



مشاوره تحصیلی هیوا

تخصصی ترین سایت مشاوره کشور

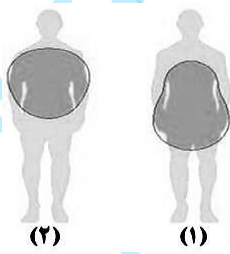
تماس با مشاوران ما، با شماره گیری

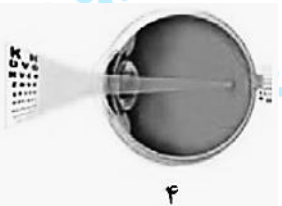
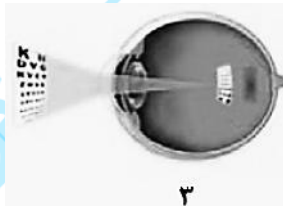
۹۰۹۹۰۷۵۳۰۵

از طریق تلفن ثابت

سوالات آزمون هماهنگ کشوری درس: سلامت و بهداشت		پایه: دوازدهم	رشته: همه رشته‌ها	تاریخ آزمون: ۱۴۰۵/۰۶/۲۴
تعداد صفحه: ۴		مدت آزمون: ۹۰ دقیقه	ساعت شروع: ۷:۳۰ به وقت تهران	نام و نام خانوادگی:
دانش آموزان روزانه، بزرگسالان، آموزش از راه دور، ایثارگران و داوطلبان آزاد (صبح داخل و خارج از کشور) - شهریور ۱۴۰۵		مرکز ارزشیابی و تضمین کیفیت نظام آموزش و پرورش Azmoon.medu.ir		
ردیف	سوالات (پاسخ برگ دارد)			
نمره				
۱	درستی یا نادرستی هر یک از عبارات‌های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید. (الف) خواب راحت و منظم، نشانه‌ای از قابل درک ترین بعد سلامت است. (ب) برای داشتن تغذیه سالم و بهداشتی، گوشت‌ها را باید به طور کاملاً پخته یا نیم‌پز مصرف نمود. (پ) لازم است قبل از مصرف انواع شیرهای استرلیزه و پاستوریزه، آنها را به مدت ۲۰ دقیقه جوشانند. (ت) معمولاً زمانی که زوجین تمایل به بارداری دارند نیاز به رژیم غذایی خاصی ندارند. (ث) استفاده از قلیان فقط برای فرد مصرف کننده خطرناک است. (ج) سیر اختلالات مصرف مواد مخدر معمولاً به سمت وابستگی حرکت می‌کند. (چ) بر اساس علم ارگونومی، توصیه می‌شود هنگام کار با گوشی از یک دست استفاده کنیم. (ح) گرما و دود حاصل از آتش‌سوزی می‌تواند به مراتب از شعله‌های آن خطرناک‌تر باشد.			
۲	از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید. (الف) معاشرت با دوستان و خویشاوندان، مربوط به خودمراقبتی (معنوی / روانی / اجتماعی) است. (ب) مطابق با هرم غذایی، میزان مصرف روزانه میوه‌ها نسبت به شیر و فراورده‌ها باید (کمتر / بیشتر / برابر) باشد. (پ) افزایش میزان (HDL / تری‌گلیسیرید / LDL) در خون، خطر بروز بیماری‌های قلبی - عروقی را کاهش می‌دهد. (ت) روش انتقال بیماری تبخال تناسلی مشابه بیماری (هپاتیت / سوزاک / ایدز) است. (ث) آراستگی از راهکارهای بهبود (خودآگاهی / تاب‌آوری / عزت نفس) است. (ج) یکی از مواد سمی موجود در سیگار (آرسنیک / آمونیاک / نیکوتین) است که در بروز سرطان لب نیز نقش دارد. (چ) در اجرای آزمون دیوار، اگر فضای کمی بین کمر فرد و دیوار باشد، احتمالاً قوس کمری (کاهش / افزایش) یافته است. (ح) برای خاموش کردن آتش‌سوزی کابل‌های برق، بهترین وسیله می‌تواند استفاده از (آب / نمک / گاز دی‌اکسیدکربن) باشد.			
۳	در هر یک از عبارات‌های زیر، جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید. (الف) بلوغ زودرس، یکی از مشکلات ناشی از عوارض چاقی است. (ب) در صورت فساد ماده غذایی، علاوه بر تغییرات در رنگ، بو و طعم، آن از بین می‌رود یا کاهش می‌یابد. (پ) به نرسیدن خون کافی به عضله قلب، در اثر تنگ‌تر شدن دیواره داخلی شریان‌های کرونر، قلب می‌گویند. (ت) جوش غرور جوانی یک اختلال پوستی شایع است که در آن غده‌های چربی پوستی و ملتهب می‌شوند. (ث) اولین شرط لازم برای ازدواج، بلوغ زن و مرد است. (ج) در مقابله با فشار روانی، بازگو کردن اضطراب و حرف زدن درباره نگرانی‌های خود، مربوط به اصل است. (چ) از بارزترین آثار فوری مصرف الکل می‌توان به اختلال در سیستم اعصاب اشاره کرد. (ح) نورپردازی منزل به صورت سایه روشن از عواملی است که به سقوط مربوط هستند.			
۴	در رابطه با سلامت، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. (الف) هنگام سخن گفتن از بهداشت، علاوه بر درمان، چه موضوع دیگری مورد توجه قرار می‌گیرد؟ (ب) مهم‌ترین بیماری‌های مزمن شناخته شده در جهان، با کدام یک از عوامل موثر بر سلامت ارتباط مستقیم دارند؟			
۵	در مورد برنامه غذایی سالم به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. (الف) منبع اصلی تامین کننده انرژی بدن در ایران، جزء کربوهیدرات‌های ساده است یا پیچیده؟ (ب) کدام گروه از مواد مغذی برای ترمیم و حفظ بافت‌های عضلانی بدن لازم است؟ (پ) «مصرف مقادیر کافی از مواد مغذی مورد نیاز برای حفظ سلامت بدن» به کدام یک از اصول تغذیه سالم اشاره دارد؟			

