

نام و نام خانوادگی:		نام آزمودن: پایان نوبت اول
نام درس: سلامت و بهداشت		زمان: ۹۰ دقیقه
پایه تحصیلی: دوازدهم ریاضی / تجربی / انسانی		مؤسسه علمی آموزشی علوی
تاریخ برگزاری آزمون: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹		
پایه تحصیلی: دوازدهم		رَدیف
الف) نادرست (درس اول - صفحه ۹) (متوسط)		ب) درست (درس دوم - صفحه ۱۲) (آسان)
ج) نادرست (درس سوم - صفحه ۲۰ و ۲۱) (دشوار)		د) نادرست (درس چهارم - صفحه ۳۴) (متوسط)
هـ) درست (درس ششم - صفحه ۷) (آسان)		و) نادرست (درس هفتم - صفحه ۷۳) (دشوار)
ز) نادرست (درس هشتم - صفحه ۸۱) (متوسط)		ح) درست (درس نهم - صفحه ۱۰۱) (آسان)
(هر مورد ۲۵/۰ نمره)		
الف) معنوی (درس اول - صفحه ۴) (متوسط)		ب) خود مراقبتی (درس دوم - صفحه ۱۵) (متوسط)
ج) گروهی (دراساتها) (درس سوم - صفحه ۲۰) (دشوار)		د) ۷۰۰ (درس چهارم - صفحه ۳۹) (متوسط)
هـ) پو (درس پنجم - صفحه ۴۳) (متوسط)		و) جریبی (درس ششم - صفحه ۵۶) (آسان)
ز) چشم (درس هشتم - صفحه ۸) (آسان)		ح) سه ماه (درس نهم - صفحه ۱۰۹) (دشوار)
(هر مورد ۲۵/۰ نمره)		
الف) معنوی (درس اول - صفحه ۹) (متوسط)		ب) پیچیده (درس سوم - صفحه ۲۰) (متوسط)
ج) مردان (درس چهارم - صفحه ۳۴) (آسان)		د) بیولوژیکی (درس پنجم - صفحه ۴۳) (دشوار)
هـ) ۵۰ سال (درس ششم - صفحه ۵۵) (دشوار)		و) متفی (درس هفتم - صفحه ۷۳) (آسان)
ز) ندارد (درس هشتم - صفحه ۸۸) (متوسط)		ح) متفی (درس نهم - صفحه ۱۰۷) (آسان)
(هر مورد ۲۵/۰ نمره)		
الف) گزیده «۴» - (درس اول - صفحه ۹) (متوسط)		ب) گزیده «۱» - (درس سوم - صفحه ۲۲) (متوسط)
ج) گزیده «۴» - (درس چهارم - صفحه ۳۴) (دشوار)		د) گزیده «۲» - (درس پنجم - صفحه ۴۳) (متوسط)
هـ) گزیده «۳» - (درس ششم - صفحه ۵۹) (متوسط)		و) گزیده «۳» - (درس هشتم - صفحه ۸۸) (آسان)
(هر مورد ۲۵/۰ نمره)		
الف ← ۳ ب ← ۴ ج ← ۶ د ← ۲		
(هر مورد ۲۵/۰ نمره) (درس سوم - صفحه ۲۰ و ۲۱) (متوسط)		
سازمان بهداشت جهانی سلامت را بر خورداری از تأمین رفاه جسمی، روانی و اجتماعی (۲۵/۰ نمره) و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو می داند. (۲۵/۰ نمره) (درس اول - صفحه ۳) (آسان)		
از جمله گامهای برنامه ریزی برای خود مراقبتی می توان به این موارد اشاره داشت: ۱- هدف خود را تعیین کنیم (۲۵/۰ نمره) و ۲- برای شروع، گامهای کوچک برداریم (۲۵/۰ نمره). توضیح: به سایر موارد نام برده شده در صفحات ۱۵ و ۱۶ نیز نمره داده شود. (درس دوم - صفحه ۱۵) (آسان)		
الف) کمبود کلسیم ب) کمبود ید ج) فقر آهن د) کمبود روی		
(درس سوم - صفحه ۳۰) (متوسط)		
الف) به دو عامل تغذیه (۲۵/۰ نمره) و فعالیت بدنی (۲۵/۰ نمره) بستگی دارد.		
