

واحد آموزشی: دوره اول متوسطه غیردولتی باقرالعلوم(ع)

شماره صندلی:

نام و نام خانوادگی:

نام پدر:

رشته: ریاضی-تجربی-انسانی

نام دبیر: آقای

سوال امتحان درس: سلامت و بهداشت

نوبت امتحانی: اول

پایه: دوازدهم

سال تحصیلی: ۱۴۰۱-۱۴۰۲

ساعت امتحان: ۱۰ صبح
وقت امتحان: ۶۰ دقیقه
تاریخ امتحان: ۱۴۰۱/۱۱/۱
نیاز به پاسخ برگ دارد
تعداد برگ پاسخنامه: برگ

۱- جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.(۶نمره)

(الف) خود مراقبتی دارای انواع و و عاطفی و اجتماعی و معنوی است.

(ب) چربی اشباع شده عامل تعیین کننده سطح است که حفظ سطح مطلوب آن میتواند به کاهش و برخی از سرطانها منجر شود.

(ج) بیماریهای ناشی از مصرف غذاهای آلوده را بیماری میگویند

(د) عضله قلب برای انجام و ضایف مهم خود به و مواد غذایی کافی نیاز دارند

(ه) با زیاد شدن تعداد ویروس اچ آی وی در بدن فرد مبتلا و کم شدن در بدن وی، به تدریج علایم بیماری در بدن ظاهر می شود.

(و) در، چشم ما اشیای نزدیک را واضح اما اشیای دور را تار میبینند.

(ز) در آستیگماتیسم، شکل غیرعادی موجب تاری دید میشود.

(ح) تالاسمی، بیمار است و هر دو ژن معیوب را از پدر و مادر به ارث برده است، تالاسمی حامل ژن بیماری است ولی بیمار تالاسمی نیست و کم خون است.

۲- چهار مورد از دلایلی که نشان دهنده مقدم بودن پیشگیری بر درمان است را به طور اختصار بیان کنید.(۲نمره)

۳- اهمیت سبک زندگی چیست؟ (۵/۰نمره)

۴- ابعاد سلامت را نام ببرید.(۱نمره)

۵- انواع ویتامین ها را نام ببرید و توضیح دهید. (۱نمره)

۶- گروههای مواد غذایی که به ترتیب از پایین به بالای هرم غذایی قرار میگیرند نام ببرید. (۱نمره)

۷- مهمترین عوارض چاقی را نام ببرید (۴ مورد) ؟ (۱نمره)

۸- برای کاهش وزن در افرادی که اضافه وزن دارند ، چه اقداماتی لازم است؟(۱نمره)

۹- عوامل مکانیکی چگونه باعث فساد مواد غذایی میشوند؟(۵/۱نمره)

۱۰- منظور از پلاک در دیواره رگ های کرونر قلب چیست و چه خطری را در پی دارد؟ (۲نمره)

۱۱- پدیوکلوزیس چیست؟ (۲نمره)

۱۲- ژن مغلوب در چه صورتی باعث بروز بیماری در فرزند می شود؟ با ذکر مثال (۱نمره)

موفق باشید