

نام حوزه امتحانی:	باسمه تعالی	شماره داوطلب:	
شماره کارت:	وزارت آموزش و پرورش	نام:	
محل مهر رئیس حوزه اجرا:	آزمون شبه نهایی سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ (طرح سه نما)	نام خانوادگی:	
تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۰۱/۲۸	نام ماده امتحانی: سلامت و بهداشت	منطقه/ناحیه: ۴ مشهد	
ساعت شروع: ۸:۰۰ صبح	تعداد صفحات: ۴	صفحه اول	
		در این کادر چیزی ننویسید	

۲	<p>درستی یا نادرستی هر یک از عبارات‌های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.</p> <p>الف) کمال‌جویی از نشانه‌های سلامت روانی است.</p> <p>ب) تومور مغزی می‌تواند از عوارض چاقی باشد.</p> <p>ج) استفاده غیرمجاز از سموم دفع آفات نباتی هنگام کاشت، از عوامل بیولوژیکی فساد مواد غذایی می‌باشد.</p> <p>د) بیماری‌های غذازا، از مهمترین مشکلات بهداشتی کشورهای پیشرفته می‌باشد.</p> <p>ن) گاهی اوقات رسیدن فشارخون به کمتر از ۶۰/۹۰ میلی‌متر جیوه، می‌تواند تهدیدی برای زندگی باشد.</p> <p>و) بازداری از اصول مقابله با اضطراب می‌باشد.</p> <p>ه) برای خاموش کردن آتش‌سوزی ناشی از مایعات، از آب استفاده می‌شود.</p> <p>ی) سقوط می‌تواند به علت مشکلات بینایی اتفاق بیفتد.</p>	۱
۳/۷۵	<p>در هر یک از عبارات‌های زیر، جای خالی را با کلمات مناسب پر کنید.</p> <p>الف) آگاهی‌ها و نحوه ارتباطات نمونه‌هایی از به عنوان یکی از عوامل موثر بر سلامت به-شمار می‌رود.</p> <p>ب) در گام اول خودمراقبتی، هدف باید ، واقعی و باشد.</p> <p>ج) بدن انسان برای ساخت و به چربی نیاز دارد.</p> <p>د) برخی بیماری‌ها نظیر و موجب بروز چاقی می‌شوند.</p> <p>ر) عوامل شناخته شده اجتماعی، محیطی و رفتاری که احتمال ابتلا به یک بیماری را افزایش می‌دهند را می‌گویند.</p> <p>ز) نگرانی و خطر بیماری‌های واگیر در آن است که می‌توانند باعث شوند.</p> <p>ن) بیماری‌های جسمی مانند و مشکلات تغذیه ای مانند نوجوانان را در معرض افسردگی قرار می‌دهد.</p> <p>و) ماده اعتیادآور دخانیات است.</p> <p>ه) از نشانه های سندرم محرومیت مواد مخدر و می‌باشند.</p> <p>ی) بیشتر مرگ و میرها و آسیب‌های ناشی از آتش‌سوزی در اتفاق می‌افتد.</p>	۲
۱/۷۵	<p>از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.</p> <p>الف) در هرم غذایی، مواد غذایی که در (بالا / پایین) هرم قرار می‌گیرند، دارای کمترین حجم هستند.</p> <p>ب) آلودگی مواد غذایی به باکتری‌ها و ویروس‌ها جزو (مسمومیت های غذایی / عفونت های غذایی) از موارد بیماری‌های ناشی از غذا می‌باشد.</p> <p>ج) بیش از نیمی از کلیه بیماری‌ها و مرگ‌های کودکان خردسال در اثر (بیماری‌های گوارشی / بیماری‌های خونی) است.</p> <p>د) (خودآگاهی / عزت نفس) علاوه بر شکل‌گیری هویت مطلوب می‌تواند از بروز اختلالات روانی جلوگیری کند.</p> <p>ن) ماده اعتیادآور L.S.D از انواع (مخدرها / توهم‌زاها) می‌باشد.</p> <p>و) از مخدرهای طبیعی می‌توان (تریاک / هروئین) را نام برد.</p> <p>ه) کوله پشتی به همراه محتویات آن نباید بیشتر از (۱۰ درصد / ۵ درصد) وزن شما باشد.</p>	۳