ب) در صورتی که مقدار کالری دریافتی و مصرفی با هم برابر باشند. (۵/۰ نمره)		
(درس چهارم - صفحه ۳۸ و ۳۹) (متوسط)		
الف) عوامل شیمیایی ب) عوامل بیولوژیکی ج) عوامل فیزیکی (هر مورد ۲۵/۰ نمره) (درس پنجم - صفحه ۴۳ و ۴۴) (دشوار)		
بیماری عروق کرونر قلب (۲۵/۰ نمره) (درس ششم - صفحه ۵۱) (متوسط)		
علائم هشدار دهنده سرطان عبارتند از: تغییر در رنگ و یا اندازه خالهای پوستی، زخمهای بدون بهبود، پیدایش توده در هر جای بدن، سرفه یا گرفتگی طولانی مدت صدا، اختلال در بلع یا سوء هاضمه، استفراغ یا سرفه خونی، اسهال یا یبوست، خونریزی غیر طبیعی در ادرار، مدفوع و خونریزی غیر طبیعی از واژن و نوک سینه، بی اشتها یا کاهش وزن بی دلیل. (سه مورد از این موارد نوشته شده باشد و برای هر کدام ۲۵/۰ نمره در نظر گرفته شود). (درس ششم - صفحه ۶۳) (آسان)		

نام و نام خانوادگی:		نام آزمودن: پایان نوبت اول
نام درس: سلامت و بهداشت		زمان: ۹۰ دقیقه
پایه تحصیلی: دوازدهم ریاضی / تجربی / انسانی		مؤسسه علمی آموزشی علوی
تاریخ برگزاری آزمون: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹		
ردیف		پایهنامه سلامت و بهداشت پایه دوازدهم
۱۳	الف) فشار خون بالا (۲۵/۰ نمره) ب) زیر علامتی ندارد (۲۵/۰ نمره) ج) برای پیشگیری و کنترل فشار خون بالا باید به عواملی همچون عدم مصرف دخانیات و الکل، عدم مصرف غذاهای چرب و پر نمک، کنترل وزن در حد مطلوب، فعالیت بدنی کافی و منظم، داشتن رژیم غذایی همراه با مصرف میوه و سبزی به مقدار کافی، کنترل خشم و مدیریت استرس توجه داشت. (دو مورد ذکر شده باشد هر مورد ۲۵/۰ نمره) (درس ششم - صفحه ۵۴ و ۵۵) (متوسط)	
۱۴	الف) مملوگرافی ج) آزمایش خون ب) آزمایش خون مخفی در مدفوع یا کولونوسکوپی د) تست ویروس پاپیلوم انسانی یا پاپ اسمیر (هر مورد ۲۵/۰ نمره) (درس ششم - صفحه ۶۲) (دشوار)	
۱۵	در صورت ابتلای یکی از اعضای خانواده یا نزدیکان به بیماری هپاتیت B، برای جلوگیری از انتقال بیماری به دیگر اعضا رعایت نکات زیر ضروری است: آزمایش خون اعضا یا نزدیکان و اطمینان از عدم ابتلای آنها به بیماری - تزریق واکسن - استفاده نکردن از وسایل مشترک با بیمار - عدم تماس با مایعات و خون بیمار - عدم تماس با پوست بریده یا زخم شده بیمار - استفاده نکردن از وسایل تیز و برنده مثل تیغ و ناخن گیر و ... متعلق به شخص بیمار. (چهار مورد از این موارد نوشته شده باشد و برای هر کدام ۲۵/۰ نمره در نظر گرفته شود). (درس هفتم - صفحه ۷۱ و ۷۲) (آسان)	
۱۶	از آنجا که ویروس ایچ‌آی‌وی تنها در گلبول‌های سفید قادر به ادامه حیات است و گلبول سفید هم فقط در خون و ترشحات جنسی وجود دارد، لذا ویروس ایچ‌آی‌وی از طریق تماس‌های عادی ذیل منتقل نمی‌شود: - کار کردن با یکدیگر و زندگی دسته‌جمعی، هم‌صحبت شدن و معاشرتهای اجتماعی یا تماس روزمره با مبتلا؛ شامل هم‌سفر شدن، هم‌کلاس بودن و نشستن در کنار یکدیگر؛ - از روابط عادی اجتماعی مثل سوار شدن در اتوبوس و تاکسی و استفاده از تلفن‌های عمومی؛ غذاخوردن، آشپختن و یا استفاده از قاشق و چنگال، لیوان و وسایل و ظروف غذاخوری؛ - اشک و بزاق و از راه هوا (عطسه و سرفه)؛ - استفاده از سرویس‌های بهداشتی مشترک مثل حمام، توالت و استخرهای مشترک؛ - توسط حیوانات، حشرات (پشه) و یا تیش آنها. (چهار مورد از این موارد نوشته شده باشد و برای هر کدام ۲۵/۰ نمره در نظر گرفته شود). (درس هفتم - صفحه ۷۵) (آسان)	
۱۷	الف) از طریق پوست و مو ب) از طریق دستگاه تناسلی (هر مورد ۲۵/۰ نمره) (درس هفتم - صفحه ۶۹ و ۷۰) (متوسط)	
۱۸	یعنی اگر دامنه صدا از ۱ تا ۱۰ است (۵/۰ نمره) حداکثر صدا روی عدد ۵ تنظیم شود. (۵/۰ نمره) (درس هشتم - صفحه ۸۷) (متوسط)	
۱۹	الف) ۱ تا ۲ ساعت قبل از خواب (۲۵/۰ نمره) ب) ۱۵ الی ۳۰ دقیقه (۲۵/۰ نمره) (درس هشتم - صفحه ۹۵) (متوسط)	
۲۰	فاصله طولانی (پیش از ۳ سال) (۲۵/۰ نمره) بین بارداری‌ها به دلیل اثرات نامطلوب روان‌شناسی و تربیتی بر فرزندان (۲۵/۰ نمره) و افزایش خطر ناباروری ثانویه (۲۵/۰ نمره) توصیه نمی‌شود. (درس نهم - صفحه ۱۱۰) (متوسط)	