



آموزشگاه ندای دانش

نمونه سوالات

امتحان نهایی

سلامت و بهداشت

ضلع شرقی میدان هفت حوض - کوچه فاطمه الزهرا (س) - پلاک ۱۱

۷۷۹۴۴۳۷۱-۷۷۹۴۳۷۰۴-۷۷۹۵۱۳۵۷-۷۷۹۵۱۳۵۲

www.nedaedanesh.ir



منبع:

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱ سازگاری فرد با خودش و دیگران، یکی از نشانه‌های سلامت روانی است.

در هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۲ مدیریت هیجان، آرامش و شناخت خود، از اصول سلامت هستند.

درستی یا نادرستی هریک از عبارتهای زیر را بر اساس مطالب کتاب درسی، بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۳ عوامل مؤثر بر سلامت، همیشه موجب تقویت فرد می‌شود.

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۴ باتوجه به دیدگاه اسلام، در تعریف سلامت توسط سازمان جهانی بهداشت از جنبه آن غفلت شده است.

۵ در مورد سلامت به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

الف) برای حفظ و تأمین سلامت، اولویت با پیشگیری است یا درمان؟

ب) برای هر یک از عوامل مؤثر بر سلامت ذکر شده یک مثال بنویسید.
۱- عوامل محیطی:
۲- سبک زندگی:

۶) از نشانه‌های سلامت روانی دو مورد را بنویسید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

۷) عبارت "آگاه باشید تنها یاد خدا آرامش‌بخش دل‌ها است" اشاره به کدام بعد سلامت انسان دارد؟

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

۸) قابل درک‌ترین بعد سلامت، سلامت است.

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۹) در پیشگیری، هرگونه اقدام بسیار آسان‌تر و اطمینان‌بخش‌تر از درمان است.

۱۰) هر یک از موارد زیر به کدام بعد سلامت مربوط است؟

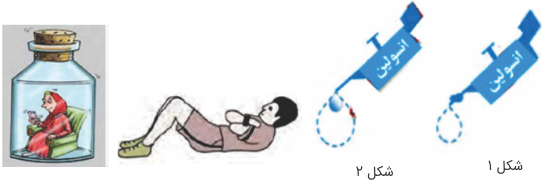
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف) امیدواری

ب) مدیریت هیجان

۱۱) دو مورد از عوامل مؤثر بر سلامت را نام ببرید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰



شکل ۲

شکل ۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

نرگس در کدامیک از ابعاد سلامت دچار اختلال است؟

الف

جدول زیر در رابطه با عوامل مؤثر بر سلامت است. هر یک از موارد ستون "الف" با یکی از موارد ستون "ب" ارتباط منطقی دارد. آن‌ها را پیدا کنید و در برگه پاسخ نامه بنویسید. (یک مورد در ستون "ب" اضافی است)

۱۳

"ستون الف"	"ستون ب"
الف) تأمین آب سالم آشامیدنی	۱- سبک زندگی
ب) رنگ پوست	۲- دسترسی به خدمات بهداشتی - درمانی
	۳- عوامل ژنتیکی و فردی

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

در هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمه مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

باتوجه به تعریف سلامت، تأمین سلامت مستلزم رعایت است.

۱۴

باتوجه به مطالب کتاب درسی، برای هر یک از موارد زیر دلیل علمی بیان کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

در کشور ما برای تأمین ید موردنیاز بدن باید از نمک یددار تصفیه شده استفاده کرد.

۱۵

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

۱۶ باتوجه به دیدگاه اسلام؛ در تعریف سازمان بهداشت جهانی از سلامت، جنبه آن غفلت شده است.

۱۷ در مورد سلامت به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

الف بنا به فرمایش حضرت علی (ع) در حکمت ۳۸۸ نهج‌البلاغه چه چیزی بالاتر از سلامت بدن است؟

ب "امکانات و تسهیلات آموزشی" جزء کدام‌یک از چهار عامل مؤثر بر سلامت است؟

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۱۸ سازمان بهداشت جهانی (WHO) سلامت را برخورداری از تأمین رفاه جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو می‌داند.

۱۹ در مورد سلامت به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

الف چرا برای حفظ و تأمین سلامت، پیشگیری بر درمان مقدم است؟

۲۰ هریک از موارد زیر به کدام بعد از ابعاد سلامت مربوط است؟

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف قضاوت نسبتاً صحیح در برخورد با مسائل:

ب ابراز مکنونات قلبی:

۲۱ عوامل مؤثر بر سلامت را نام ببرید. (دو مورد)

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

در هر یک از عبارتهای زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

۲۲ قابل درک‌ترین بعد سلامت، سلامت است.

در هر یک از عبارتهای زیر، پاسخ صحیح را از بین کلمات داخل پرانتز انتخاب کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

۲۳ تأمین سلامت افراد جامعه از وظایف اولیه (خانواده‌ها - حکومت‌ها) است.

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

۲۴ تأمین سلامت مستلزم رعایت است.

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

۲۵ در پیشگیری، زمان آموزش‌های پیشگیرانه بسیار است.

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

۲۶ کمال جویی از نشانه‌های سلامت اجتماعی است.

در هر یک از عبارت‌های زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

باتوجه به تعریف سلامت، تأمین سلامت مستلزم رعایت است.

۲۷

www.nedaedaneesh.ir



مدرسه آموزشگاه ندای دانش

پایه دوازدهم

درس سلامت و بهداشت

مبحث درس ۲

شماره آزمون

۷۷۹۵۱۳۵۲-۷۷۹۵۱۳۵۷

منبع:

۱ چرا در بین عوامل مؤثر بر سلامت، سبک زندگی بیشترین اهمیت را در سلامت افراد دارد؟

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

از میان کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

۲ هرچه از پایین هرم غذایی به سمت بالا حرکت می‌کنیم حجم گروه‌های غذایی (بیشتر/ کمتر) می‌شود.

۳ هریک از موارد زیر مربوط به کدام یک از انواع خودمراقبتی است؟

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف) وقت گذراندن با خانواده:

ب) انجام فرایض دینی:

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

۴ در بین عوامل مؤثر بر سلامت، با سهم ۵۰ درصد بیشترین تأثیر را بر سلامت افراد دارد.

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

خودمراقبتی، گام اول در حفظ سلامت خویش است.

۵

از بین کلمات داخل پرانتز، گزینه مناسب را انتخاب کنید.

۶

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

بها دادن به خود از نوع خودمراقبتی (جسمی - روانی، عاطفی) است.

الف

در مورد سلامت به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۷

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در صورتی که در اجرای برنامه خودمراقبتی دچار مشکل شویم چه باید کرد؟

الف

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت، مهم‌ترین بیماری‌های مزمن در جهان با ارتباط مستقیم دارد.

۸

در هر یک از عبارت‌های زیر، جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

انجام فرایض دینی، از نوع خود مراقبتی است.

۹

در مورد سلامت به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۱۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

کدامیک از عوامل مؤثر بر سلامت، بیشترین تأثیر را بر سلامت افراد دارد؟

الف

از مزایای "مدنظر قرار دادن موفقیت‌ها" در برنامه‌ریزی خودمراقبتی دو مورد را بنویسید.

۱۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

دو مورد از گام‌های برنامه‌ریزی برای خودمراقبتی را بنویسید.

۱۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

الف

داشتن روحیه انتقادپذیری از ویژگی‌های سلامت (روانی، عاطفی - معنوی - اجتماعی) است.

درستی یا نادرستی عبارتهای زیر را مشخص کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

۱۴

در بین عوامل مؤثر بر سلامت، سبک زندگی بیشترین تأثیر را بر سلامت افراد دارد.

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

۱۵

افراد برخوردار از درآمد و آموزش بالاتر همیشه انتخاب‌ها و رفتارهای سالم‌تری دارند.

۱۶

وقت گذراندن با خانواده مربوط به کدام‌یک از انواع مراقبتی است؟

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

۱۷

در درمان، زمان آموزش‌ها بسیار کوتاه و برای همه در هر سطح معلومات میسر است.

۱۸

برای همه افراد این امکان فراهم است که بتوانند با سبک زندگی سالم علاوه بر حفظ و ارتقای سلامت خویش، کیفیت زندگی خود را نیز ارتقا دهند.

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

کدام‌یک بیشترین تاثیر را بر سلامت افراد دارد؟ (۱) سبک زندگی (۲) عوامل ژنتیکی و فردی

فعالیت‌هایی که خود یا خانواده‌مان برای حفظ و ارتقای سلامت انجام می‌دهیم، چه نامیده می‌شوند؟



منبع:

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱ بدن برای مصرف ویتامین K به چربی نیاز دارد.

۲ در دیابت نوع یک، لوزالمعده (پانکراس) اصلاً قادر به تولید انسولین نیست.

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۳ بر اساس هرم غذایی، میزان مصرف میوه‌ها نسبت به گوشت و تخم‌مرغ (بیشتر / کمتر / برابر) است.

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۴ حذف برخی وعده‌ها به‌ویژه، از عادات‌های غذایی نادرست شایع در نوجوانان است.

۵ از اصول تغذیه سالم، "اصل تعادل" را تعریف کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

کربوهیدرات‌ها نقش مهمی در عملکرد اندام‌های درونی مانند قلب، سیستم عصبی و ماهیچه‌ها دارند.

جدول زیر در رابطه با مواد مغذی است. هریک از موارد ستون "الف" با یکی از موارد ستون "ب" ارتباط منطقی بیشتری دارد. شماره آن‌ها را پیدا کنید و در برگه پاسخ بنویسید. (یک مورد در ستون "ب" اضافه است)

ستون "الف"	ستون "ب"
الف) آب	۱) حمل اکسیژن در خون
ب) کاروتنوئید	۲) حیاتی‌ترین نیاز غذایی انسان
ج) هموگلوبین	۳) عامل تعیین‌کننده سطح کلسترول خون
د) پروتئین	۴) کربوهیدرات ذخیره‌ای در کبد و ماهیچه‌ها
هـ) چربی اشباع	۵) پیش‌ساز ویتامین آ
و) گلیکوژن	۶) پوکی استخوان
	۷) رشد، ترمیم و حفظ بافت‌های عضلانی

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

ویتامین‌های محلول در (آب - چربی) معمولاً در کبد ذخیره می‌شوند.

ماهی آب شیرین ید (کمی - زیادی) دارد.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

چربی اشباع شده در محصولات لبنی، روغن های حیوانی، گوشت و مرغ یافت می شود.

۱۰

جدول زیر در رابطه با مواد مغذی است. هریک از موارد ستون "الف" با یکی از موارد ستون "ب" ارتباط منطقی بیشتری دارد. آن ها را پیدا کنید و در برگه پاسخنامه بنویسید.

۱۱

"ستون الف"	"ستون ب"
الف) ویتامین A	(۱) صدف
ب) ید	(۲) کلسیم
ج) کنجد	(۳) میوه های نارنجی

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

۱۲

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف) افراد باید از گروه های غذایی که در بالای هرم غذایی قرار می گیرند، (کمتر - بیشتر) مصرف کنند.

الف

ب) (ج) اسیدهای چرب (اشباع - غیراشباع) در روغن زیتون وجود دارد.

ب

در مورد تغذیه سالم به پرسش های زیر پاسخ دهید.

۱۳

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

الف) دو مورد از اصول تغذیه سالم را نام ببرید.

الف

ب) از آداب صحیح خوردن و آشامیدن که در فرهنگ اسلامی بر آن ها توصیه شده است، سه مورد را بنویسید.

ب

در مورد برنامه غذایی سالم و کنترل وزن به پرسش های زیر پاسخ دهید.

۱۴

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

۱۵

در اثر کمبود هر یک از ریزمغذی‌های زیر چه بیماری ایجاد می‌شود؟ برای هر مورد نام یک بیماری را بنویسید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

الف) ید:

ب) آهن:

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

۱۶ برمصرف‌ترین ماده غذایی که در تمام فعل و انفعالات بدن نقش دارد، است.

۱۷ برای داشتن تغذیه سالم، در انتخاب و مصرف مواد غذایی به سه اصل، تعادل و تناسب توجه می‌شود.

۱۸ هریک از موارد زیر بر اثر کمبود کدام ریزمغذی ایجاد می‌شود؟

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف) پوکی استخوان

ب) کوتاهی قد در کودکان

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۱۹ بدن ما قادر به ذخیره مقدار معینی کربوهیدرات است که به صورت نشاسته در ماهیچه‌ها و کبد ذخیره می‌شود.

۲۰ برای جلوگیری از افزایش چربی خون چه توصیه‌ای می‌شود؟

- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۲۱ بر اساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن و بر خورداری از وزن مطلوب به چه عواملی بستگی دارد؟

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

براساس هرم غذایی مقدار مصرف روزانه (غلات - حبوبات) کمتر است.

۲۲

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

در بین عوامل مؤثر بر سلامت، سبک زندگی بیشترین تأثیر را بر سلامت افراد دارد.

۲۳

بدن برای انجام عملکرد مطلوب خود، نیازمند دریافت ۱۱ نوع اسیدآمینو است.

۲۴

طبق هرم مواد غذایی، حجم نان و غلات مصرفی توسط هر فرد، باید از حجم میوهها و سبزیها بیشتر باشد.

۲۵

برای داشتن تغذیه سالم، باید دریافت فیبر غذایی روزانه را کاهش داد.

