

نام و نام خانوادگی: پایه: دوازدهم رشته: مشترک ساعت شروع آزمون: ۱۱ صبح	به نام خداوند آرامش بخش قلبها و ذهنها	استاد: احمدخانیها آزمون: سلامت و بهداشت تاریخ: ۱۳۹۹/۱۰/۲۲ زمان: ۶۰ دقیقه تعداد صفحه: شماره صفحه: ۱
لطفاً و حتماً با نام یادها آغاز کنید.	آزمون های نوبت اول سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹	برگ پرسشها

ردیف	سؤال	بارم
۱	معنی سلامت از نظر بقراط و ابن سینا را بنویسید.	۱
۲	ابعاد سلامت را نام ببرید.	۱
۳	کدام بیماری های مزمن از نظر سازمان جهانی بهداشت با سبک زندگی ارتباط مستقیم دارند؟	۱
۴	خودمراقبتی را تعریف کنید و از مراحل برنامه ریزی آن به دو مورد اشاره کنید.	۱/۵
۵	نقش کربوهیدراتها در بدن را بنویسید و انواع آن را نام ببرید.	۱/۵
۶	سه اصل برخورداری از تغذیه سالم را (اصول تغذیه سالم) را بنویسید.	۱/۵
۷	راه های تأمین ویتامین (د) در بدن را بنویسید.	۱
۸	انواع الگوهای چاقی را نام ببرید و توضیح دهید.	۱/۵
۹	عوارض کاهش سریع وزن را نام ببرید.	۱
۱۰	شاخص توده بدنی چگونه محاسبه می شود.	۱
۱۱	عوامل ایجاد فساد غذایی را نام ببرید و از هر کدام نمونه ای ذکر کنید.	۲
۱۲	بیماری های قلبی و عروقی چه نوع بیماری می باشند و کدامیک بیشترین عامل مرگ و میر هستند؟	۲
۱۳	کلسترول چیست و انواع آن را نام ببرید.	۱/۵
۱۴	بیماری واگیردار براساس شیوه انتقال و انتشار به پنج دسته تقسیم می شوند به سه مورد آن اشاره کنید؟	۱/۵
۱۵	ایدز چیست و علائم آن کدامند؟	۱