نام حوزه امتحانی:	باسمه تعالی	شماره داوطلب:	
شماره کارت:	وزارت آموزش و پرورش	نام:	
محل مهر رئیس حوزه اجرا:	آزمون شبه نهایی سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ (طرح سه نما)	نام خانوادگی:	
تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۰۱/۲۸	نام ماده امتحانی: سلامت و بهداشت	منطقه/ناحیه:	
ساعت شروع: ۸:۰۰ صبح	تعداد صفحات: ۴	صفحه دوم	در این کادر چیزی ننویسید

۴	<p>پرسش های چهارگزینه ای</p> <p>۱- چند مورد از موارد زیر صحیح است؟</p> <p>الف) مرغ از منابع غذایی پروتئین کامل نمی باشد.</p> <p>ب) میوه ها، سبزی ها، حبوبات و مغز دانه ها از منابع عمده تامین کننده ویتامین ها هستند.</p> <p>ج) کلسیم در حفظ تعادل مایعات بدن مؤثر است.</p> <p>د) کربوهیدرات ها نقش مهمی در عملکرد اندام های درونی، سیستم عصبی و ماهیچه ها بازی می کنند.</p> <p>(۱) چهار (۲) سه (۳) دو (۴) یک</p> <p>۲- کدام یک از نظر درستی یا نادرستی با سایر گزینه ها متفاوت است؟</p> <p>(۱) بسیاری از افراد حامل بیماری هایی همچون سوزاک و زگیل تناسلی از عفونت خود اطلاع ندارند.</p> <p>(۲) اچ آی وی آزمایش تشخیصی اختصاصی دارد.</p> <p>(۳) هپاتیت B و C شایع ترین انواع هپاتیت می باشند.</p> <p>(۴) برای جلوگیری از انتقال هپاتیت C از واکسن استفاده می شود.</p> <p>۳- کدام یک از مواد سمی موجود در سیگار در ایجاد تحریک و تخریب بافت ها به ویژه ریه نقش دارد؟</p> <p>۱. سیانیدریک اسید ۲. آرسنیک ۳. آمونیاک ۴. نیکوتین</p> <p>۴- عدم تشخیص و درمان به موقع کدام یک از بیماری های زیر، تقریباً تمام دستگاه های بدن را درگیر می کند؟</p> <p>(۱) هپاتیت (۲) سرطان (۳) دیابت (۴) فشارخون بالا</p>	۱
۵	در طبقه بندی نمای توده بدنی، افرادی با وضعیت معمولی دارای چه BMI ای می باشند؟	۰/۵
۶	هر یک از موارد زیر اشاره به چه عاملی از عوامل ایجاد فساد در مواد غذایی می نماید.	۰/۵
۷	<p>الف- دفع به موقع زباله</p> <p>ب- خرید میوه تازه و شاداب</p> <p>در مورد بیماری های غیر واگیر به پرسش های زیر پاسخ دهید:</p> <p>الف) تشکیل پلاک در عروق خونی به چه علت صورت می گیرد؟</p> <p>ب) کدام دیابت به نام دیابت جوانان نامیده می شود.</p> <p>ج) در بیماران مبتلا به کدام نوع دیابت، بیماری اغلب بدون علامت است.</p> <p>د) دو بیماری که بیشترین عامل مرگ و میر به دلیل بیماری های قلبی - عروقی را تشکیل می دهد، نام ببرید.</p>	۱/۵

شماره داوطلب: 	باسمه تعالی وزارت آموزش و پرورش	نام حوزه امتحانی: شماره کارت:
نام خانوادگی: منطقه/ناحیه:	آزمون شبه نهایی سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ (طرح سه نما)	محل مهر رئیس حوزه اجرا: تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۰۱/۲۸
در این کادر چیزی ننویسید 	نام ماده امتحانی: سلامت و بهداشت تعداد صفحات: ۴ صفحه سوم	ساعت شروع: ۸:۰۰

۰/۷۵	با توجه به جدول زیر هر یک از موارد سمت راست با یکی از عبارات سمت چپ ارتباط منطقی دارد. شماره مربوط به عبارت مناسب را بنویسید: ستون عبارت ها یک مورد اضافی است.	۸										
	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">عبارت ها</th> <th style="width: 50%;">موارد</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>۱- دستگاه تناسلی</td> <td>الف) اسهال خونی</td> </tr> <tr> <td>۲- خون و ترشحات بدن</td> <td>ب) سوزاک</td> </tr> <tr> <td>۳- دستگاه گوارش</td> <td>ج) پدیکلوزیس</td> </tr> <tr> <td>۴- پوست و مو</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	عبارت ها	موارد	۱- دستگاه تناسلی	الف) اسهال خونی	۲- خون و ترشحات بدن	ب) سوزاک	۳- دستگاه گوارش	ج) پدیکلوزیس	۴- پوست و مو		
عبارت ها	موارد											
۱- دستگاه تناسلی	الف) اسهال خونی											
۲- خون و ترشحات بدن	ب) سوزاک											
۳- دستگاه گوارش	ج) پدیکلوزیس											
۴- پوست و مو												