۲۶

با بالا رفتن میزان تری‌گلیسرید خون، سطح HDL خون افزایش می‌یابد.

۲۷

دو نمونه از آداب صحیح خوردن و آشامیدن که در فرهنگ اسلامی بر آنها توصیه شده است را بنویسید.

۲۸

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در مورد تغذیه سالم به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۲۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف) میزان آب مصرفی افراد به چه عواملی بستگی دارد؟ دو مورد را بنویسید.

الف

ب) نیازمندی‌های تغذیه‌ای به کدامیک از اصول تغذیه سالم مربوط است؟

ب

پ) میوه‌های زرد و نارنجی منبع خوب پیش‌ساز کدام ویتامین هستند؟

پ

۳۰) هریک از بیماری‌های زیر بر اثر کمبود کدام ریزمغذی ایجاد می‌شود؟

۳۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

گواتر

الف

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۳۱ ویتامین (B / E) معمولاً در کبد ذخیره می‌شود.

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۳۲ استفاده بیش از حد برخی از مکمل‌های ویتامین می‌تواند منجر به شود.

۳۳ زمانی که یک ماده غذایی از نظر رنگ،، طعم و مزه دچار تغییراتی شود و ارزش غذایی آن از بین برود یا کاهش یابد، می‌گوییم ماده غذایی دچار فساد شده است.

۳۴ چه عواملی در میزان آب مصرفی هر فرد مؤثر است؟

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۳۵ اصل (تعادل / تنوع) یعنی مصرف مقادیر کافی از مواد مغذی موردنیاز برای حفظ سلامت بدن است.

۳۶ در مورد برنامه غذایی سالم به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف کدام ماده معدنی به حفظ استحکام استخوان‌ها کمک می‌کند؟

ب از اصول تغذیه سالم، اصل تنوع را تعریف کنید.

پ دو مورد از عادت‌های غذایی نادرست شایع در نوجوانان را بنویسید.

ت بیماری گواتر ناشی از کمبود کدام ریزمغذی است؟

هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

هر گرم پروتئین کیلوکالری انرژی تولید می‌کند.

۳۷

یکی از عادت‌های غذایی نادرست، حذف برخی وعده‌ها به‌ویژه است.

۳۸

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

قند و چربی در (بالای - پایین) هرم غذایی قرار می‌گیرند.

۳۹

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

پرمصرف‌ترین ماده غذایی که در تمام فعل و انفعالات بدن نقش دارد، است.

۴۰

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

غلات واجد تمام اسیدهای آمینه ضروری هستند.

۴۱

روی موجود در مواد غذایی حیوانی نسبت به روی مواد غذایی گیاهی بهتر جذب می‌شود.

۴۲

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بر اساس مطالب کتاب درسی، بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

پروتئین‌های ناقص شامل تعدادی از اسیدهای آمینه ضروری هستند.

۴۳

در هر یک از عبارتهای زیر، جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

۴۴ پرمصرفترین ماده غذایی که در تمام فعل‌وانفعالات بدن نقش دارد، می‌باشد.

۴۵ میزان نمک مصرفی در طول یک روز، در افراد زیر ۵۰ سال گرم است.

۴۶ پروتئین کامل را تعریف کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

۴۷ کربوهیدرات اضافی بدن، به مقدار معینی به صورت (کربوهیدرات ساده / گلیکوژن / چربی) ذخیره می‌شوند.

۴۸ از اصول تغذیه سالم، "نیازمندی‌های تغذیه‌ای" به اصل (تعادل / تنوع / تناسب) اشاره دارد.

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۴۹ گروه نان و غلات در قاعده هرم غذایی قرار دارد.

۵۰ در مورد برنامه غذایی سالم و کنترل وزن به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

الف کدام یک از انواع پروتئین معمولاً از طریق منابع گیاهی تأمین می‌شوند؟

در هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمه مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

۵۱ بدن ما قادر به ذخیره مقدار معینی کربوهیدرات است که به صورت ذخیره می‌شود.

به پرسش‌های زیر پاسخ کوتاه و مناسب دهید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

پرهیز از پرخوری که در فرهنگ اسلامی بر آن توصیه شده است با کدام‌یک از اصول تغذیه رابطه بیشتری دارد؟

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

بدن ما برای مصرف ویتامین (C - E) به چربی نیاز دارد.

در مورد برنامه غذایی سالم به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

کدام ماده معدنی در ترکیب هموگلوبین خون نقش اساسی دارد؟

در هرم مواد غذایی، مقدار مصرف روزانه حبوبات بیشتر است یا غلات؟

از اصول تغذیه سالم دو مورد را نام ببرید.

بیماری گواتر ناشی از کمبود کدام ماده معدنی است؟

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

اصل (تعادل - تنوع - تناسب) بر اساس سن، جنس و میزان فعالیت بدنی فرد، تعیین می‌شود.

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲



الف

در اثر سوءتغذیه ناشی از کمبود کدام ریزمغذی، بیماری تصویر زیر ایجاد می‌شود؟

ب

کدام ماهی منبع خوبی برای این ریزمغذی به شمار می‌رود؟

در هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

جگر منبع غنی ویتامین است.

درستی یا نادرستی عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

عدم مصرف روی به میزان مناسب، منجر به کاهش سرعت رشد و کوتاهی قد و تأخیر در بلوغ فرد می‌شود.

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

نیازمندی‌های تغذیه‌ای هر فرد بر اساس سن، جنس، وزن و میزان فرد تعیین می‌شود.

در هر یک از عبارتهای زیر، پاسخ صحیح را از بین کلمات داخل پرانتز انتخاب کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

ماده معدنی (سدیم - کلسیم) به حفظ تعادل مایعات بدن کمک می‌کند.

۶۲

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

چربی اشباع‌نشده عامل تعیین‌کننده سطح کلسترول خون است.

۶۳

چه عواملی در میزان آب مصرفی هر فرد تأثیر دارد؟ دو مورد بنویسید.

۶۴

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

در هرم غذایی زیر علامت سؤال مربوط به کدام گروه از مواد غذایی است؟

۶۵



- ۱۳۹۷ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۷ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۷ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

در هرم مواد غذایی، نیاز روزانه فرد به میوه‌ها (کمتر از / بیشتر از / برابر با) سبزی‌ها است.

۶۶

در هریک از عبارتهای زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

مهم‌ترین منبع طبیعی، مواد غذایی دریایی مثل ماهی آب‌های شور، صدف و جلبک دریایی هستند.

۶۷

باتوجه به فقر ید در آب و خاک ایران و کمبود ید در محصولات غذایی گیاهی و جانوری، چه راهکاری برای تأمین ید مورد نیاز بدن وجود دارد؟

۶۸

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

منظور از اصل تنوع در تغذیه سالم چیست؟

۶۹

- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

به‌طور کلی ۹۰ درصد ویتامین D مورد نیاز بدن از تابش نور مستقیم آفتاب بر پوست ساخته می‌شود.

۷۰



منبع:

به پرسش‌های زیر پاسخ کوتاه و مناسب دهید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

۱ بر اساس جدول شاخص توده بدنی، اگر فردی دارای $BMI = ۳۳$ باشد، درجه چاقی فرد را مشخص کنید.

۲ شکل زیر مربوط به قانون تعادل انرژی است. موارد الف و ب را بنویسید.



- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

۳ از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف (ب) چاقی با الگوی (سیب - گلابی) خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی- عروقی را بیشتر افزایش می‌دهد.

۴ در مورد برنامه غذایی سالم و کنترل وزن به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف (ب) از مشکلات روانی ناشی از چاقی دو مورد را بنویسید.

ب (ج) چرا افراد چاق و دارای اضافه وزن باید اصل "افراط نکردن در کاهش وزن" را رعایت کنند؟

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

کوشینگ:

الف

در مورد کنترل وزن و تناسب اندام به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۶

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

الگوی چاقی سیب در زنان شایع‌تر است یا در مردان؟

الف

وزن مطلوب برای هر فرد به چه عواملی بستگی دارد؟ (دو مورد)

ب

دو مورد از عوارض جانبی کاهش سریع وزن را بنویسید.

پ

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

کم‌کاری تیروئید مربوط به (عامل ژنتیک / بیماری‌های جسمی / عامل روانی) می‌باشد که از عوامل چاقی محسوب می‌شود.

۷

در رابطه با کنترل وزن و تناسب اندام، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

کدام الگوی چاقی خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی را بیشتر افزایش می‌دهد.

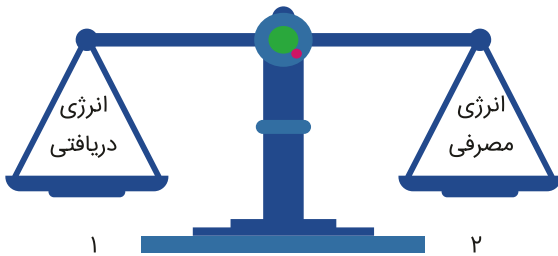
الف

دو مورد از عوارض چاقی در دستگاه تنفسی را بنویسید.

ب

یک روش نامناسب برای کاهش وزن را نام ببرید.

پ



- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

هریک از موارد زیر مربوط به کدام عامل چاقی است؟

الف افسردگی

ب کم‌کاری تیروئید

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

چاقی با الگوی در بین زنان شایع‌تر است.

در رابطه با کنترل وزن و تناسب اندام، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

دارویی را نام ببرید که موجب چاقی می‌شود.

طبقه‌بندی نمایه توده بدنی، برای چه افرادی کاربرد ندارد؟ (یک مورد)

بر اساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن و برخورداری از وزن مطلوب، به چه عواملی بستگی دارد؟

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بر اساس مطالب کتاب درسی، بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

هر نوع تجمع غیرطبیعی و بیش از اندازه توده چربی در بدن، چاقی محسوب می‌شود.

۱۵

از عوارض جانبی کاهش سریع وزن، ایجاد یکی از شایع‌ترین بیماری‌های تهدیدکننده تمام گروه‌های سنی و جنسی است.

۱۶

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

حداکثر کاهش وزن مجاز در طول یک (هفته - ماه) دو تا سه کیلوگرم است.

۱۷

از نکات بهداشت فردی که افراد مؤثر در فرآیند تولید غذا باید رعایت کنند دو مورد را بنویسید.

۱۸

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

از عوارض جانبی کاهش سریع وزن به دو مورد اشاره کنید.

۱۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در مورد کنترل وزن و تناسب اندام به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۲۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف دو مورد از عوامل بروز چاقی را نام ببرید.

الف

براساس قانون تعادل انرژی، تنظیم وزن و برخورداری از وزن مطلوب به جز تغذیه به چه عاملی بستگی دارد؟

ب

در مورد کنترل وزن و تناسب اندام، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۲۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

الف دو مورد از عوارض چاقی را بنویسید.

الف

ب روشی که مبنای تصمیم‌گیری پزشکان برای محاسبه و تعیین وزن متناسب افراد است را نام ببرید.

ب

در مورد تغذیه سالم به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

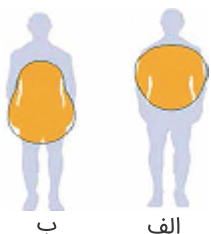
۲۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف طبقه‌بندی نمایه توده بدنی (BMI) برای چه افرادی کاربرد ندارد؟ دو مورد را بنویسید.

الف



امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

چاقی با الگوی سیب در بین (زنان - مردان) شایع‌تر است.

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

عدم تحمل فعالیت بدنی از مشکلات (قلبی- عروقی / عضلانی- استخوانی / تنفسی) عوارض چاقی است.

درباره کنترل وزن و تناسب اندام به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

الف) به چه افرادی توصیه می‌شود، هر چه سریع‌تر برای کاهش وزن خود اقدام نمایند.

ب) طبق اصول کاهش وزن، در چه صورتی وزن بدون تغییر و ثابت می‌ماند؟

در هر یک از عبارت‌های زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

داروی یکی از عوامل ایجادکننده چاقی می‌باشد.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

در شکل هرم مواد غذایی، هرچه از پایین هرم به سمت بالا حرکت کنیم، میزان مصرف روزانه گروه‌های غذایی می‌شود.

۲۸

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

چاقی با الگوی (سیب - گلابی) خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی- عروقی را بیشتر افزایش می‌دهد.

۲۹

هریک از موارد زیر مربوط به کدام عوارض چاقی است؟
الف) کاهش اعتمادبه‌نفس ب) عدم تحمل فعالیت بدنی

۳۰

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

درستی یا نادرستی عبارت‌های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

مشکلات غددی می‌تواند یکی از عوارض چاقی باشد.

۳۱

در مورد کنترل وزن و تناسب اندام به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۳۲

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

پرخورگی عصبی مربوط به کدام‌یک از عوارض (مشکلات) چاقی است؟

الف

براساس قانون تعادل انرژی، چنانچه کالری دریافتی از مواد غذایی بیش از میزان کالری مصرفی باشد، وزن چه تغییری می‌کند؟

ب

به پرسش‌های زیر در رابطه با کنترل وزن و تناسب اندام پاسخ دهید.

۳۳

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

الف نام یک بیماری که موجب بروز چاقی می‌شود را بنویسید.