سؤالات آزمون هماهنگ کشوری درس: سلامت و بهداشت		پایه: دوازدهم	رشته: همه رشته ها	تاریخ آزمون: ۱۴۰۵/۰۶/۲۴
تعداد صفحه: ۴	مدت آزمون: ۹۰ دقیقه	ساعت شروع: ۷:۳۰ به وقت تهران		نام و نام خانوادگی:
دانش آموزان روزانه، بزرگسالان، آموزش از راه دور، ایثارگران و داوطلبان آزاد (صبح داخل و خارج از کشور) - شهریور ۱۴۰۵				
ردیف		سؤالات (پاسخ برگ دارد)		
		نمره		

۶	جدول زیر مربوط به مواد معدنی و ریزمغذی ها است. هر یک از موارد «ستون اول» با کدام شماره در «ستون دوم» ارتباط بیشتری دارد. (در «ستون دوم» یک مورد اضافی است).	۱												
	<table><tr><th>«ستون اول»</th><th>«ستون دوم»</th></tr><tr><td>الف) گیاهان سواحل دریا و جلبک دریایی</td><td>۱- روی</td></tr><tr><td>ب) سبزی های سبز تیره و زرد تیره</td><td>۲- کلسیم</td></tr><tr><td>پ) روغن کبد ماهی</td><td>۳- سدیم</td></tr><tr><td>ت) حفظ تعادل مایعات</td><td>۴- ید</td></tr><tr><td></td><td>۵- ویتامین د</td></tr></table>	«ستون اول»	«ستون دوم»	الف) گیاهان سواحل دریا و جلبک دریایی	۱- روی	ب) سبزی های سبز تیره و زرد تیره	۲- کلسیم	پ) روغن کبد ماهی	۳- سدیم	ت) حفظ تعادل مایعات	۴- ید		۵- ویتامین د	
«ستون اول»	«ستون دوم»													
الف) گیاهان سواحل دریا و جلبک دریایی	۱- روی													
ب) سبزی های سبز تیره و زرد تیره	۲- کلسیم													
پ) روغن کبد ماهی	۳- سدیم													
ت) حفظ تعادل مایعات	۴- ید													
	۵- ویتامین د													
۷	با توجه به شکل مقابل که مربوط به الگوهای چاقی است، به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) کدام شماره در بین مردان شایع تر است؟ ب) فرد مبتلا به چاقی در کدام شماره، بهتر است هرچه سریع تر برای کاهش وزن خود اقدام کند؟	۰/۵												
	 (۲) (۱)													
۸	درباره کنترل وزن و تناسب اندام به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) شاخص توده بدنی (BMI) فردی ۳۶ است. درجه چاقی این فرد را مشخص کنید. ب) کاهش سریع وزن چه تأثیری بر فشار خون فرد دارد؟ پ) برای کاهش وزن، ضمن پیروی از یک برنامه پیوسته و پایدار، چه اصل دیگری باید رعایت شود؟	۰/۷۵												
۹	حشره کش ها که سبب آلودگی مواد غذایی می شوند: الف) جزء کدام دسته از عوامل ایجاد فساد در مواد غذایی هستند؟ ب) سبب بروز کدام دسته از بیماری های ناشی از غذا می شوند؟	۰/۵												
۱۰	هر گروه از علائم زیر با کدام بیماری غیرواگیر داخل پراتنز ارتباط دارد؟ (یک مورد از بیماری ها اضافی است.) (سکته قلبی - سکته مغزی - دیابت - سرطان - فشار خون بالا) الف) تنگی نفس شبانه و اختلال دید ب) افتادگی یک طرف صورت و از دست دادن تکلم پ) زخم های بدون بهبود و بی اشتها و کاهش وزن بی دلیل ت) عفونت های مکرر و تاخیر در بهبود زخم ها	۱												
۱۱	در مورد بیماری های غیرواگیر به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) فشار خون اولیه معمولاً چه زمانی علامت دار می شود؟ (۰/۵) ب) دست اندازی به نقاط دیگر بدن از ویژگی های کدام نوع تومور است؟ (۰/۲۵) پ) در کدام نوع دیابت، لوزالمعده (پانکراس) قادر به تولید انسولین کافی نیست؟ (۰/۲۵)	۱												
۱۲	در ارتباط با بیماری هپاتیت به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) کدام یک از انواع هپاتیت A یا B، شایع تر است؟ ب) مزمن شدن بیماری هپاتیت در افراد، موجب درگیری شدید کدام اندام بدن می شود؟	۰/۵												