۱	هر یک از عوارض زیر مرتبط با کدام عامل می باشد	۹												
	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">عارضه</th> <th style="width: 50%;">عامل موثر</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>الف) خطر ابتلا به دیابت نوع دو</td> <td>قرار گرفتن در معرض نور خورشید</td> </tr> <tr> <td>ب) تشدید آکنه</td> <td>آلودگی هوا</td> </tr> <tr> <td>ج) بیشتر شدن خطوط خنده</td> <td>استرس</td> </tr> <tr> <td>د) تنفس بد بوی صبحگاهی</td> <td>کم خوابی</td> </tr> <tr> <td></td> <td>کاهش جریان بزاق</td> </tr> </tbody> </table>	عارضه	عامل موثر	الف) خطر ابتلا به دیابت نوع دو	قرار گرفتن در معرض نور خورشید	ب) تشدید آکنه	آلودگی هوا	ج) بیشتر شدن خطوط خنده	استرس	د) تنفس بد بوی صبحگاهی	کم خوابی		کاهش جریان بزاق	
عارضه	عامل موثر													
الف) خطر ابتلا به دیابت نوع دو	قرار گرفتن در معرض نور خورشید													
ب) تشدید آکنه	آلودگی هوا													
ج) بیشتر شدن خطوط خنده	استرس													
د) تنفس بد بوی صبحگاهی	کم خوابی													
	کاهش جریان بزاق													

۱	در رابطه با بهداشت ازدواج و باروری، به پرسشهای زیر پاسخ دهید. الف- چه افرادی ممکن است با مشکل عدم تخمک گذاری رو به رو شوند؟ ب- عوامل خطر نسبتا شایع ناباروری کدام ها هستند. ج- واکسن سرخجه برای زنانی که ایمنی نسبت به آن ندارند در چه زمانی تجویز می شود؟ د- بیماری تالاسمی ماژور چگونه منتقل می شود؟	۱۰
---	--	----

۱	هر یک از موارد زیر مربوط به چه نوع اختلالی می باشد؟ (اضطراب، استرس، خشم، افسردگی) الف- بیماری های قلبی - عروقی، التهاب های پوستی، سردرد ب- روی آوردن به رفتارهای پرخطر و افزایش خشونت ج- مشکلات اجتماعی مانند درماندگی، انزوا و تنهایی د- سردرگمی، حواس پرتی و ترس	۱۱
---	--	----

۱	در مورد مواد دخانی و آثار زیان بار آن ها به پرسشهای زیر پاسخ دهید: الف) قطران چیست؟ ب) دود دست سوم به چه چیزی اطلاق می شود؟	۱۲
---	---	----

	شماره داوطلب:	باسمه تعالی	نام حوزه امتحانی:
	نام:	وزارت آموزش و پرورش	شماره کارت:
	نام خانوادگی:	آزمون شبه نهایی سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ (طرح سه نما)	محل مهر رئیس حوزه اجرا:
	منطقه/ناحیه:	نام ماده امتحانی: سلامت و بهداشت	تاریخ امتحان: ۱۴۰۲/۰۱/۲۸
	در این کادر چیزی ننویسید	تعداد صفحات: ۴	ساعت شروع: ۸:۰۰ صبح
۰/۵	<p>در مورد مشروبات الکلی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید:</p> <p>الف) بارزترین اثر فوری مصرف الکل چیست؟</p> <p>ب) شایع‌ترین آثار بلندمدت مصرف مشروبات الکلی چیست؟</p>	۱۳	
۱	<p>به پرسش‌های زیر در رابطه با اعتیاد به مواد مخدر و عوارض آن پاسخ دهید.</p> <p>الف- مصرف کدام دسته از مواد اعتیادآور حالت منگی، بی‌حسی و بی‌دردی را به همراه دارد؟</p> <p>ب- پیروی از ارزشهای خانوادگی، مربوط به کدام گروه از توصیه‌های خودمراقبتی در زمینه پیشگیری از استعمال دخانیات می‌باشد؟</p> <p>ج- تحمل بدن فرد نسبت به مواد مخدر، مربوط به کدام جنبه وابستگی می‌باشد؟</p> <p>د- حالت خفیف‌تر از وابستگی به یک ماده چه نام دارد؟</p>	۱۴	
۱	<p>در رابطه با علم ارگونومی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید:</p> <p>الف) منظور از علم ارگونومی چیست و چه کمکی به افراد می‌کند؟</p> <p>ب) استفاده از این علم چه نتایجی به دنبال دارد؟</p>	۱۵	
۰/۵	<p>روش صحیح برداشتن اشیای سنگین از روی زمین را توضیح دهید؟</p>	۱۶	
۱	<p>به پرسش‌های زیر درباره پیشگیری از حوادث پاسخ دهید؟</p> <p>الف) تماس با نهادهای امداد رسان در کدام سطح پیشگیری از حوادث قرار می‌گیرد؟</p> <p>ب) اولین اقدام پس از شکستن لامپ کم‌مصرف حاوی گاز جیوه چیست؟</p> <p>ج) مهم‌ترین علت مرگ ناشی از آتش‌سوزی چیست؟</p> <p>د) بهترین روش مبارزه با آتش‌سوزی‌های خشک چیست؟</p>	۱۷	
۰/۲۵	<p>کدام یک از شکل‌های زیر شکل صحیح انجام کار را نشان می‌دهد.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p style="text-align: center;">شکل ۱ شکل ۲</p>	۱۸	
۲۰	جمع نمره:	در پناه ایزد منان پیروز و سربلند باشید.	