الف

ب طبقه‌بندی نمایه توده بدنی بر اساس فرمول شاخص توده بدنی برای کدام گروه از افراد کاربرد ندارد؟ دو گروه را نام ببرید.

ب

پ دو مورد از عوارض جانبی کاهش وزن سریع را بنویسید.

پ

در هر یک از عبارت‌های زیر، پاسخ صحیح را از بین کلمات داخل پرانتز انتخاب کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

الگوی چاقی سیب در (مردان - زنان) شایع‌تر است.

۳۴

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

۳۵

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

الف از عوارض جانبی (کاهش - افزایش) سریع وزن بدن می‌توان به بروز سنگ کیسه صفرا اشاره کرد.

الف

در ارتباط با کاهش وزن بدن به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۳۶

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

الف دو روش زود بازده کاهش وزن را نام ببرید.

الف

ب در طبقه‌بندی نمای توده بدنی، افرادی با BMI محدود (۲۵ تا ۳۰) و (۳۵ تا ۴۰) به ترتیب در چه وضعیتی قرار دارند؟

ب

درستی یا نادرستی عبارت‌های زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

چاقی با الگوی سیب در مقایسه با الگوی گلابی، خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی را بیشتر افزایش می‌دهد.

۳۷

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

باتوجه به متن زیر به سؤالات پاسخ دهید.

اگرچه قرار گرفتن در معرض نور خورشید برای تولید ویتامین D در بدن ضرورت دارد، اما اگر در این کار افراط شود می‌تواند منجر به بروز عوارضی مانند آفتاب‌سوختگی شود. به علاوه قرار گرفتن در معرض اشعه زیان‌آور فرابنفش نور خورشید به مدت طولانی، خطر ابتلا به سرطان پوست و پیری زودرس پوست را افزایش می‌دهد. پرتوهای فرابنفش خورشید که به زمین می‌رسد شامل پرتوهای مضر UVA و کمی از پرتوهای UVB است.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

چه ارتباطی بین نور خورشید و ویتامین D وجود دارد.

فردی در طول یک ماه از وزن ۶۶ کیلوگرم به ۵۵ کیلوگرم رسیده است. این فرد ممکن است دچار چه عوارضی در معده خود شود؟ (دو مورد)

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲



منبع:

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

۱ از عوامل مکانیکی ایجاد فساد مواد غذایی، می‌توان به تخریب بافت ماده غذایی اشاره کرد.

۲ در مورد بهداشت و ایمنی مواد غذایی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف) از اصول رعایت بهداشت محیط در محل تهیه، تولید، توزیع و نگهداری مواد غذایی دو مورد را بنویسید.

ب) منظور از بیماری‌های غذازاد چیست؟

۳ از بین کلمات داخل پرانتز، گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

الف) زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت‌های آن حداقل (۷۰ - ۶۰) درجه سانتی‌گراد حرارت دیده باشد.

۴ هریک از موارد زیر مربوط به کدامیک از عوامل ایجاد فساد در مواد غذایی است؟

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف) افزودنی‌های مواد غذایی:

ب) رطوبت:

در عبارات زیر، جاهای خالی را بر اساس مطالب کتاب درسی با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

دفع صحیح زباله و مواد دفعی از اصول رعایت بهداشت می‌باشد که در جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی مؤثر است.

۵

گسترش استفاده از غذاهای خیابانی، یکی از علل بیماری‌های می‌باشد.

۶

اصطلاحات زیر را تعریف کنید.

۷

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

بیماری‌های غذازاد:

الف

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

عفونت‌های غذایی به علت آلودگی مواد غذایی به (ویروس / آفت‌کش / کرم کدو) ایجاد می‌شود.

۸

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

رطوبت از جمله عوامل (مکانیکی / فیزیکی) است که باعث ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شود.

۹

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

وجود کرم کدو در گوشت گاو، باعث (بیماری / مسمومیت / عفونت) غذایی می‌شود.

۱۰

منظور از نگهداری غذا به صورت کاملاً سرد، نگهداری آن در دمای زیر (۴ / صفر / ۱۰) درجه سانتی‌گراد است.

۱۱

برای هر یک از موارد زیر یک دلیل علمی بنویسید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

میوه‌های ضربه‌دیده با گذشت زمان، فاسد می‌شوند.

۱۲

در مرحله طبخ و نگهداری غذا، چه زمانی پخت غذا کامل است؟

۱۳

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

ضربه دیدن میوه‌ها در حین برداشت از عوامل (مکانیکی / فیزیکی) است که باعث فساد آن‌ها می‌شود.

۱۴

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت‌های آن حداقل درجه سانتی‌گراد حرارت دیده باشد.

۱۵

دو مورد از دلایل بروز عفونت‌های غذایی را نام ببرید.

۱۶

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

باتوجه به مطالب کتاب درسی، برای هر یک از موارد زیر دلیل علمی بیان کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

میوه‌های ضربه‌دیده با گذشت زمان فاسد می‌شوند.

۱۷

هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

برخورداری از وزن مطلوب علاوه بر ارتقای سلامت جسمی به سلامت نیز کمک می‌کند.

۱۸

در هریک از عبارتهای زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

دفع صحیح زباله و مواد دفعی از اصول رعایت بهداشت در محل تهیه، تولید، توزیع و نگهداری مواد غذایی است.

۱۹

باتوجه به اینکه برخی از قسمت‌های کپک و ریشه‌های آن قابل مشاهده نیست و در عمق مواد خوراکی نفوذ می‌کنند، برای مصرف مواد غذایی که دچار کپک شده‌اند، چه توصیه‌ای دارید؟

۲۰

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

برای افراد شاغل در مکان‌های تهیه، تولید و توزیع غذا، داشتن و رعایت بهداشت از اهمیت زیادی برخوردار است.

۲۱

جدول زیر در رابطه با عوامل ایجاد فساد مواد غذایی است. هریک از موارد ستون "الف" با یکی از موارد ستون "ب" ارتباط منطقی دارد. آن‌ها را پیدا کنید و در برگه پاسخنامه بنویسید.

۲۲

"ستون الف"	"ستون ب"
الف) شیمیایی	۱- ترشحات دهان سوسک‌های خانگی
ب) بیولوژیکی	۲- ضربه دیدن میوه‌ها در هنگام برداشت
ج) مکانیکی	۳- نامناسب بودن درجه حرارت محیط
د) فیزیکی	۴- استفاده از حشره‌کش‌ها در هنگام کاشت

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

یکی از بیماری‌های شایع غذا زاد، است.

۲۳

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

آلودگی مواد غذایی به باکتری‌ها، ویروس‌ها و سایر عوامل بیماری‌زا موجب بیماری‌های غذایی می‌شود.

۲۴

در مورد بهداشت و ایمنی مواد غذایی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۲۵

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

از اصول رعایت بهداشت محیط در محل تهیه، تولید، توزیع و نگهداری مواد غذایی یک مورد را بنویسید.

الف

از عواملی که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شوند، دو مورد را نام ببرید.

ب

هریک از موارد زیر اشاره به کدام عامل ایجاد فساد مواد غذایی دارد؟

۲۶

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

استفاده غیرمجاز از حشره‌کش‌ها در هنگام کاشت

الف

سرپوشیده نگه‌داشتن مجاری فاضلاب

ب

نگهداری مواد غذایی فاسدشدنی در یخچال

پ



منبع:

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

یکی از شایع‌ترین بیماری‌های مزمن که برخی به‌عنوان قاتل خاموش از آن یاد می‌کنند، می‌باشد.

۱

اصطلاحات زیر را تعریف کنید.

۲

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

ایسکمی قلب:

الف

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

سردرد ناگهانی شدید و از دست دادن تکلم از علائم سکتۀ هستند.

۳

در هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

مصرف زیاد اسیدهای چرب ترانس موجب HDL و بالا رفتن خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی می‌شود.

۴

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۶ سکتة قلبی همواره به شکل ناگهانی و شدید اتفاق می‌افتد.

۶

۷ از بین کلمات داخل پرانتز، گزینه مناسب را انتخاب کنید.

۷

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

الف بیشترین علل مرگ‌ومیر در ایران مربوط به بیماری‌های (واگیر - غیرواگیر) است.

الف

۸ از هریک از آزمایش‌های غربالگری زیر برای تشخیص کدام نوع سرطان می‌توان استفاده کرد؟

۸

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

الف (الف) کولونوسکوپی:

الف

ب (ب) ماموگرافی:

ب

۹ از علائم هشداردهنده سرطان دو مورد را بنویسید.

۹

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۱۰ سکتة قلبی همواره به شکل ناگهانی و شدید اتفاق می‌افتد.

۱۰

در عبارات زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

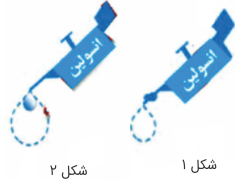
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۱۱ احتمال ایجاد "وضعیت آنژین صدری" در الگوی چاقی افزایش می‌یابد.

۱۱

۱۲ باتوجه به شکل‌های زیر به سؤالات پاسخ دهید.

۱۲



شکل ۲

شکل ۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

الف کدام شکل نشان‌دهندهٔ دیابت نوع یک است؟

الف

۱۳ در مورد بیماری‌های غیرواگیر و واگیردار به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۱۳

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف دو مورد از عوامل خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی را بنویسید.

الف

ب اسیدهای چرب غیراشباع در کدام غذاها وجود دارند؟ دو مورد را بنویسید.

ب

پ دو مورد از علائم هشداردهنده سرطان را بنویسید.

پ

برای هر یک از موارد زیر یک دلیل علمی بنویسید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

۱۴ مدت زمان طلایی برای نجات فردی که سکنه مغزی کرده تنها حدود ۳ ساعت است.

۱۴

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

۱۵ گاهی اوقات رسیدن فشارخون به کمتر از ۶۰/۹۰ میلی‌متر جیوه، می‌تواند تهدیدی برای زندگی باشد.

۱۵

۱۶ سکنه قلبی همواره به شکل ناگهانی و شدید اتفاق می‌افتد.

۱۶

۱۷ در مرحله پیش‌دیابت، میزان قند خون ناشتا بین ۱۰۰ تا ۱۲۵ است.

۱۷

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در سکتۀ مغزی، مدت زمان طلایی برای نجات فرد، تنها حدود ساعت است.

۱۸

در مورد بیماری‌های غیرواگیر به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۱۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

برای پیشگیری و کنترل فشارخون بالا باید به چه عواملی توجه داشت؟ دو مورد را بنویسید.

الف

چرا مصرف زیاد اسیدهای چرب ترانس با بالا رفتن خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی- عروقی ارتباط مستقیم دارد؟

ب

در صورت مشاهده هریک از علائم سکتۀ مغزی در فرد، مهم‌ترین اقدام چیست؟

پ

از علائم سکتۀ مغزی دو مورد را بنویسید.

۲۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

از آزمایش خون برای تشخیص سرطان (پروستات - دهانه رحم) استفاده می‌شود.

۲۱

هریک از علائم زیر مربوط به کدام نوع دیابت است؟ (نوع ۱ یا ۲)

۲۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

احساس سوزش در انگشتان دست و پا:

الف

پرنوشی و پراداری:

ب

مراحل نامرتب زیر مربوط به اقدامات ضروری هنگام مواجهه شدن با سکتۀ قلبی در یک فرد است؛ باتوجه به مطالب کتاب درسی، آن‌ها را به ترتیب در موارد "الف تا د" در پاسخ‌نامه بنویسید.

۱. فرد به حالت نشسته یا نیمه‌خوابیده قرار گیرد.
۲. بیمار در اسرع وقت با برانکارد یا صندلی چرخ‌دار به مراکز درمانی منتقل شود.
۳. از هرگونه حرکت و فعالیت بیمار پرهیز شود.
۴. لباس‌های تنگ او را کمی باز کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

هر یک از موارد زیر مربوط به کدام نوع دیابت (نوع یک یا نوع دو) می‌باشد؟

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف

بدن به انسولین مقاومت نشان می‌دهد.

ب

در اثر اختلال در سیستم ایمنی ایجاد می‌شود.

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

از آزمایش پاپ‌اسمیر، در تشخیص سرطان دهانه رحم استفاده می‌شود.

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

مصرف زیاد اسیدهای چرب ترانس موجب افزایش (LDL / HDL) خون می‌شود.

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمۀ مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

در مراحل رشد تومور در سرطان معده، در فاز (۴ / ۲ / ۳) تومور به ارگان (اندام) های مجاور دست‌اندازی می‌کند.

باتوجه به مطالب کتاب درسی، برای هریک از موارد زیر دلیل علمی بیان کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

به جای تعریف مطلق بیماری، آن را در یک طیف "از سلامتی تا آستانه مرگ" تعریف می‌کنند.

۲۸

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

با بالا رفتن میزان تری‌گلیسرید خون، سطح HDL خون افزایش می‌یابد.

۲۹

اصطلاحات زیر را تعریف کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

فشارخون

۳۰

برای هریک از عوامل خطر ساز دیابت نوع ۲، یک مورد را بنویسید.

۳۱

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

عوامل قابل پیشگیری

الف

عوامل غیر قابل پیشگیری

ب

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

بیشترین علل مرگ‌ومیر در ایران مربوط به بیماری‌های (واگیر / غیرواگیر) است.