سوالات آزمون هماهنگ کشوری درس: سلامت و بهداشت		پایه: دوازدهم	رشته: همه رشته ها	تاریخ آزمون: ۱۴۰۵/۰۶/۲۴
تعداد صفحه: ۴		مدت آزمون: ۹۰ دقیقه	ساعت شروع: ۷:۳۰ به وقت تهران	نام و نام خانوادگی:
دانش آموزان روزانه، بزرگسالان، آموزش از راه دور، ایثارگران و داوطلبان آزاد (صبح داخل و خارج از کشور) - شهریور ۱۴۰۵		مرکز ارزشیابی و تضمین کیفیت نظام آموزش و پرورش Azmoon.medu.ir		
ردیف	سوالات (پاسخ برگ دارد)			
نمره				
۱۳	آزمایش HIV پدر سارا به علت اشتغال در محیط آلوده، مثبت شده است. کدام موارد زیر موجب انتقال ویروس از او به سایر اعضای خانواده نمی شوند؟ (۱) اشک و بزاق و از راه هوا (عطسه و سرفه) (۲) استفاده از وسایل خالکوبی مشترک (۳) استفاده از سرویس های بهداشتی مشترک			
۱۴	بر اساس متن زیر و مطابق با کتاب درسی به پرسش های زیر پاسخ دهید. فرض کنید شما پزشک هستید و جوانی با التهاب و حساسیت در گوش خارجی، نوعی عیب انکساری چشم که در آن اشیای نزدیک تار دیده می شوند و همچنین تنفس بد بوی صبحگاهی، به شما مراجعه کرده است. ۱ ۲ الف) معمولاً به چه دلایلی فرد به مورد شماره «۱» مبتلا می شود؟ (دو مورد) (۰/۵) ب) برای مشکل شماره «۲» یک علت بنویسید. (۰/۵) پ) کدام یک از تصاویر زیر عیب انکساری این فرد را به درستی نشان می دهد؟ (ذکر شماره الزامی است) (۰/۲۵)  ۳ ۴			
۱۵	چرا خواب کافی و مطلوب به رشد و تکامل فرد به ویژه در دوران کودکی و نوجوانی کمک می کند؟			
۱۶	در رابطه با بهداشت از دواج و فرزندآوری به پرسش های زیر پاسخ دهید. الف) تأخیر در فرزندآوری، تشخیص به موقع کدام نوع ناباروری (اولیه یا ثانویه) را با مشکل مواجه می کند؟ ب) چند ماه قبل از حاملگی، مواد غذایی مانند لوبیا چیتی و کلم بروکلی باید به شکل روزانه مصرف شوند؟			
۱۷	هر یک از عبارات های زیر مربوط به کدام یک از شایع ترین اختلالات روانی - رفتاری در دوره نوجوانی است؟ الف) کم خونی و برخی از مشکلات تغذیه ای مانند کمبود ویتامین های B ممکن است نوجوان را در معرض آن قرار دهد. ب) احقاق حق در روابط بین فردی، گروهی و اجتماعی از آثار مثبت آن است. پ) به فرد کمک می کند با بسیج کردن نیروی دفاعی بدن، خود را از خطر حفظ کند. ت) در صورت ناسالم بودن آن، موجب از کار افتادن قدرت تفکر یا احساس درماندگی در فرد می شود.			
۱۸	دلیل علمی هر یک از عبارات های زیر را بنویسید. الف) بر اثر نوشیدن مشروبات الکلی، کبد چرب می شود. (۰/۷۵) ب) بهتر است کوله پشتی دارای دو بند شانه ای پهن باشد. (۰/۵)			
۱۹	برای هر یک از عبارات های زیر، یک نمونه ماده اعتیاد آور نام ببرید. الف) ماده طبیعی که فرد را به طور کاذب به هیجان می آورد. ب) ماده مصنوعی که موجب می شود فرد چیزهایی را ببیند که وجود خارجی ندارد. پ) ماده طبیعی که خاصیت بی حسی و بی دردی ایجاد می کند.			

سؤالات آزمون هماهنگ کشوری درس: سلامت و بهداشت		پایه: دوازدهم	رشته: همه رشته‌ها	تاریخ آزمون: ۱۴۰۵/۰۶/۲۴
تعداد صفحه: ۴		مدت آزمون: ۹۰ دقیقه	ساعت شروع: ۷:۳۰ به وقت تهران	
نام و نام خانوادگی:		مرکز ارزشیابی و تضمین کیفیت نظام آموزش و پرورش Azmoon.medu.ir		
ردیف		سؤالات (پاسخ برگ دارد)		
نمره				
۲۰	هر کدام از موارد زیر، مربوط به کدام جنبه وابستگی به مواد اعتیاد آور است؟ الف) وسوسه فرد برای مصرف مجدد مواد ب) تحمل بدن فرد نسبت به مواد مخدر			
۲۱	با توجه به شکل‌های زیر و مطابق با اصول ارگونومی، به پرسش‌ها پاسخ دهید.  (۱) (۲) (۳) الف) یک دلیل برای نادرستی شکل شماره (۱) بنویسید. ب) در کدام یک از شکل‌های (۲) یا (۳) وضعیت بدنی فرد در حالت خنثی قرار دارد؟			
۲۲	در رابطه با پیشگیری از حوادث خانگی، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید. الف) بر اساس شواهد، حوادث خانگی بیشتر برای دختران رخ می‌دهد یا پسران؟ ب) علائم اولیه مسمومیت با کدام ماده، شباهت بسیاری با علائم سرماخوردگی دارد؟ پ) در کدام نوع از انسداد راه تنفسی، اولین اقدام تماس با اورژانس است؟			
جمع نمره		۲۰		
موفق باشید.				
صفحه ۴ از ۴				