ساعت شروع :	رشته : کلیه رشته ها	راهنمای تصحیح سؤالات امتحان شبه نهایی درس: سلامت و بهداشت
طراح: ثریا ابراهیمی	تاریخ امتحان : ۱۴۰۲/۲ /	سال دوازدهم آموزش متوسطه
تعداد سوالات : ۱۸		اداره آموزش و پرورش ناحیه ۴ مشهد مقدس

ردیف	راهنمای تصحیح	نمره
۱	الف) نادرست (۰/۲۵) (ص ۹) ب) درست (۰/۲۵) (ص ۳۵) ج) نادرست (۰/۲۵) (ص ۴۳) د) نادرست (۰/۲۵) (ص ۴۵) ن) درست (۰/۲۵) (ص ۵۳) و- درست (ص ۱۲۰) ی) درست (۰/۲۵) (ص ۱۸۲)	۲
۲	الف) عوامل محیطی (۰/۲۵) (ص ۱۱) ب) واضح (۰/۲۵) - قابل اندازه گیری (ص ۱۶) ج) سلول های مغزی و بافت های عصبی (۰/۵) (ص ۲۰) د) کم کاری تیروئید - کوشینگ (اختلال عملکرد غده فوق کلیوی) (۰/۵) (ص ۳۴) ر) عوامل خطر (۰/۲۵) (ص ۵۰) ز) همه گیری (۰/۲۵) (ص ۶۷) ن) سکته مغزی یا صرع یا کم خونی آسیب به سر و برخی سرطان ها (یک مورد کافی است) - کمبود ویتامین B (۰/۵) ص ۱۲۱ و) نیکوتین ص ۱۳۰ ه) دردهای شدید دست و پا- خمیازه های مکرر و لرز- آب ریزش بینی و چشم ها - اسپهال (دو مورد کافی است) (۰/۵) (ص ۱۴۱) ی) خانه ها (۰/۲۵) (ص ۱۷۵)	۳/۷۵
۳	الف) بالای (۰/۲۵) (ص ۲۴) ب) مسمومیت های غذایی (۰/۲۵) (ص ۴۶) ج) بیماری های گوارشی (۰/۲۵) (ص ۶۷) د) خودآگاهی (ص ۱۱۲) ن) توهم زها (ص ۱۴۳) و) تریاک (ص ۱۴۳) ه) ۱۰ درصد (ص ۱۶۳)	۱/۷۵
۴	۱) گزینه ۳ مورد ب و د درست است. (۰/۲۵) (ص ۲۱ و ۲۲) ۲) گزینه ۴ غلط بقیه درست (۰/۲۵) (ص ۷۱ و ۷۲) ۳) گزینه ۳ آمونیاک ص ۱۳۰ ۴) گزینه ۳ (۰/۲۵) (ص ۶۶)	۱
۵	۲۴/۹ - ۱۸/۵ (۰/۵) (ص ۳۶)	۰/۵
۶	الف- عوامل بیولوژیکی (۰/۲۵) (ص ۴۳) ب- عوامل مکانیکی (۰/۲۵) (ص ۴۵)	۰/۵
۷	الف- تجمع چربی و کلسترول به دنبال سخت شدن و تنگ شدن عروق خونی (۰/۵) (ص ۵۱) ب- دیابت نوع ۱ (۰/۲۵) (ص ۶۴) ج- دیابت نوع ۲ (۰/۲۵) (ص ۶۶) د- انسداد رگ های خون رسان به قلب (کرونر) (۰/۲۵) و سکته های قلبی و مغزی (۰/۲۵) (ص ۵۰)	۱/۵
۸	الف- اسپهال خونی : دستگاه گوارش ، ب- سوزاک: دستگاه تناسلی ، ج- پدیکلوزیس: پوست و مخاط	۰/۷۵