۳۲

در مورد بیماری‌های غیرواگیر به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۳۳

- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

حالتی که خون کافی به عضله قلب نمی‌رسد و سبب ایجاد درد قلبی (آنژین صدری) می‌شود، چه نام دارد؟

الف

ب برای پیشگیری و کنترل فشارخون بالا باید به چه عواملی توجه داشت؟

پ دو مورد از علائم هشداردهنده سرطان را بنویسید.

۳۴ در مورد بیماری‌های غیرواگیر به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

الف از بین عوامل خطر بیماری‌های قلبی - عروقی، از کدام یک به عنوان "قاتل خاموش" یاد می‌کنند؟

ب چرا توصیه می‌شود اسیدهای چرب غیراشباع به جای سایر روغن‌های خوراکی مورد استفاده قرار گیرند؟

پ دو مورد از گام‌های مؤثر در پیشگیری از سرطان را بنویسید.

ت دیابت جوانان بر اثر چه عواملی ایجاد می‌شود؟ (دو مورد)

۳۵ از هریک از آزمایش‌های زیر برای تشخیص کدام نوع سرطان استفاده می‌شود؟

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف کولونوسکوپی

ب پاپ اسمیر

در هریک از عبارتهای زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

۳۶ عوامل خطر شامل عوامل شناخته‌شده اجتماعی، و رفتاری هستند که خطر یا احتمال ابتلا به یک بیماری یا آسیب را افزایش می‌دهند.

در هر یک از عبارتهای زیر، پاسخ صحیح را از بین کلمات داخل پرانتز انتخاب کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

۳۷ وقتی سلول‌های تومور رشد کنند و به نقاط دیگر هم دست‌اندازی کنند، تومور (خوش‌خیم - بدخیم) محسوب می‌شود.

درستی یا نادرستی هریک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

فردی با میزان قند خون ۱۲۸ در مرحله پیش‌دیابت بیماری قرار دارد.

۳۸

در هر یک از عبارتهای زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

برای تشخیص سرطان دهانه رحم از آزمایش غربالگری به نام استفاده می‌شود.

۳۹

در مورد بیماریهای غیرواگیر به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۴۰

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

از عوامل خطر زمینه‌ساز بیماری‌های فشارخون بالا دو مورد را بنویسید.

الف

از کولونوسکوپی برای تشخیص کدام نوع سرطان استفاده می‌شود؟

ب

به پرسش‌های زیر در رابطه با بیماری‌های غیرواگیر پاسخ دهید.

۴۱

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

علت نگرانی و خطر در مورد بیماری‌های واگیردار چیست؟

الف

یک مورد از عوارض جدی ناشی از درمان‌نشدن بیماری‌هایی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل می‌شوند را بنویسید.

ب

در بیماران مبتلا به چه نوع دیابتی، بیماری اغلب بدون علامت است؟

پ

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

بیشترین علل مرگ‌ومیر در ایران مربوط به بیماری‌های (واگیر - غیرواگیر) است.

۴۲

چرا توصیه می‌شود مصرف روغن‌های نباتی جامد، فرآورده‌های لبنی پرچرب و چربی‌های گوشت، در برنامه غذایی روزانه محدود شود؟

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

درباره بیماری‌های واگیردار و غیرواگیر، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

الف) کشف و ساخت انواع واکسن در کاهش کدام دسته از بیماری‌ها مؤثر بوده است؟

ب) به حالتی که خون کافی به عضله قلب نمی‌رسد، چه می‌گویند؟

پ) دو مورد از علائم هشداردهنده سرطان در دستگاه تنفسی انسان را بنویسید.

درستی یا نادرستی عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

۴۶) اسیدهای چرب اشباع، موجب کاهش سطح کلسترول خون می‌شوند.

در هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

۴۷) در یک رژیم غذایی سالم، ۱۵ تا ۳۰ درصد کل انرژی روزانه از طریق مصرف تامین می‌شود.

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

۴۸) از آزمایش‌های شایع غربالگری سرطان می‌توان به ماموگرافی در تشخیص اشاره کرد.

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

به هنگام سکتۀ قلبی، لخته خون قبل از پلاک، تشکیل می‌شود.

۴۹

درباره بیماری‌های غیرواگیر به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۵۰

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

ایسکمی قلبی را تعریف کنید.

الف

چرا به فشار خون بالا، قاتل خاموش می‌گویند؟

ب

مدت زمان طلایی برای نجات فردی که سکتۀ مغزی کرده است، چقدر می‌باشد؟

پ

یکی از علائم دیابت نوع ۱ را نام ببرید.

ت

برای تشخیص هریک از انواع سرطان‌های زیر، کدام روش غربالگری استفاده می‌شود؟

۵۱

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

سرطان روده:

الف

سرطان سینه:

ب

سرطان پروستات:

پ

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

دیابت نوع یک، شایع‌ترین نوع دیابت است.

۵۲

**منبع:**

فردی از اعضای یک خانواده به بیماری هیپاتیت B مبتلا شده است. برای جلوگیری از انتقال این بیماری به دیگر اعضای خانواده، رعایت چه نکاتی ضروری است؟ (ذکر سه مورد)

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

در رابطه با بیماری‌های واگیر به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف) بیماری پدیکلوزیس از چه طریقی به دیگران سرایت می‌کند؟

ب) یک مورد از عوارض جدی ناشی از درمان‌نشدن بیماری‌هایی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل می‌شوند را بنویسید.

پ) اصلی‌ترین روش پیشگیری در همه بیماری‌های عفونی از جمله اچ‌آی‌وی چیست؟

درستی یا نادرستی هریک از عبارتهای زیر را بر اساس مطالب کتاب درسی، بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

در بیماری آنفلوآنزا برخلاف کرونا، ویروس از طریق عطسه یا سرفه عفونی به دیگران سرایت می‌کند.

اچ‌آی‌وی آزمایش تشخیصی اختصاصی دارد و در آزمایش‌های متداول و معمول انجام‌شده، مشخص نمی‌شود.

یکی از آثار بلندمدت مصرف مشروبات الکلی، همانند مزمن شدن هیپاتیت B، منجر به سیروز کبدی می‌شود.

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

۶ یکی از عوارض جدی بیماری‌هایی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل می‌شود، مرده‌زایی می‌باشد.

۷ در پدیکلوزیس عامل بیماری از طریق عطسه یا سرفه عفونی منتقل می‌شود.

دلیل علمی هر یک از موارد زیر را بنویسید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

۸ زندگی در کنار افراد مبتلا به ویروس اچ‌ای‌وی خطری برای دیگران محسوب نمی‌شود.

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

۹ ویروس اچ‌ای‌وی از طریق اشک و بزاق منتقل می‌شود.

در عبارات زیر، جاهای خالی را بر اساس مطالب کتاب درسی با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

۱۰ نگرانی و خطر بیماری‌های در آن است که می‌توانند تعداد زیادی از افراد جامعه را مبتلا کنند.

از میان کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

۱۱ اسهال خونی از بیماری‌هایی است که از طریق دستگاه (تناسلی/ گوارش) منتقل می‌شود.

۱۲ پدیکلوزیس یکی از شایع‌ترین بیماری‌های (انگلی/ ویروسی) است.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

در صورت درمان نشدن بیماری‌های منتقله از طریق کدام دستگاه بدن، عوارضی همچون عقیمی و نازایی ایجاد می‌شود؟

۱۳

در رابطه با بیماری‌های واگیردار، به این پرسش‌ها پاسخ دهید.

۱۴

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

کدام بیماری است که از طریق خون و ترشحات بدن منتقل می‌شود و به‌صورت زردی بروز می‌کند؟

الف

در آلودگی به شپش سر، عامل بیماری در کدام نواحی بدن زندگی می‌کند؟ (دو مورد)

ب

در مورد بیماری‌های غیرواگیر و واگیر به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۱۵

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

دو مورد از راه‌های انتقال ویروس اچ‌آی‌وی را بنویسید.

الف

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

بیش از نیمی از بیماری‌ها و مرگ‌های کودکان خردسال در اثر میکروبهایی ایجاد می‌شوند که از طریق دستگاه منتقل می‌شوند.

۱۶

در رابطه با بیماری‌های واگیردار به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۱۷

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

علت نگرانی و خطر بیماری‌های واگیردار چیست؟

الف

از انواع هپاتیت، دو مورد از شایع‌ترین آن‌ها را نام ببرید.

ب

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

در بیماری ایدز به دلیل سرکوب سیستم ، عفونت‌های دیگری در فرد بروز پیدا می‌کند.

۱۸

از بین کلمات داخل پرانتز، گزینه مناسب را انتخاب کنید.

۱۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

احتمال مزمن شدن بیماری در مبتلایان به هیپاتیت نوع (C - B) بیشتر است.

الف

در صورت ابتلای یکی از اعضای خانواده یا نزدیکان به بیماری هیپاتیت B، برای جلوگیری از انتقال بیماری به دیگر اعضا، رعایت چه نکاتی ضروری است؟

۲۰

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در فرد آلوده به اچ‌آی‌وی (HIV) در دوران پنجره، نتیجه آزمایش آنتی‌بادی مثبت است.

۲۱

در هر یک از عبارتهای زیر جای‌خالی را با کلمه مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

مرحله پیشرفته اچ‌آی‌وی را می‌نامند.

۲۲

جدول زیر در رابطه با بیماری‌های واگیردار و راه انتقال آن‌ها است. هریک از موارد ستون "الف" با یکی از موارد ستون "ب" ارتباط منطقی دارد. آن‌ها را پیدا کنید.

"الف"	"ب"
الف) پدیکلوزیس	۱- خون
ب) هپاتیت	۲- دستگاه گوارش
ج) وبا	۳- پوست و مو

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

در عبارات زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

در بیماری ایدز، در دوران علی‌رغم اینکه ویروس در بدن فرد وجود دارد، نتایج آزمایش منفی است.

۲۴

دو راه اصلی پیشگیری از انتقال اچ‌آی‌وی (HIV) را بنویسید.

۲۵

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

بیماری آنفلوانزا چگونه به دیگران سرایت می‌کند؟ توضیح دهید.

۲۶

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

مرحله‌ انتهایی و پیشرفته از اچ‌آی‌وی را می‌نامند.

۲۷

جدول زیر در رابطه با بیماری‌ها است. هریک از موارد ستون "الف" با یکی از موارد ستون "ب" ارتباط منطقی بیشتری دارد. شماره آن‌ها را پیدا کنید و در برگه پاسخ‌نامه بنویسید. (دو مورد در ستون "ب" اضافه است)

"ستون الف"	"ستون ب"
الف) کرونا	۱) کلسترول بالا از عوامل خطر ساز قابل‌پیشگیری آن است.
ب) هیپاتیت	۲) تغییر در خال‌های پوستی از علائم هشدار دهنده آن است.
ج) دیابت نوع دو	۳) مدت‌زمان طلایی برای نجات بیمار، تنها حدود سه ساعت است.
د) زگیل تناسلی	۴) با علائمی به‌صورت زردی بروز می‌کند.
ه) انگل‌های روده‌ای	۵) در صورت درمان نشدن، می‌تواند عوارضی مانند مرده‌زایی داشته باشد.
و) سرطان	۶) بروز آن با سطح کلسترول خوب رابطه عکس دارد.
	۷) از طریق سرفه عفونی سرایت می‌کند.
	۸) در صورت شیوع، بهتر است از خوردن کاهو و سبزیجات خام خودداری شود.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
 ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
 ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

بیماری سوزاک از طریق دستگاه منتقل می‌شود.

در مورد بیماری‌های واگیردار به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

الف) کدام بیماری از طریق دستگاه تناسلی منتقل می‌شود؟
 ۱) اسهال خونی ۲) سوزاک

ب) بیماری هیپاتیت چگونه به وجود می‌آید؟

درستی یا نادرستی هریک از عبارتهای زیر را بر اساس مطالب کتاب درسی، بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
 ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
 ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

اچ‌آی‌وی با آزمایش‌های متداول و معمول مشخص می‌شود و نیاز به آزمایش تشخیصی اختصاصی ندارد.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

زمانی که هیپاتیت B به صورت مزمن درآید، چه عوارض بعدی را می‌تواند به دنبال داشته باشد؟

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

جدول زیر در رابطه با برخی از بیماری‌های واگیردار و روش انتشار آن‌ها است. هریک از موارد سمت راست با یکی از عبارت‌های سمت چپ ارتباط منطقی دارد. شماره مربوط به عبارت مناسب را در برگه پاسخ بنویسید.

عبارت‌ها	موارد
۱- دستگاه تناسلی	الف) اسهال خونی
۲- خون و ترشحات بدن	ب) سوزاک
۳- دستگاه گوارش	ج) پدیکلوزیس
۴- پوست و مو	

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

یکی از شایع‌ترین بیماری‌های انگلی که از طریق پوست و مو به دیگران سرایت می‌کند است.

در مورد بیماری‌های غیرواگیر و واگیردار به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

از عوارض جدی ناشی از درمان نشدن بیماری‌های سوزاک و زگیل تناسلی دو مورد را بنویسید.

