریخ و امضاء	
بارم		نمره با عدد و حروف:	
۱/۲۵	۱	<p>درستی یا نادرستی هر یک از عبارات های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید:</p> <p>(الف) خود مراقبتی، گام اول در حفظ سلامت خویش است.</p> <p>(ب) بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ اغلب بدون علامت هستند.</p> <p>(ج) در بین عوامل موثر بر سلامت، سبک زندگی بیشترین تأثیر را بر سلامت افراد دارد.</p> <p>(د) چاقی با الگوی سیب در مقایسه با الگوی گلابی، خطر ابتلا به بیماری های قلبی - عروقی را بیشتر افزایش می دهد.</p> <p>(ه) در اسلام بدن انسان هدیه و امانت الهی برای تکامل روح به حساب می آید.</p> <p>(چ) رشد، ترمیم و حفظ بافت های عضلانی از عملکردهای چربی ها در بدن می باشد.</p> <p>(ح) بهترین سن برای بارداری در زنان بین ۱۵ تا ۲۵ سال است.</p>	
۱/۵	۲	<p>در هر یک از عبارات های زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.</p> <p>(الف) با توجه به دیدگاه اسلام، در تعریف سلامت توسط سازمان جهانی بهداشت از جنبه ی ..... آن غفلت شده است.</p> <p>(ب) تأمین سلامت مستلزم رعایت ..... است.</p> <p>(ج) برای افراد شاغل در مکان های تهیه، تولید و توزیع غذا، داشتن ..... و رعایت بهداشت از اهمیت زیادی برخوردار است.</p> <p>(د) دریافت امواج صوتی و ..... ، دو وظیفه مهم گوش می باشد.</p> <p>(ه) همه ی خانم ها قبل از بارداری از نظر ایمنی، نسبت به بیماری ویروسی ..... آزمایش شوند.</p> <p>(چ) مهمترین بیماری های ویروسی که از طریق دستگاه تنفسی انتشار می یابند، سرماخوردگی و ..... می باشند.</p>	
۱/۵	۳	<p>از میان کلمات داخل پرانتز گزینه ی مناسب را انتخاب کنید.</p> <p>(الف) هر چه از پایین هرم غذایی به سمت بالا حرکت می کنیم حجم گروه های غذایی (بیشتر / کمتر) می شود.</p> <p>(ب) اسهال خونی از بیماری هایی است که از طریق دستگاه (تناسلی / گوارش) منتقل می شود.</p> <p>(ج) پدیکلوزیس یکی از شایع ترین بیماری های (انگلی / ویروسی) است.</p> <p>(د) در برنامه ریزی برای خودمراقبتی، ابتدا باید گام های (کوچک - بزرگ) برداریم.</p> <p>(ح) ویتامین (A - B) در بدن ذخیره نمی شود.</p> <p>(خ) در دیابت (نوع ۲ - نوع ۱) لوزالمعده قادر به تولید انسولین کافی نیست یا بدن به انسولین مقاومت نشان می دهد.</p>	
۱/۲۵	۴	<p>در پرسش های چهار گزینه ای زیر گزینه ی مناسب را انتخاب کنید.</p> <p>(الف) کمبود کدام ریز مغذی موجب گواتر می شود؟</p> <p>(۱) ید (۲) کلسیم (۳) آهن (۴) ویتامین D</p> <p>(ب) ضربه دیدن در حین برداشت، انتقال و نگهداری مواد غذایی از عوامل ..... فساد مواد غذایی است.</p> <p>(۱) مکانیکی (۲) فیزیکی (۳) شیمیایی (۴) بیولوژیکی</p> <p>(ج) کدام یک از عیوب انکساری چشم به علت شکل غیر عادی قرنیه ایجاد می شود؟</p>	

	<p>(۱) پیرچشمی (۲) نزدیک بینی (۳) آستیگماتیسم (۴) دوربینی</p> <p>(د) کدام مورد از عوامل چاقی محسوب نمی گردد؟</p> <p>(۱) فعالیت بدنی زیاد (۲) عامل ژنتیک (۳) بیماری های جسمی (۴) داروها</p> <p>(و) کدام مورد از آثار و عوارض کم خوابی نمی باشد؟</p> <p>(۱) کاهش دقت (۲) کاهش دمای بدن (۳) افزایش میزان رشد (۴) زودرنجی</p>
۱	<p>۵ شکل مقابل مربوط به قانون تعادل انرژی است. موارد الف و ب را در برگه ی پاسخ بنویسید.</p> 
۲	<p>۶ اصلاحات زیر را تعریف کنید.</p> <p>الف) بیماری های غذازاد</p> <p>ب) حدت بینایی (دید مطلوب)</p>
۱/۲۵	<p>۷ در مورد بیماری های غیرواگیر و واگیر به پرسش های زیر پاسخ دهید.</p> <p>الف) سه مورد از علائم هشدار دهنده ی سرطان را بنویسید.</p> <p>ب) دو مورد از راه های انتقال ویروس اچ آی وی را بنویسید.</p>
۱	<p>۸ هر کدام از توضیحات زیر مربوط به چه مطلبی می باشد؟</p> <p>الف) بر اساس این قانون، چنانچه کالری دریافتی از مواد غذایی بیش از میزان کالری مصرفی باشد، وزن افزایش می یابد.</p> <p>ب) از این بیماری به عنوان قاتل خاموش یاد می شود.</p> <p>ج) این نوع چربی باعث می شود تا کلسترول از جدار داخلی شریان ها جدا شود به همین دلیل به آن کلسترول خوب می گویند.</p> <p>د) اولین شرط لازم برای ازدواج است.</p>
۰/۵	<p>۹ در هرم غذایی مقابل علامت سوال مربوط به کدام گروه از مواد غذایی می باشد؟</p> 
۰/۵	<p>۱۰ یک آزمایش که در تشخیص سرطان روده ی بزرگ کاربرد دارد را بنویسید.</p>
۱	<p>۱۱ بهترین راه پیشگیری از ابتلا به هر یک از بیماری های زیر را بنویسید.</p> <p>الف) پدیکلوزیس</p> <p>ب) ایذر</p>
۰/۲۵	<p>۱۲ به پرسش های زیر پاسخ کوتاه دهید.</p> <p>الف) بیشترین علل مرگ و مبر در ایران مربوط به کدام دسته از بیماری ها است؟</p> <p>ب) ویروس نقص ایمنی انسان که سبب بیماری عفونی می شود، چه نام دارد؟</p> <p>ج) برای جلوگیری از پوسیدگی دندان، حداقل چند بار مسواک زدن در طول شبانه روز مورد تأکید است؟</p>

<p>۶</p>	<p>۱۳</p> <p>به سوالات زیر پاسخ کامل دهید.</p> <p>الف) چهار مورد از علائم هشدار دهنده ی سرطان را بنویسید.</p> <p>ب) برای جلوگیری از انتقال بیماری هیپاتیت به دیگران رعایت چه نکاتی ضروری است؟ ( ۴ مورد)</p> <p>پ) اصطلاح زیر را تعریف کنید. فشارخون:</p> <p>ج) کربوهیدراتها چه موادی هستند و توضیح دهید چه نقشی در عملکرد بدن دارند؟</p> <p>چ) دو اصل از اصول تغذیه ی سالم را بیان کنید و توضیح دهید.</p> <p>ح) انواع چاقی را بنویسید.</p>	
<p>۲۰</p>	<p>موفق و پیروز باشید</p>	