ساعت شروع :		رشته : کلیه رشته ها	راهنمای تصحیح سؤالات امتحان شبه نهایی درس: سلامت و بهداشت
طراح: ثریا ابراهیمی		تاریخ امتحان : ۱۴۰۲/۲ /	سال دوازدهم آموزش متوسطه
تعداد سوالات : ۱۸		اداره آموزش و پرورش ناحیه ۴ مشهد مقدس	
نمره	راهنمای تصحیح		ردیف
۱	خطر ابتلا به دیابت نوع دو : بی خوابی ص ۹۴ تشدید آکنه: استرس ص ۸۹ بیشتر شدن خطوط خنده : آلودگی هوا ص ۸۹ تنفس بد بوی صبحگاهی: کاهش جریان بزاق ص ۹۸		۹
۱	الف - خانم هایی که وزن خیلی زیاد یا خیلی کم دارند. ص ۱۰۷ ب- بیماری های منتقله از راه جنسی مثل سوزاک ص ۱۰۷ ج- سه ماه قبل بارداری ص ۱۱۰ د- ارثی است و از والدین حامل ژن معیوب به فرزندان منتقل می شود. ص ۱۰۵		۱۰
۱	الف- استرس ص ۱۱۹ ب- افسردگی ص ۱۲۱ ج- خشم ص ۱۲۳ د- اضطراب ص ۱۲۰		۱۱
۱	الف) ذرات ریز موجود در سیگار در ریه ها جمع می شوند و پوسته ضخیم و قهوه ای رنگی به نام قطران تشکیل می دهند گفته می شود(۵/۰) (ص ۱۳۰) ب) دود دست سوم در واقع دود نیست بلکه بوی سیگار است که در محیط پراکنده می شود(۵/۰) (ص ۱۳۵)		۱۲
۰/۵	الف) اختلال در سیستم اعصاب مرکزی(۲۵/۰) (ص ۱۳۶) ب) بیماری سیروز کبدی(۲۵/۰) (ص ۱۳۷)		۱۳
۱	الف) مخدرها (۲۵/۰) (ص ۱۴۳) ب) احترام به ارزش ها و قوانین (۲۵/۰) (ص ۱۵۰) ج) وابستگی جسمانی (۲۵/۰) (ص ۱۴۰) د) اختلالات مصرف (۲۵/۰) (ص ۱۴۲)		۱۴
۱	الف) علم ارگونومی یا مهندسی عوامل انسانی برای پیشگیری از بروز اختلالات اسکلتی-عضلانی که ناشی از عدم تناسب توانمندی های انسان و نوع کاری است که او انجام می دهد، به یاری انسان می آید. (۵/۰) (ص ۱۶۲) ب) به سلامت افراد(۲۵/۰) و افزایش بهره‌وری نیروی کار می انجامد.(۲۵/۰) (ص ۱۶۲)		۱۵
۰/۵	برای برداشتن اشیای سنگین از روی زمین لازم است پاها را صاف بر روی زمین بگذاریم و تا حد ممکن نزدیک جسم بایستیم(۲۵/۰) سپس زانوها را خم کرده و بدن را در وضعیت زانو زدن قرار دهیم و جسم را نزدیک به خودمان بگیریم و از زمین بلند کنیم (۲۵/۰). (ص ۱۵۸)		۱۶
۱	الف) سطح ۲(۲۵/۰) (ص ۱۷۰) ب) برای چند دقیقه اتاق را ترک کنید(۲۵/۰) (ص ۱۷۵) ج) خفگی(۲۵/۰) (ص ۱۷۶) د) سرد کردن آتش (۲۵/۰) (ص ۱۷۶)		۱۷
۰/۲۵	شکل ۱		۱۸
۲۰	جمع نمره		