در رابطه با بیماری‌های زیر، به این پرسش‌ها پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

در بیماری هیپاتیت، کدام اندام التهاب پیدا می‌کند و فعالیت آن مختل می‌شود؟

چرا در دوران پنجره نتیجه آزمایش HIV منفی است؟

نام بیماری	شیوه انتقال و انتشار
آنفلوانزا	الف)
ب)	دستگاه تناسلی
وبا	ج)

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

در هر یک از عبارت‌های زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

مرده‌زایی از عوارض جدی بیماری‌های منتقله از طریق است.

۴۰

بهترین راه پیشگیری از ابتلا به هر یک از بیماری‌های زیر را بنویسید.
 الف) پدیکلوزیس
 ب) ایدز

۴۱

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

۴۲

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

ویروس HIV تنها در (گلبول قرمز - پلاکت - گلبول سفید) قادر به ادامه حیات است.

الف

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

پدیکلوزیس یکی از شایع‌ترین بیماری‌های (انگلی / ویروسی / باکتریایی) است که از طریق پوست و مو به دیگران سرایت می‌کند.

۴۳

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

الف) عامل این بیماری چه نام دارد؟

الف

ب) نتیجه آزمایش فرد در دوران پنجره چه خواهد بود؟

ب

پ) یکی از راه‌های اصلی پیشگیری از انتقال عامل این بیماری را بنویسید.

پ

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

۴۵) بیماری‌های واگیردار را می‌توان بر اساس شیوه‌های (انتقال / درمان) به پنج دسته طبقه‌بندی کرد.

۴۵

۴۶) در دوران پنجره ویروس اچ آی وی در بدن فرد هست ولی نتیجه آزمایش (منفی / مثبت) است.

۴۶

۴۷) برای هریک از موارد زیر دلیل علمی بنویسید.

۴۷

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

الف) ویروس HIV از طریق اشک و بزاق و از راه هوا (عطسه و سرفه) منتقل نمی‌شود.

الف

۴۸) به پرسش‌های زیر در رابطه با بیماری‌های واگیردار پاسخ دهید.

۴۸

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

الف) علت نگرانی و خطر در مورد بیماری‌های واگیردار چیست؟

الف

ب) یک مورد از عوارض جدی ناشی از درمان‌نشدن بیماری‌هایی که از طریق دستگاه تناسلی منتقل می‌شوند را بنویسید.

ب

۴۹) چهار مورد از راه‌های کنترل بیماری‌های واگیردار را بنویسید.

۴۹

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

جدول زیر در رابطه با بیماری‌های واگیردار و راه‌های انتقال آن‌ها است. هر یک از موارد ستون "الف" با یکی از موارد ستون "ب" ارتباط منطقی دارد. آن‌ها را پیدا کنید.

"الف"	"ب"
الف) سوزاک	۱- پوست و مو
ب) وبا	۲- دستگاه تناسلی
ج) پدیکلوزیس	۳- دستگاه گوارش

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

جدول زیر در رابطه با بیماری‌ها است. هریک از موارد ستون "الف" با یکی از موارد ستون "ب" ارتباط منطقی بیشتری دارد. شماره آن‌ها را پیدا کنید و بنویسید.

"ستون الف"	"ستون ب"
الف) فشارخون بالا ب) ایدز ج) دیابت د) کرونا	۱) عوارض آن تقریباً تمام دستگاه‌های بدن را درگیر می‌کند. ۲) در جریان آن یک سلول موذی در بدن ایجاد می‌شود. ۳) شایع‌ترین بیماری مزمن در جامعه امروزی است. ۴) با سرکوب سیستم ایمنی باعث بروز بعضی بدخیمی‌ها می‌شود. ۵) از طریق سرفه عفونی سرایت می‌کند. ۶) بروز آن با سطح کلسترول خوب رابطه عکس دارد.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

درباره بیماری‌های واگیردار و غیرواگیر، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

راه انتقال بیماری کرونا کدام دستگاه بدن می‌باشد؟

چرا مصرف دارو در افراد مبتلا به ایدز، به پیشگیری از انتقال اچ. آی. وی به افراد دیگر کمک می‌کند؟

در هر یک از عبارتهای زیر، پاسخ صحیح را از بین کلمات داخل پرانتز انتخاب کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

برای پیشگیری از ابتلا به بیماری (دیابت نوع دو - هپاتیت B) می‌توان از واکسن آن استفاده کرد.

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

ویروس اچ‌آی‌وی از طریق استفاده از استخرهای مشترک منتقل می‌شود.

۵۴

در بیماری پدیکلوزیس، انگل شپش سر دقیقاً در کدام قسمت‌های بدن انسان زندگی می‌کند؟

۵۵

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰



منبع:

دلیل علمی هر یک از موارد زیر را بنویسید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

۱ افراد با موی چرب نباید پوست سر خود را محکم ماساژ دهند.

۲ دو مورد از عوامل اصلی پوسیدگی دندان را بنویسید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

۳ به طور معمول با افزایش سن، نیاز بدن به خواب (بیشتر - کمتر) می‌شود.

درستی یا نادرستی هریک از عبارتهای زیر را بر اساس مطالب کتاب درسی، بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

۴ خطر ابتلا به دیابت نوع یک و کاهش دمای بدن از آثار و عوارض ناشی از کم‌خوابی است.

در هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

۶

همه میکروب‌های موجود در دهان پوسیدگی‌زا هستند.

۷

هریک از موارد زیر چگونه ایجاد می‌شود؟
 الف) فشار سیستولی (ماکزیمم) ب) پیرچشمی

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

۸

در رابطه با بهداشت فردی، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

الف

تنها راه قطعی تشخیص کم‌شنوایی چیست؟

ب

از اثرات اشعه UVA نور خورشید بر روی پوست دو مورد را بنویسید.

پ

چه هنگامی در پوسیدگی دندان دردهای شدید شبانه و مداوم به وجود می‌آید؟

۹

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف

د) تنفس بدبوی صبحگاهی، ناشی از (کاهش - افزایش) جریان بزاق و افزایش تخمیر حین شب است.

۱۰

در مورد بهداشت فردی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

الف

یک مورد از نکاتی که کارشناسان برای جلوگیری و کاهش عوارض چشمی هنگام کار با رایانه توصیه می‌کنند را بنویسید.

قرارگرفتن در معرض نور خورشید به مدت طولانی منجر به چه عوارض پوستی می‌شود؟ (دو مورد)

ب

دو مورد از عوارض کم‌خوابی را بنویسید.

پ

در عبارات زیر، جاهای خالی را بر اساس مطالب کتاب درسی با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

در آکنه (جوش غرور جوانی)، غده‌های چربی پوستی و ملتهب می‌شوند.

۱۱

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

فاصله بین رفتن به رختخواب با خوابیدن نباید بیشتر از ۱۵ الی دقیقه باشد.

۱۲

تجمع ذرات ریز موجود در سیگار در ریه‌ها، پوسته ضخیم قهوه‌ای رنگی را تشکیل می‌دهد که نامیده می‌شود.

۱۳

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

آستیگماتیسم نوعی عیب انکساری چشم است که تنها بر دید نزدیک تأثیر می‌گذارد.

۱۴

در مورد بهداشت فردی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۱۵

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف) هنگام کار با رایانه، در صورتی که خشکی چشم شدید باشد، از چه قطره‌ای می‌توان استفاده کرد؟

الف

ب) برای رفع افکار مزاحم در رختخواب که مانع خواب ما می‌شوند، چه اقدامی باید انجام داد؟

ب

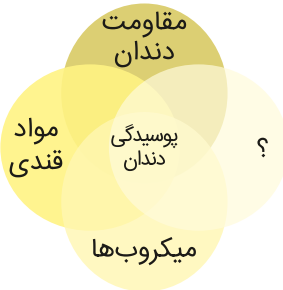
امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

حدت بینایی (دید مطلوب):

الف

باتوجه به شکل زیر، کدامیک از عوامل مؤثر بر پوسیدگی دندان را می‌توان به‌جای علامت سؤال (?) قرار داد؟

۱۷



امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

با هر بار خوردن غذای حاوی مواد قندی، محیط پلاک میکروبی، قلیایی می‌شود.

۱۸

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

فاصله بین رفتن به رختخواب با خوابیدن نیاید بیشتر از ۱۵ الی ۳۰ دقیقه باشد.

۱۹

در عبارات زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

بوی نامطبوع بدن، می‌تواند به علت مواد موجود در عرق و پوست توسط باکتری‌ها باشد.

۲۰

درستی یا نادرستی هریک از عبارتهای زیر را بر اساس مطالب کتاب درسی، بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

از عوارض جانبی کاهش سریع وزن، ایجاد یکی از شایع‌ترین بیماری‌های تهدیدکننده تمام گروه‌های سنی و جنسی است.

۲۱

استفاده از پخش‌کننده‌های قابل‌حمل موسیقی، می‌تواند سلول‌های مویی (مژک‌دار) گوش میانی را تخریب کند.

۲۲

این عقیده که همه افراد به ۷ یا ۸ ساعت خواب در طول شب نیاز دارند، درست نیست.

۲۳

در رابطه با بهداشت فردی، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

یک اختلال پوستی شایع در دوران بلوغ و جوانی را نام ببرید.

۲۴

به چه دلیل در افرادی که از خواب کافی برخوردار نیستند، خطر ابتلای به بیماری افزایش می‌یابد؟

۲۵

در مورد بهداشت فردی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۲۶

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف دو مورد از راه‌های اصلاح عیوب انکساری چشم را بنویسید.

الف

ب دو قانون استفاده از ابزارهای شنیداری و هدفون را بنویسید.

ب

پ چرا افرادی که موهای چرب دارند، هنگام شست‌وشوی مو نباید پوست سر خود را محکم ماساژ دهند؟

پ

ت چرا همه افراد به‌ویژه جوانان و نوجوانان به خواب کافی نیاز دارند؟

ت

ث در روند پوسیدگی دندان، علت حساس شدن دندان به سرما و گرما چیست؟

ث

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

تنفس بدبوی صبحگاهی، ناشی از کاهش جریان بزاق و افزایش تخمیر حین شب است.

۲۷

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

پرتوهای UVB باعث آسیب (مستقیم - غیرمستقیم) بر DNA می‌شود.

۲۸

برای جلوگیری از پوسیدگی دندان توصیه می‌شود هر (شش ماه - یک سال) یک‌بار به دندانپزشک مراجعه شود.

۲۹

دو مورد از توصیه‌های پزشکان برای در امان ماندن از عوارض اشعه فرابنفش نور خورشید در بیرون از خانه را بنویسید.

۳۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

در مورد بهداشت فردی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۳۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

کدامیک از انواع عیوب انکساری، به دلیل سخت شدن پوسته عدسی چشم به وقوع می‌پیوندد؟

الف

در صورتی که خشکی چشم شدید باشد، کارشناسان چه توصیه‌ای می‌کنند؟

ب

دو مورد از آثار و عوارض آلودگی صوتی برای سلامت افراد را بنویسید.

پ

تنظیم سشوار روی حالت داغ چه آسیبی به مو می‌رساند؟ (دو مورد)

ت

منظور از آلودگی صوتی چیست؟

۳۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در رابطه با بیماری‌های چشم، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

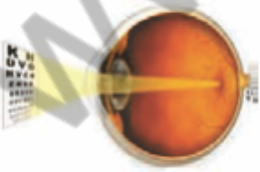
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

تصویر زیر، چه نوع عیب انکساری چشم را نشان می‌دهد؟

۳۳

کدام عیب انکساری چشم، به دلیل سخت شدن پوسته عدسی، به وقوع می‌پیوندد؟

۳۴



از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در هنگام کار با رایانه، روشنایی اتاق نسبت به وضعیت معمولی باید (کاهش / افزایش) یابد.

۳۵

درمورد بهداشت دهان و دندان به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۳۶

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف کدام مواد غذایی از عوامل اصلی مؤثر بر پوسیدگی دندان به شمار می‌روند؟

الف

ب برای برطرف کردن تنفس بدبوی صبحگاهی که حین بیدار شدن از خواب تجربه می‌شود، چه باید کرد؟ (دو مورد)

ب

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در چشم‌های افراد نزدیک‌بین معمولاً کره چشم (کوچک‌تر / بزرگ‌تر) از حد طبیعی است.

۳۷

فاصله بین رفتن به رختخواب با خوابیدن نباید بیشتر از (۶۰ / ۳۰) دقیقه باشد.

۳۸

دو مورد از عواملی که باعث تشدید آکنه می‌شود را بنویسید.

۳۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

۴۰ عوارض آلودگی هوا روی پوست بینی، ایجاد جوش‌های (چرکی / سرسیاه / سر سفید) است.

۴۰

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۴۱ آستیگماتیسم، هم بر دید دور و هم بر دید نزدیک تأثیر می‌گذارد.

۴۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

کم‌شنوایی در دو طبقهٔ مادرزادی و طبقه‌بندی می‌شود.

۴۲

بوی نامطبوع بدن چگونه ایجاد می‌شود؟

۴۳

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در هر یک از عبارت‌های زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

یکی از عوارض قرار گرفتن طولانی‌مدت در معرض اشعهٔ زیان‌بار فرابنفش نورخورشید، است.

۴۴

در صورت بروز عارضهٔ برق‌زدگی چشم چه اقدامی باید انجام شود؟

۴۵

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

در مورد بهداشت فردی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۴۶

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

الف) در کدامیک از انواع عیوب انکساری، شکل غیرعادی قرنیه موجب تاری دید می‌شود؟

الف

ب) از عوامل ایجادکنندهٔ آکنه دو مورد را بنویسید.

