

بسمه تعالی

ساعت شروع: ۱۶ به افق تهران	رشته: کلیه رشته‌ها	تاریخ آزمون: ۱۴۰۲/۱۰/۱۷	پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه
مدت آزمون: ۹۰ دقیقه	سؤالات آزمون نهایی درس: سلامت و بهداشت	تعداد صفحه: ۴	نام و نام خانوادگی:
مرکز ارزشیابی و تضمین کیفیت نظام آموزش و پرورش http://aee.medu.gov.ir	دانش آموزان روزانه، بزرگسال و داوطلبان آزاد خارج کشور در نوبت دی ماه سال ۱۴۰۲		

ردیف	سؤالات (پاسخ نامه دارد)	نمره
------	-------------------------	------

۸	جدول زیر در رابطه با راه‌های انتقال بیماری‌های واگیر است. هریک از موارد ستون «الف» با یکی از موارد ستون «ب» ارتباط بیشتری دارد. شماره آنها را پیدا کنید و در برگه پاسخ بنویسید. (یک مورد در ستون «ب» اضافه است)	۱												
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>"ستون الف"</th> <th>"ستون ب"</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>الف) اسهال خونی</td> <td>۱) دستگاه تنفس</td> </tr> <tr> <td>ب) کرونا</td> <td>۲) پوست</td> </tr> <tr> <td>ج) پدیدکلوژیس</td> <td>۳) خون و ترشحات بدن</td> </tr> <tr> <td>د) سوزاک</td> <td>۴) دستگاه گوارش</td> </tr> <tr> <td></td> <td>۵) دستگاه تناسلی</td> </tr> </tbody> </table>	"ستون الف"	"ستون ب"	الف) اسهال خونی	۱) دستگاه تنفس	ب) کرونا	۲) پوست	ج) پدیدکلوژیس	۳) خون و ترشحات بدن	د) سوزاک	۴) دستگاه گوارش		۵) دستگاه تناسلی	
"ستون الف"	"ستون ب"													
الف) اسهال خونی	۱) دستگاه تنفس													
ب) کرونا	۲) پوست													
ج) پدیدکلوژیس	۳) خون و ترشحات بدن													
د) سوزاک	۴) دستگاه گوارش													
	۵) دستگاه تناسلی													
۹	در مورد بیماری ایدز به پرسش‌های زیر پاسخ کوتاه بدهید. الف) منظور از دوران پنجره چیست؟ (۰/۵) ب) چرا ویروس اچ آی وی نمی‌تواند از راه تماس‌های عادی منتقل شود؟ (۰/۵)	۱												
۱۰	الف) هر یک از ویژگی‌های زیر مربوط به کدام اصل مقابله با فشارهای روانی و اضطراب است؟ (۰/۷۵) ۱) حرف زدن درباره نگرانی‌های خود (۲) وقت گذراندن با دوستان (۳) جلوگیری از انتشار فشار روانی ب) هر یک از مشکلات و ناراحتی‌های زیر مربوط به کدام گروه از آثار خشم منفی است؟ (۰/۷۵) ۱) اضطراب (۲) انزوا (۳) سکنه قلبی	۱/۵												
۱۱	در مورد مصرف مواد دخانی به پرسش‌های زیر پاسخ کوتاه بدهید. الف) سه مورد از بیماری‌هایی که در اثر استفاده مشترک از قلیان از طریق دهان و دستان فرد آلوده منتقل می‌شوند را نام ببرید. (۰/۷۵) ب) هر کدام از موارد زیر، مربوط به کدام گروه از دودهای دست اول، دوم و سوم مواد دخانی است؟ (۰/۵) ۱. حدود ۹۰ درصد از نیکوتین تنباکوی دود شده از این گروه از دودها است. ۲. یک سوم بیماران تنفسی، در معرض این نوع دود قرار دارند.	۱/۲۵												
۱۲	با توجه به وابستگی به مواد و اختلالات مصرف به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. الف) وابستگی به داروها یا مواد مخدر باعث تضعیف کدام توانایی‌های فرد می‌شود؟ (۰/۵) ب) دو جنبه وابستگی را بنویسید؟ (۰/۵) ج) در شرایط وابستگی شدید روانی به اعتیاد، دو مورد از علائم عدم مصرف در فرد را بنویسید؟ (۰/۵)	۱/۵												
«ادامه سؤالات در صفحه چهارم»														

پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه	تاریخ آزمون: ۱۴۰۲/۱۰/۱۷	رشته: کلیه رشته‌ها	ساعت شروع: ۱۶ به افق تهران
نام و نام خانوادگی:	تعداد صفحه: ۴	سؤالات آزمون نهایی درس: سلامت و بهداشت	مدت آزمون: ۹۰ دقیقه
دانش آموزان روزانه، بزرگسال و داوطلبان آزاد خارج کشور در نوبت دی ماه سال ۱۴۰۲		مرکز ارزشیابی و تضمین کیفیت نظام آموزش و پرورش http://ace.medu.gov.ir	

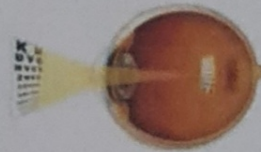
ردیف	سؤالات (پاسخ نامه دارد)	نمره
------	-------------------------	------

	<p>ه) پرتوی ( UVA / UVB ) سبب پیری زودرس و چروک پوست می شود.</p> <p>و) (آب مروارید/عقب افتادگی ذهنی/سرطان رحم) از اثرات بیماری سرخجه مادر بر نوزاد محسوب نمی شود.</p> <p>ز) (قطران/آمونیاک/مواد رادیواکتیو) حاوی عوامل سرطان زا است و باعث ایجاد پوسته ضخیم قهوه‌ای رنگ در ریه‌ها می شود.</p> <p>ح) از نشانه‌های پدیدار شدن سندروم محرومیت می توان به (اسهال/تشنج/افزایش ضربان قلب) اشاره کرد.</p>	
۴	<p>با توجه به مطالب کتاب درسی، در پرسش‌های زیر گزینه صحیح را انتخاب کرده و در برگه پاسخ بنویسید.</p> <p>الف) سوء تغذیه کدام ریزمغذی زیر به تأخیر در بلوغ می انجامد؟</p> <p>(۱) کلسیم (۲) آهن (۳) روی (۴) ید</p> <p>ب) کدامیک از موارد زیر درباره عوارض چاقی، از نظر درستی یا نادرستی با سایرین متفاوت است؟</p> <p>(۱) دیابت نوع ۱ (۲) صافی کف پا (۳) التهاب مزمن (۴) التهاب کبد</p> <p>ج) کدامیک درباره نوعی چربی که در تمام سلول‌های بدن وجود دارد، درست است؟</p> <p>(۱) سطح آن با بروزبیماری‌های قلبی - عروقی ارتباط عکس دارد.</p> <p>(۲) بیشتر در کبد ساخته می شود.</p> <p>(۳) بخشی از آن اکسید شده و در جدار شریان‌ها رسوب می کند.</p> <p>(۴) رابطه عکس با سطح HDL خون دارد.</p> <p>د) کدامیک از عوارض چاقی زنان در دوران بارداری نیست؟</p> <p>(۱) فشار خون بالا - وزن زیاد نوزاد (۲) دیابت دوران بارداری - سزارین</p> <p>(۳) خطر سقط جنین - احتمال ناباروری (۴) دیابت نوع دو - نامنظمی قاعدگی</p> <p>ه) کدامیک از موارد زیر، جزء مواد اعتیادآور طبیعی نیست؟</p> <p>(۱) کراک - کافئین (۲) کوکائین - گراس (۳) هروئین - ششیش (۴) تریاک - کافئین</p>	۱/۲۵
۵	<p>دو اصل از اصول سه‌گانه تغذیه سالم را نام ببرید؟</p>	۰/۵
۶	<p>در مورد بهداشت و ایمنی مواد غذایی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. (۱)</p> <p>الف - هر کدام از موارد زیر، مربوط به کدام یک از اصول بهداشتی جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی است؟</p> <p>(a) نداشتن زیورآلات (b) مبارزه با حشرات و جوندگان ناقل بیماری</p> <p>(c) تهیه آب سالم و کافی (d) قرار گرفتن تمام قسمت‌های غذا در دمای حداقل ۷۰ درجه سانتی گراد.</p> <p>ب - دو گروه از عوامل ایجادکننده بیماری‌های غذازا را نام ببرید؟ (۰/۵)</p>	۱/۵
۷	<p>هر یک از موارد زیر، نشانه کدام بیماری است؟</p> <p>الف) از دست دادن تکلم (ب) احساس سوزش در انگشتان دست و پا</p>	۰/۵
«ادامه سؤالات در صفحه سوم»		