ب

پ) دو مورد از عوامل اصلی مؤثر بر پوسیدگی دندان را بنویسید.

پ

در هر یک از عبارت‌های زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

استفادهٔ زیاد از ابزارهای شنیداری و هدفون، احتمال ابتلا به کم‌شنوایی را افزایش می‌دهد.

۴۷

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

برای جلوگیری و کاهش عوارض ناشی از کار با رایانه، مرکز صفحه مانیتور را حدود ۱۰ تا ۲۰ سانتی‌متر (بالتر از / پایین‌تر از / سمت راست) چشم قرار دهید.

۴۸

انسان‌ها در مرحله (نوزادی / نوجوانی / بزرگسالی)، در طول شبانه‌روز، نیاز کمتری به خواب دارند.

۴۹

درستی یا نادرستی عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

همه افراد، به ۷ یا ۸ ساعت خواب در طول شب نیاز دارند.

۵۰

درباره بهداشت فردی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۵۱

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

الف در صورت آلوده شدن چشم با مواد شیمیایی، اولین اقدام فرد چه باید باشد؟

الف

ب عوارض ناشی از آلودگی صوتی را نام ببرید.

ب

پ از روش‌های معمول برای رفع بوی نامطبوع بدن و پا دو مورد بنویسید.

پ

ت دو مورد از عوامل اصلی که در ایجاد پوسیدگی دندان نقش دارند را نام ببرید.

ت

در هر یک از عبارتهای زیر، پاسخ صحیح را از بین کلمات داخل پرانتز انتخاب کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

عواملی چون (قاعدگی - کم‌خوابی) باعث تشدید آکنه می‌شوند.

۵۲

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

دریافت امواج صوتی و، دو وظیفه مهم گوش هستند.

به پرسش‌های زیر پاسخ کوتاه و مناسب دهید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

آلودگی صوتی و سروصدای شدید و طولانی‌مدت، علاوه بر آثار جسمی موجب بروز کدامیک از اختلالات روانی - رفتاری می‌شود؟

باتوجه به متن زیر به سؤالات پاسخ دهید.

اگرچه قرار گرفتن در معرض نور خورشید برای تولید ویتامین D در بدن ضرورت دارد، اما اگر در این کار افراط شود می‌تواند منجر به بروز عوارضی مانند آفتاب‌سوختگی شود. به علاوه قرار گرفتن در معرض اشعه زیان‌آور فرابنفش نور خورشید به مدت طولانی، خطر ابتلا به سرطان پوست و پیری زودرس پوست را افزایش می‌دهد. پرتوهای فرابنفش خورشید که به زمین می‌رسد شامل پرتوهای مضر UVA و کمی از پرتوهای UVB است.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

عوارضی مانند آفتاب‌سوختگی نتیجه عملکرد کدام دستگاه بدن است؟

قرارگیری طولانی‌مدت در معرض نور خورشید، کدام عارضه پوستی را در دوره بلوغ جنسی، می‌تواند تشدید کند؟



منبع:

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

۱ بنا به فرموده پیامبر(ص) "هرکس کند به وسیله آن نصف دینش را حفظ کرده است".

از میان کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

۲ به توانمندی لازم برای اداره امور همسر و فرزندان، بلوغ (روانی/ اجتماعی) اطلاق می‌گردد.

۳ از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف ه) لازم است واکسن (سرخجه - دیفتری) برای زنانی که نسبت به آن ایمنی ندارند حتماً سه ماه قبل از بارداری تجویز شود.

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

۴ سوزاک که از عوامل نسبتاً شایع ناباروری است، در صورت عدم درمان، منجر به بیماری می‌شود.

۵ خانمها سه ماه قبل از حاملگی باید روزانه غذاهای سرشار از مصرف کنند و در صورت داشتن کم‌خونی باید آن را درمان کنند.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

۶ افزایش سن در مردان، فرزندآوری آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

۷ در مورد بهداشت ازدواج و باروری به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف) انجام آزمایش ادرار قبل از عقد به چه منظوری است؟

ب) مشاوره ژنتیک قبل از عقد به چه افرادی توصیه می‌شود؟

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

۸ یکی از نشانه‌های بلوغ همسران، صحبت با یکدیگر در مورد فرزندآوری است.

در عبارات زیر، جاهای خالی را بر اساس مطالب کتاب درسی با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

۹ فرد تالاسمی ماژور بیمار است و هر دو ژن را از پدر و مادر به ارث برده است.

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۱۰ تالاسمی (ماژور / مینور) بیمار است و هر دو ژن معیوب را از پدر و مادر به ارث برده است.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۱۱ اولین شرط لازم برای ازدواج، بلوغ جنسی زن و مرد است.

در رابطه با بهداشت ازدواج و باروری، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

۱۲ سه مورد از عواملی که بر باروری زوجین مؤثر هستند را نام ببرید.

۱۳ یک مورد از توصیه‌های بهداشتی را برای باروری مردان ذکر کنید.

۱۴ در مورد بهداشت ازدواج و باروری به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

الف رشد شخصیت مربوط به کدامیک از انواع بلوغ در آمادگی برای ازدواج است؟

ب داروهای محرک و مکمل چه تأثیری روی باروری می‌گذارند؟ توضیح دهید.

۱۵ دو مورد از توصیه‌های بهداشتی برای باروری مردان را بنویسید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

۱۶ توانمندی و پختگی شخصیتی، بلوغ (جسمانی / روانی / اجتماعی) ازدواج محسوب می‌شود.

در عبارات زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

تزریق واکسن برای خانمها قبل از عقد، امری الزامی است.

۱۷

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

تزریق واکسن (کزاز / سرخچه) برای خانمها قبل از عقد امری الزامی است.

۱۸

در رابطه با بهداشت ازدواج و باروری، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۱۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

چه رابطه‌ای بین وزن بدن و تخمک‌گذاری در خانمها وجود دارد؟

الف

خانمها در صورت ابتلا به کدام بیماری خودایمنی، باید بارداری خود را تا بهبودی نسبی به تأخیر بیندازند؟

ب

یکی از اثرات بیماری سرخچه مادر بر نوزاد را بنویسید.

پ

بروز سرطان لب در مادر باردار، به دلیل وجود کدام ماده مضر موجود در دود سیگار می‌تواند ایجاد شود؟

ت

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

همه خانمها قبل از بارداری باید از نظر ایمنی، نسبت به بیماری ویروسی آزمایش شوند.

۲۰

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

در بیشتر بیماری‌های ارثی، ژن معیوب از پدر به فرزندان منتقل می‌شود.

۲۱

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

مشاوره ژنتیک برای همه افراد الزامی نیست.

درستی یا نادرستی هریک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

آب‌مروارید از اثرات و عوارض بیماری سرخجه مادر بر نوزاد است.

باتوجه به متن زیر به سؤالات پاسخ دهید.
اگرچه قرار گرفتن در معرض نور خورشید برای تولید ویتامین D در بدن ضرورت دارد، اما اگر در این کار افراط شود می‌تواند منجر به بروز عوارضی مانند آفتاب‌سوختگی شود. به علاوه قرار گرفتن در معرض اشعه زیان‌آور فرابنفش نور خورشید به مدت طولانی، خطر ابتلا به سرطان پوست و پیری زودرس پوست را افزایش می‌دهد. پرتوهای فرابنفش خورشید که به زمین می‌رسد شامل پرتوهای مضر UVA و کمی از پرتوهای UVB است.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

سرطان پوست ناشی از قرارگیری طولانی‌مدت در معرض اشعه زیان‌آور فرابنفش، نتیجه آسیب مستقیم بر است.

تأثیرات وزن مادر در ناباروری را بنویسید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

درمورد بهداشت ازدواج و باروری به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

انجام آزمایش خون قبل از عقد به چه منظوری است؟

از اثرات بیماری سرخجه مادر بر نوزاد، یک مورد را بنویسید.



منبع:

در هریک از موارد زیر کدام روش برای مقابله با فشارهای روانی و اضطراب به کار گرفته شده است؟

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف) با نگرانی‌ها و اضطراب‌هایمان گفتگو کنیم و به آن‌ها بگوییم: نه! من اصلاً این‌گونه فکر نمی‌کنم، نمی‌توانی مرا اذیت کنی، مزاحم نشو. (اصل)

ب) هر روز فقط یک ساعت خاص را به فکر کردن درباره نگرانی‌ها و اضطراب آورنده‌های زندگی‌مان اختصاص دهیم. (اصل)

جدول زیر در رابطه با علائم اضطراب است. هریک از موارد ستون "الف" با یکی از موارد ستون "ب" ارتباط منطقی دارد، آن‌ها را پیدا کنید و در برگه پاسخ‌نامه بنویسید.

"الف"	"ب"
الف) بی‌تابی	۱- علائم بدنی
ب) بی‌اشتهایی	۲- علائم تفکر
ج) حواس‌پرتی	۳- علائم روانی

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

بیماری‌های قلبی-عروقی از اثرات جسمانی (زودگذر - پایدار) استرس می‌باشد.

در رابطه با بهداشت روان، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

از علائم بدنی اضطراب دو مورد را نام ببرید.

برای مقابله با فشارهای روانی و اضطراب دو مثال از اصل برون‌ریزی را بنویسید.

ب

از توصیه‌های خودمراقبتی برای حفظ سلامت روان دو نمونه از سبک زندگی سالم را نام ببرید.

پ

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

فشار روانی (استرس) ناسالم موجب احساس درماندگی در فرد می‌شود.

۵

در مورد سلامت روان به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۶

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

یک مورد از عوامل زمینه‌ساز افسردگی در دوره نوجوانی را نام ببرید.

الف

منظور از داشتن سبک زندگی سالم که یکی از توصیه‌های خودمراقبتی برای حفظ سلامت روان در دوره نوجوانی است، انجام چه کارهایی است؟ (یک مورد کافی است)

ب

هر یک از عبارتهای جدول مربوط به کدام یک از کلمات می‌باشد؟ (یک کلمه اضافی است)

۷

خودآگاهی	الف) مجموعه‌ای از ظرفیت‌های فردی و روانی برای مقابله با شرایط دشوار است.
اضطراب	ب) به شکل‌گیری هویت مطلوب کمک می‌کند و از بروز اختلالات روانی جلوگیری می‌نماید.
خشم	ج) از آثار مثبت آن این‌که می‌تواند باعث احقاق حق در روابط بین فردی، گروهی و اجتماعی شود.
تاب‌آوری	د) واکنشی طبیعی که در وضعیت‌های خطرناک، سبب حفاظت در برابر خطرات می‌شود.
استرس	

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

الف

عزت‌نفس:

باتوجه به متن زیر به پرسش‌های مطرح‌شده پاسخ دهید.

نوید دانش‌آموز پایه دوازدهم است. او همواره به دنبال فرصتی برای کاویدن در درون خود است تا در مسیر صحیح که به سلامت و موفقیت وی در زندگی می‌انجامد، حرکت کند. (۱) او با وجود رشد در محیط نه‌چندان مناسب، به موفقیت‌های بزرگی در زندگی خود دست یافته است (۲) و در امتحانات نهایی با وجود داشتن فشار روانی شب امتحان، (در حد متعارف) انگیزه لازم برای مطالعه جهت امتحان را داشته و درس خواندن او مختل نشده است. (۳) از طرفی به دلیل شرایط نامناسب زندگی، توسط برخی اطرافیان مورد تمسخر قرار می‌گیرد که باعث بروز جلوه‌هایی از پرخاشگری در او شده است. (۴)

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

الف

شماره (۱) به کدامیک از مواردی که باعث ارتقای بهداشت روان می‌شود، مربوط است؟

ب

شماره (۲) به کدام عامل مهم در فرآیند شکل‌گیری شخصیت مطلوب و حفظ سلامت روان اشاره دارد؟

پ

در شماره (۳)، فشار روانی (استرس) نوید از نوع سالم است یا ناسالم؟

ت

شماره (۴) به کدامیک از شایع‌ترین اختلالات روانی- رفتاری دوره نوجوانی اشاره می‌کند؟

ث

برای آرام‌سازی نوید در شرایط مورد ۴، چه راهکارهایی را پیشنهاد می‌کنید. (دو مورد)

به پرسش‌های زیر پاسخ کوتاه و مناسب دهید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

جمله "من هرگز نباید به دیگران اعتماد کنم" بر کدامیک از عوامل مهمی که در فرآیند شکل‌گیری شخصیت مطلوب و حفظ سلامت روانی فرد نقش دارند، تأثیر منفی می‌گذارد؟

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

در هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

داشتن موجب می‌شود بدانید کدام یک از کارهای روزانه از اولویت برخوردار است.

۱۳

در مورد بهداشت روان به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۱۴

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

الف) یک مورد از راهکارهای بهبود عزت نفس را بنویسید.

الف

ب) منظور از تاب‌آوری چیست؟

ب

۱۵ جوانانی که دارای عزت‌نفس هستند و افرادی که دچار ضعف عزت‌نفس هستند را از نظر پیام‌های درونی با یکدیگر مقایسه کنید.

۱۵

- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱۶ "یک جعبه خیالی برای خود تصور کنیم که در محکمی دارد و نگرانی‌های خود را در آن بگذاریم." این جمله به اصل (بازداری / برون‌ریزی / جایگزین کردن خواسته‌ها) است که از اصول مقابله با اضطراب می‌باشد.

۱۶

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

داشتن عزت نفس علاوه بر احساس ارزشمندی درونی، نیازمند کسب تجارب در زندگی است.

۱۷

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

در مورد بهداشت روان به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

الف

اثرات شدت یافتن فشار روانی (استرس) ناسالم در شب امتحان چیست؟

ب

یک مثال از آثار اجتماعی خشم منفی را بنویسید.

عوامل مهمی را که در فرایند شکل‌گیری شخصیت مطلوب و حفظ سلامت روانی نقش دارند، نام ببرید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

برای حفظ سلامت روان، در انجام کارهایی که نیاز به تمرکز دارند، باید یک زمان متوالی و بی‌وقفه در نظر گرفت.

دو مورد از عوامل مهمی که در فرآیند شکل‌گیری شخصیت مطلوب و حفظ سلامت روانی نقش دارند را بنویسید.

- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

سه مورد از توصیه‌های خودمراقبتی برای حفظ سلامت روان در دوره نوجوانی را بنویسید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

در مورد استرس به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف

آثار مثبت استرس سالم را بنویسید.

ب

دو مورد از اثرات جسمی پایداری که در اثر تکرار استرس ایجاد می‌شود را بنویسید.

"الف"	"ب"
الف) علائم بدنی	۱- دلواپسی
ب) علائم روانی	۲- بی‌قراری
ج) علائم تفکر	۳- ترس از دست دادن کنترل

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

درمورد بهداشت روان به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

دو مورد از توصیه‌هایی که به حفظ و ارتقای تاب‌آوری کمک می‌کند را بنویسید.

از بیماری‌ها و اختلالات جسمی که احتمال ابتلای نوجوانان به افسردگی را بیشتر می‌کند دو مورد را بنویسید.

دو مورد از علائم هشداردهنده افسردگی را بنویسید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

درستی یا نادرستی هریک از عبارتهای زیر را بر اساس مطالب کتاب درسی، بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

حواس‌پرتی از علائم روانی اضطراب است.

برای هریک از موارد زیر در خشم منفی یک مثال بنویسید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

مشکلات روانی:

باتوجه به متن زیر و مطالب کتاب درسی، در ارتباط با اختلالات روانی- رفتاری شایع در دوره نوجوانی، به سؤالات مربوطه پاسخ دهید.
 بهروز و سعید همکلاسی بوده و در دوره نوجوانی به سر می‌برند. یک روز صبح در راه مدرسه، بهروز در مورد "احساس ناخوشایند طولانی‌مدت همراه با تنهایی و غمگینی" برادرش صحبت می‌کند که ناگهان یک عابر پیاده به صورت اتفاقی با سعید برخورد می‌کند. سعید احساس خود را به صورت بدنی و هیجانی ابراز می‌کند و با پرخاشگری به او اعتراض می‌کند. بهروز به سعید توصیه می‌کند که "من نگران دیر رسیدن به مدرسه هستم، چند نفس آرام بکش"، سپس موقعیت را سریع ترک می‌کنند.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

الف

نوع اختلال روانی- رفتاری برادر بهروز چه نام دارد؟

ب

کمبود احتمالی کدام ویتامین‌ها می‌تواند برادر بهروز را در معرض این اختلال قرار داده باشد؟

پ

توصیه بهروز به سعید برای مقابله با کدام نوع اختلال روانی- رفتاری است؟

ت

توصیه خود مراقبتی "کودک شوید" برای مدیریت کدام اختلال روانی- رفتاری موجود در متن پیشنهاد می‌شود؟

در عبارات زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

در مواجهه با شرایط ناگوار، فرد به جای فاجعه ساختن از مشکل، به خود و توانایی‌هایش بیشتر توجه می‌کند.

در مورد اضطراب به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

الف

اضطراب چه زمانی مشکل‌آفرین است؟

ب

یکی از اصول مقابله با اضطراب را بنویسید.

پ

یک مورد از علائم تفکر اضطراب را ذکر کنید.

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

سردرگمی و حواس‌پرتی از علائم (تفکر / روانی) اضطراب است.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

افسردگی احساس ناخوشایندی است که برای مدت کوتاهی تداوم می‌یابد و همراه با تنهایی و غمگینی است.

۳۵

دو مورد از ویژگی‌های افراد تاب‌آور را بنویسید.

۳۶

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در هر یک از عبارت‌های زیر، جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

علائمی همچون عصبانیت و بی‌تابی، از علائم اضطراب هستند.

۳۷

در تعالیم اسلامی، به نوجوانانی که در مرحله حساس هویت‌یابی در زندگی هستند، انجام کدام‌یک از عوامل ارتقاء دهنده بهداشت روان توصیه شده است؟

۳۸

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

از انواع خودمراقبتی دو مورد را نام ببرید.

۳۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

برای هر یک از آثار منفی خشم، یک مثال بنویسید.

۴۰

الف) ناراحتی‌های جسمی ب) ناراحتی‌های روانی

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

افراد سرسخت و تاب‌آور نسبت به آنچه انجام می‌دهند، تعلق خاطر (بیشتری - کمتری) دارند.

۴۱

در مورد بهداشت روان به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۴۲

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

الف دو مورد از راهکارهای حفظ تاب‌آوری را بنویسید.

الف

ب اثر فشار روانی در حد متعارف (استرس سالم) و استرس ناسالم را در شب امتحان با یکدیگر مقایسه کنید.

ب

پ خشم در نوجوانان بیشتر در چه مواقعی بروز می‌کند؟

پ

هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

احساس خودارزشمندی درونی همان و کرامت انسانی است که می‌تواند مانند سپری قوی در مقابل آسیب‌های روانی و اجتماعی از فرد دفاع کند.

۴۳

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

۴۴ درماندگی و انزوا از آثار (اجتماعی - روانی) خشم منفی است.

۴۴

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۴۵ داشتن عزت نفس علاوه بر احساس ارزشمندی درونی، نیازمند کسب در زندگی است.

۴۵

۴۶ در مورد سلامت به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۴۶

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

الف "کنترل خشم" در کدامیک از انواع خودمراقبتی دسته‌بندی می‌شود؟

الف

در هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمه مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

۴۷ احساس ناخوشایند مداوم و طولانی مدت که همراه با تنهایی و غمگینی است نامیده می‌شود.

۴۷

- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

افراد تاب‌آور معمولاً بر زندگی خود کنترل بیشتری احساس می‌کنند و در قبال تغییرات پذیرا هستند.

۴۸

فشار روانی (استرس) سالم و ناسالم را با هم مقایسه کنید.

۴۹

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

در هر یک از عبارتهای زیر، پاسخ صحیح را از بین کلمات داخل پرانتز انتخاب کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

یکی از آثار مثبت خشم (احقاق حق در روابط بین فردی - اضطراب) است.

۵۰

در هریک از عبارتهای زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

اولین و مهم‌ترین گام برای مراقبت از، این است که خود را بشناسیم.

۵۱

افراد سرسخت و تاب‌آور برخلاف افراد فاقد تاب‌آوری، در مشکلات زندگی دارای ویژگی‌های تعهد، کنترل و هستند.

۵۲

در هر یک از عبارتهای زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

کمبود ویتامین‌های ممکن است نوجوانان را در معرض افسردگی قرار دهد.

۵۳

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

برای هریک از آثار مثبت و منفی خشم یک مثال بنویسید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

درستی یا نادرستی عبارت‌های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

پرت کردن حواس خود از موضوع استرس‌زا، به موضوعی دیگر، روش سودمندی برای رهایی از فشار روانی است.

به پرسش‌های زیر پاسخ کوتاه و مناسب دهید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

من لایق رفتار احترام‌آمیز دیگران نیستم. این پیام بر کدامیک از عوامل شکل‌گیری شخصیت مطلوب و حفظ سلامت روان اثر منفی می‌گذارد؟

بهروز در دوره نوجوانی به سر می‌برد و به دلایل مختلف همچون آشفتگی در فضای خانواده و کمبود امکانات دچار برخی اختلالات شایع روانی - رفتاری است، در هریک از موارد زیر، نوع اختلال را با توجه به موارد داخل پرانتز مشخص کرده و بنویسید. (خشم، استرس، افسردگی و اضطراب)

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

احساس درماندگی و به دنبال آن فشارخون بالا و افزایش تعداد نبض در شب امتحان.

غمگینی مداوم، خستگی مفرط و فقدان انرژی.

این احساس نوعی واکنش طبیعی، نسبت به شرایط محیطی است.

ضعف سیستم ایمنی و افزایش احتمال ابتلا به سرطان.

جایگزین کردن خواسته‌ها می‌تواند راهکاری برای مقابله با اختلالات و باشد.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

الف

دو مورد از راهکارهای بهبود عزت نفس را بنویسید.

ب

دو مورد از اصول مقابله با فشارهای روانی و اضطراب را بیان کنید.

پ

کمبود کدام گروه از ویتامین‌ها ممکن است نوجوانان را در معرض افسردگی قرار دهد؟

ت

یکی از آثار مثبت خشم را توضیح دهید.

۶۰

سه توصیه برای کمک به حفظ و ارتقای تاب‌آوری بنویسید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

۶۱

منظور از عزت‌نفس، احساس است.

۶۲

به پرسش‌های زیر در رابطه با بهداشت روان پاسخ دهید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

الف

نداشتن عزت‌نفس ممکن است انسان را دچار کدام رفتارها کند؟

ب

فرد تاب‌آور در برخورد با یک موقعیت پرخطر چه برخوردی دارد؟

پ

فشار روانی ناسالم و شدید در شب امتحان چه عواقبی به دنبال دارد؟

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

آمادگی برای ازدواج نیازمند بلوغ جسمانی، بلوغ روانی و بلوغ زوجین است.

۶۳

تاب‌آوری اگرچه قابلیت است می‌تواند در تعامل با محیط تقویت و توسعه یابد.

۶۴

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

افکار تکراری از علائم (بدنی / ذهنی / روانی) اضطراب است.

۶۵

روی آوردن به مصرف مواد مخدر از آثار و مشکلات (روانی / اجتماعی / جسمی) در خشم منفی است.

۶۶

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

تاب‌آوری اگرچه قابلیت درونی است، اما می‌تواند در تعامل با محیط، تقویت و توسعه یابد.

۶۷

برای اینکه فرد زمان مناسبی را برای پرداختن به اولویت‌های خود پیدا کند، کدام توصیه خودمراقبتی در حفظ سلامت روان را پیشنهاد می‌کنید.

۶۸

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲



منبع:

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

قرارگرفتن در معرض دود حاصل از کشیدن سیگار توسط افراد مصرف‌کننده، دود دست (دوم - سوم) نامیده می‌شود.

۱

در مورد مصرف دخانیات و الکل به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

الف) نام گازی در سیگار که در بروز سرطان لب نقش دارد را بنویسید.

الف

ب) دو مورد از آلودگی‌هایی که در اثر استفاده مشترک از قلیان، از طریق دهان و دستان فرد آلوده منتقل می‌شود را نام ببرید.

ب

پ) چگونه مصرف مداوم الکل باعث ایجاد کبد چرب می‌شود؟

پ

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

۳

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

و) بوی سیگاری که در محیط پراکنده می‌شود و لوازم منزل را دربرمی‌گیرد دود دست (دوم - سوم) نامیده می‌شود.

الف

در مورد مصرف الکل به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۴

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

یک مورد از اثرات الکل بر عملکردهای سیستم اعصاب مرکزی را بنویسید.

الف

ب) مصرف بلندمدت مشروبات الکلی اثری مشابه با کدام ویروس بر روی کبد دارد؟

ب

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۵ مصرف متناوب قلیان نیز در فرد مصرفکننده، ایجاد وابستگی می‌کند.

درستی و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۶ قلیان پرمصرفترین انواع مواد دخانی در سراسر جهان است.

در هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۷ فرد مصرفکننده قلیان، حیات زیستی خود را در مواجهه با گازهای خطرناک مثل و فلزات سنگین قرار می‌دهد.

دلیل علمی هر یک از موارد زیر را بنویسید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۸ استفاده از قلیان با تنباکوههای میوه‌ای اثرات زیانبارتری دارد.

۹ در مورد مواد سمی موجود در دخانیات به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

الف کدام ماده سبب تشکیل پوسته ضخیم قهوه‌ای رنگ در ریه‌ها می‌گردد؟

ب کدام ماده هنگام استعمال دخانیات تبخیر شده و تنفس را مختل می‌کند؟

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

دو مورد از باورهای غلط در مورد مصرف سیگار که موجب سوق دادن جوانان به سوی مصرف دخانیات می‌شود را بنویسید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

در رابطه با مصرف دخانیات و الکل، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

از چه گیاهانی برای تولید دخانیات استفاده می‌کنند؟ یک مورد نام ببرید.

کدام ماده سمی موجود در مواد دخانی، در افزایش قند خون نقش دارد؟

چرا تنباکوهای میوه‌ای بیشتر باعث سرطان و انواع بیماری‌های خطرناک و کشنده می‌شوند؟

بارزترین آثار فوری مصرف الکل چیست؟

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در اثر استفاده از قلیان بیماری‌های منتقله از طریق دهان و دستان فرد آلوده، سلامت افراد دیگر را تهدید می‌کند.