بسمه تعالی

ساعت شروع: ۱۶ به افق تهران	رشته: کلیه رشته‌ها	تاریخ آزمون: ۱۴۰۲/۱۰/۱۷	پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه
مدت آزمون: ۹۰ دقیقه	سؤالات آزمون نهایی درس: سلامت و بهداشت	تعداد صفحه: ۴	نام و نام خانوادگی:
مرکز ارزشیابی و تضمین کیفیت نظام آموزش و پرورش http://aee.medu.gov.ir	دانش آموزان روزانه، بزرگسال و داوطلبان آزاد خارج کشور در نوبت دی ماه سال ۱۴۰۲		

ردیف	سؤالات (پاسخ نامه دارد)	نمره
۱	<p>درستی یا نادرستی هر یک از عبارات‌های زیر را بر اساس مطالب کتاب درسی، بدون ذکر دلیل مشخص کنید.</p> <p>الف) دانشمندان طب سنتی، سلامت را در تعادل بین مزاج چهارگانه دانسته‌اند.</p> <p>ب) مهم‌ترین بیماری‌های مزمن در جهان، با سبک زندگی ارتباط مستقیم دارند.</p> <p>ج) تجمع چربی اضافی در ناحیه شکم خطرناک‌تر از ناحیه ران است.</p> <p>د) بیشترین علل مرگ و میر در ایران مربوط به بیماری‌های واگیر است.</p> <p>ه) قانون نصف میزان حداکثر، جزء توصیه‌های مربوط به کار با رایانه است.</p> <p>و) در فرهنگ ایرانی - اسلامی و با بنا نهادن آموزه‌های اسلامی به جوانان سفارش می‌شود که ازدواج را با تفکر و تأخیر در برنامه خود قرار دهند.</p> <p>ز) آراستگی یکی از راهکارهای بهبود عزت نفس به شمار می‌رود.</p> <p>ح) افزایش ضربان قلب و اختلال در تکلم از اثرات الکل بر عملکردهای سیستم اعصاب مرکزی است</p>	۲
۲	<p>در عبارات زیر، جاهای خالی را بر اساس مطالب کتاب درسی با کلمات مناسب کامل کنید.</p> <p>الف) مدیریت هیجان، آرامش و شناخت خود، از اصول سلامت ..... است.</p> <p>ب) ۶۵ تا ۸۵ درصد از رفتارهایی که به سلامت ما منجر می‌شود، محصول ..... است.</p> <p>ج) بر اساس قانون ..... اگر میزان کالری دریافتی برابر با میزان کالری مصرفی باشد، وزن بدن، بدون تغییر و ثابت می‌ماند.</p> <p>د) به حالتی که در اثر رسوب تدریجی کلسترول و سایر چربی‌ها در دیواره شریان‌های کرونر ایجاد شده و خون کافی به عضله قلب نمی‌رسد، ..... می‌گویند.</p> <p>ه) یکی از اصول بهداشت خواب این است که ۱ تا ۲ ساعت قبل از خواب، از نوشیدن مایعات ..... مثل قهوه، چای و نوشابه پرهیز کنیم.</p> <p>و) یکی از نشانه‌های ..... در همسران، صحبت با یکدیگر در مورد فرزندآوری است.</p> <p>ز) ..... باعث شکل‌گیری شخصیت درونی محکم و استوار در فرد می‌شود.</p> <p>ح) با مصرف طولانی مدت الکل، کبد چرب سبب از دست رفتن کار طبیعی کبد شده و با ادامه مصرف الکل، مرحله دیگری از تخریب کبد آغاز می‌شود که به آن ..... گفته می‌شود.</p>	۲
۳	<p>از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.</p> <p>الف) (فیبرها/پروتئین‌ها/ویتامین‌ها) با جلوگیری از یبوست، نقش مؤثری در سلامت دارند.</p> <p>ب) بر اساس شاخص توده بدنی، افرادی با BMI محدوده (۲۹/۹ - ۲۵)، در وضعیت بدنی (معمولی/اضافه وزن/چاقی درجه یک) می‌باشند.</p> <p>ج) تنگی نفس شبانه از علائم (دیابت نوع دو/ سکته قلبی/ فشار خون بالا) است.</p> <p>د) شکل زیر مربوط به کدام عیب انکساری چشم است؟ ( دوربینی/ نزدیک بینی/ آستیگمات)</p>	۲



« ادامه سؤالات در صفحه دوم »

## بسمه تعالی

ساعات شروع: ۱۶ به افق تهران		رشته: کلیه رشته‌ها		تاریخ آزمون: ۱۴۰۲/۱۰/۱۷		پایه دوازدهم دوره دوم متوسطه	
مدت آزمون: ۹۰ دقیقه		سوالات آزمون نهایی درس: سلامت و بهداشت		تعداد صفحه: ۴		نام و نام خانوادگی:	
مرکز ارزشیابی و تضمین کیفیت نظام آموزش و پرورش http://aee.medu.gov.ir		دانش آموزان روزانه، بزرگسال و داوطلبان آزاد خارج کشور در نوبت دی ماه سال ۱۴۰۲					
ردیف	سوالات (پاسخ نامه دارد)						
۱۳	<p>با در نظر داشتن الگوی صحیح وضعیت بدن در بلند کردن و حمل بار سنگین از روی زمین، چهار گام تصویر زیر را به ترتیب بیان کنید.</p> <p style="text-align: center;">4                      3                      2                      1</p>						
۱۴	<p>با توجه به دانشی که از کتاب درسی آموخته‌اید به پرسش‌های مهارتی زیر پاسخ دهید.</p> <p>الف) بایدها و نبایدهای لازم برای تمیز کردن کف آشپزخانه یا راهرو، را بنویسید. (۰/۵)</p> <p>ب) دو مورد از علائم ناشی از مسمومیت با مواد شیمیایی را بنویسید؟ (۰/۵)</p>						
۱۵	<p>با توجه به اصل ۱ ارگونومی، برای کار کردن طولانی مدت در حالت نشسته، چگونه می‌توان از وارد آمدن فشار زیاد بر ستون فقرات، جلوگیری کرد؟</p>						
۱۶	<p>علی در خانه‌تکانی نوروز ۱۴۰۳ با مادر جلسه گذاشته و سوالات ذیل را مطرح نموده و جواب آن را برای آگاهی مادر خود در نظافت و خانه‌تکانی، پیگیری می‌کند. پاسخ شما می‌تواند به او کمک نماید.</p> <p>الف) خطر چیست؟ (۰/۵)</p> <p>ب) به جای مواد سفیدکننده قوی از چه پاک‌کننده‌ای استفاده شود؟ (۰/۲۵)</p> <p>ج) چرا نباید جوهر نمک و وایتکس را ترکیب کرد؟ (۰/۵)</p> <p>د) در صورت پوسیدگی برچسب روی ظروف مواد شیمیایی چه باید کرد؟ (۰/۲۵)</p>						
۲۰	<p>جمع نمرات « شاد و تندرست باشید »</p>						