سه مورد از اثرات الکل بر عملکرد سیستم اعصاب مرکزی را بنویسید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

با مصرف هروئین (مخدر مصنوعی) در فرد چه حالت‌هایی ممکن است رخ بدهد؟

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

منظور از دود دست سوم چیست؟

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۲۱ هریک از ویژگی‌های زیر مربوط به کدام ماده موجود در دود سیگار است؟

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

الف این ماده سبب انقباض عروق داخل بینی و فلج شدن حرکات مژک‌های داخل مخاط بینی می‌شود.

ب نوعی گاز سیگار است که از طریق ریه، کبد، کلیه‌ها و طحال جذب بدن می‌شود.

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

۲۲ تنباکوی جویدنی، مکیدنی و یا استنشاقی ماده دخانی محسوب نمی‌شوند.

۲۳ منظور از تکنیک ضبط صوت که از مهارت‌های مقاومتی در برابر دعوت به مصرف مواد است، چیست؟

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

در هر یک از عبارتهای زیر، جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

۲۴ الکل ماده شیمیایی است که بر عملکرد و روانی افراد تأثیر منفی می‌گذارد.

اصطلاحات زیر را تعریف کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

۲۵ دود دست سوم

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

۲۶ بوی سیگار پراکنده در محیط که لوازم منزل را در برمی‌گیرد دود دست (دوم - سوم) نام دارد.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

الف

نام گازی در سیگار که در بروز سرطان لب نقش دارد چیست؟

ب

مصرف سیگار علاوه بر آثار زیان‌بار در بدن چه اثرات سوء دیگری دارد؟ (یک مورد)

پ

دو مورد از آلودگی‌هایی که در اثر استفاده مشترک از قلیان، از طریق دهان و دستان فرد آلوده منتقل می‌شود را نام ببرید.

ت

از مهم‌ترین عواملی که نوجوانان و جوانان را به‌سوی مصرف مواد دخانی سوق می‌دهد، یک مورد را بنویسید.

پیشگیری از اختلالات مصرف مواد به چه دلایلی دارای اهمیت زیادی است؟

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

درستی یا نادرستی عبارت‌های زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

مصرف سیگار باعث رفع دلشوره و اضطراب و هضم غذا می‌شود.

در هر یک از عبارت‌های زیر، پاسخ صحیح را از بین کلمات داخل پرانتز انتخاب کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

بزرگ‌ترین عامل مرگ‌ومیر در قرن بیستم (دخانیات - الکل) است.

در مورد مصرف دخانیات و الکل به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

الف

چرا خطر مصرف تنباکوه‌های میوه‌ای بیشتر است؟

ب

دود دست سوم چیست؟

پ

دو مورد از تأثیرات الکل بر سیستم عصبی مرکزی را بنویسید.

در هر یک از عبارتهای زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

ماده موجود در مواد دخانی باعث بروز سرطان لب می‌شود.

۳۲

www.nedaeedaneesh.ir



منبع:

۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۱ دو مورد از عوامل عمدهٔ بازدارنده و محافظت‌کننده در رو آوردن به مصرف مواد مخدر در نوجوانان را بنویسید.

۲ دو نشانهٔ سندرم محرومیت را بنویسید.

۳ برای هریک از مخدرهای طبیعی و مصنوعی یک مثال بیاورید.

۴ چگونه مصرف مداوم الکل باعث ایجاد بیماری کبد چرب و سیروز کبدی می‌شود؟

در هر یک از عبارت‌های زیر، جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

۵ برخورداری از مهارت‌های اجتماعی، خطر مصرف مواد مخدر را می‌دهد.

به پرسش‌های زیر در رابطه با دخانیات، اعتیاد به مواد مخدر و عوارض آن پاسخ دهید.

۶ یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در شروع مصرف مواد مخدر را نام ببرید.

در رابطه با اعتیاد به مواد مخدر، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

از نشانه‌های سندرم محرومیت، دو مورد نام ببرید.

۷

منظور از اختلالات مصرف مواد چیست؟

۸

با مصرف کدام گروه از مواد اعتیادآور، ممکن هست صداهایی شنیده شوند که وجود خارجی ندارند؟

۹

چرا افراد مصرف‌کننده مواد مخدر، سعی می‌کنند دوستان و همسالان خود را وادار به همراهی نمایند؟

۱۰



منبع:

در روش صحیح بلند کردن و حمل بار سنگین ترتیب مراحل را فقط با ذکر شماره مرحله در موارد "الف" تا "ج" در برگه پاسخ بنویسید.

۱- جسم را به خود نزدیک کرده و از زمین بلند کند.

۲- با پاهای صاف، در نزدیک جسم بایستد.

۳- زانوها را خم کرده و بدن را در وضعیت زانو زدن قرار دهد.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

۲ برای انتخاب دوچرخه مناسب هر فرد چه توصیه‌ای می‌شود؟

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

۳ در اکثر اوقات صدماتی که در ناحیه کمر رخ می‌دهد به علت بودن عضلات کمر است.

۴ در رابطه با پیشگیری از اختلالات اسکلتی-عضلانی، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

الف در اکثر اوقات صدماتی که در ناحیه کمر رخ می‌دهد به چه دلیلی است؟

ب در انتخاب دوچرخه مناسب هر فرد، رعایت چه نکته‌ای توصیه می‌شود؟

پ تعداد مهره‌ها در کدام فقرات نسبت به سایر بخش‌ها بیشتر است؟

۵ بر اساس اصول ارگونومی هنگام انجام کارهای طولانی مدت، از چه نوع حرکاتی و به چه منظوری باید استفاده کرد؟

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

در عبارات زیر، جاهای خالی را بر اساس مطالب کتاب درسی با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

در چیدمان وسایل کوله‌پشتی، اشیای با وزن متوسط نسبت به اشیای سبک در قسمت آن قرار می‌گیرند.

۷

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

کارکردن طولانی‌مدت در حالت پشت با منحنی C انگلیسی، فشار زیادی را بر پشت وارد می‌کند.

۸

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

به حالتی که کمترین فشار و تنش به سیستم اسکلتی - عضلانی وارد می‌شود (وضعیت بدنی / پوسچر / ارگونومی) گفته می‌شود.

۹

اصل ارگونومی مربوط به شکل زیر را توضیح دهید. (ذکر شماره اصل الزامی نیست.)

۱۰



- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

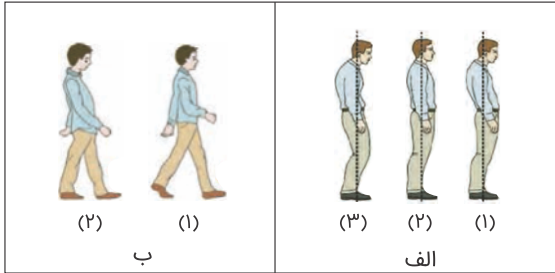
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

کوله‌پشتی به همراه محتویات آن نباید بیشتر از (۱۰ - ۱۵) درصد وزن شما باشد.

۱۱

در هر یک از شکل‌های "الف" و "ب" کدام یک از شماره‌ها الگوی صحیح وضعیت بدن، در موقعیت‌های ایستاده و راه رفتن را نشان می‌دهد؟

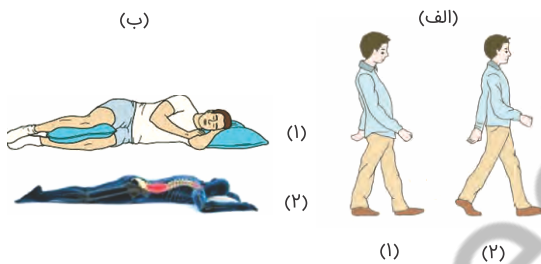
۱۲



- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

در هر یک از تصاویر زیر کدام شماره الگوی صحیح وضعیت بدن در موقعیت‌های مختلف را نشان می‌دهد؟ شماره هر مورد را در برگه پاسخ بنویسید.

۱۳



- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

دلایل نادرست بودن وضعیت فرد، در شکل زیر را بنویسید. (ذکر دو مورد)

۱۴



- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

مراحل انجام آزمون دیوار برای ارزیابی وضعیت بدنی را شرح دهید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

در شکل زیر کدام وضعیت بدنی درست می‌باشد؟



شکل ۱ شکل ۲

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

در هر یک از عبارت‌های زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۰

هنگام نشستن روی صندلی بهتر است در انتهای صندلی نشست و ستون فقرات را در حالت نگه داشت.

اصل ارگونومی مربوط به شکل زیر را توضیح دهید.



- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهريور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم تجربي دوازدهم سلامت و بهداشت شهريور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهريور

بهرتر است در چیدمان وسایل کوله‌پشتی، اشیای سبک در عقب کوله‌پشتی قرار بگیرند.

۲۰

هر یک از عبارتهای زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربي دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

اختلالات اسکلتی-عضلانی یکی از شایع‌ترین بیماری‌های ناشی از و سبک زندگی در سطح جهان است.

۲۱

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

براساس اصول ارگونومی انجام کارهای سبک و ظریف باید کمی (بالتر - پایین‌تر) از ارتفاع آرنج تنظیم شوند.

۲۲

در هر یک از عبارتهای زیر، جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربي دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

شکل ستون فقرات انسان شبیه حرف انگلیسی است.

۲۳

توضیح دهید که شکل زیر به کدام نکته در مورد اصول ارگونومی می‌پردازد؟

۲۴



- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

۲۵ در چیدمان وسایل کوله‌پشتی، اشیای سنگین در کدام قسمت آن قرار می‌گیرد؟

۲۶ در منحنی S شکلی ستون فقرات، کدام قسمت منحنی بسیار مهم است؟

۲۷ استفاده از پیچ‌گوشتی به‌جای دریل، تعداد حرکات دست کاربر را افزایش می‌دهد یا کاهش؟

۲۸ در دوچرخه‌سواری وقتی رکاب پایین است، زاویه بین ران با کدام قسمت بدن، باید حدود ۲۵ تا ۳۰ درجه باشد؟

۲۹ منظور از وضعیت بدنی به زبان ساده چیست؟

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

۳۰ منظور از وضعیت بدنی مناسب چه حالتی است؟

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

در هر یک از عبارت‌های زیر جای‌خالی را با کلمه مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

۳۱ ۹۰٪ از علل بروز کمردرد، فشار بیش از حد به ناحیه کمری به علت انجام نامناسب برخی از کارهای روزمره است.

۳۲ منظور از وضعیت بدنی مناسب (پوسچر) چیست؟

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

۳۳ باتوجه‌به شکل‌های زیر به سؤالات پاسخ دهید.



امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۳۴ اعتماد به نفس پایین و خجالتی بودن، می‌تواند باعث وضعیت بدنی نامناسب در افراد شود.

۳۴

۳۵ برای انتخاب دوچرخه مناسب هر فرد چه توصیه‌ای می‌شود؟

۳۵

۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۳۶ برای پیشگیری از بروز کمردرد، هنگام نشستن روی صندلی چه نکاتی را باید رعایت کنیم؟

۳۶

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۳۷ منظور از وضعیت بدنی مناسب چیست؟

۳۷

۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۳۸ اصل ارگونومی مربوط به هر یک از شکل‌های مقابل را توضیح دهید.

۳۸

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

الف



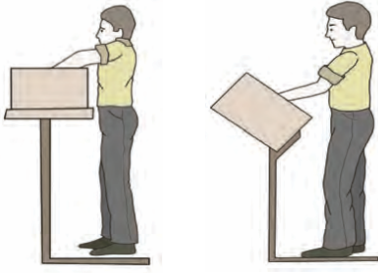
ب



۳۹ کدام یک از علائم روانی وابستگی به مواد مخدر، می‌تواند به حفظ وضعیت بدنی مناسب (پوسچر) آسیب وارد کند؟

۳۹

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد



شکل ۲

شکل ۱

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

بر اساس اصول ارگونومی، برای دسترسی آسان به داخل جعبه‌ها و کارتن‌ها چه اقدامی می‌توان انجام داد؟

۴۱

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

در هنگام انجام هر یک از امور روزمره زیر با به‌کارگیری کدام روش صحیح، می‌توان از بروز کمردرد جلوگیری کرد؟

۴۲

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

الف تمیزکردن کف آشپزخانه یا راهرو

الف

ب هنگام نشستن روی صندلی

ب

۴۳ هنگام نشستن روی صندلی، بهتر است چه نکاتی رعایت شود؟

۴۳

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۴۴ اصل ارگونومی مربوط به شکل زیر را توضیح دهید.
(ذکر شماره اصل الزامی نیست)

۴۴



۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۴۵ دو ویژگی برای مناسب بودن بندهای کوله‌پشتی بنویسید.

۴۵

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

از دیدگاه سلامت ستون فقرات، بلند کردن بار با کمر و پاهای، روشی ایمن‌تر است.

۴۶

در بدن هر فرد بالغ، اتصال ۲۰۶ استخوان با ۶۰۰ عضله، به سه طریق انجام می‌شود؛ نام آن‌ها بنویسید.

۴۷

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۰

اختلالات اسکلتی-عضلانی یک پدیده چند علتی است.

۴۸

در هر یک از عبارتهای زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

شایع‌ترین اختلالات اسکلتی - عضلانی است.

۴۹

درستی یا نادرستی عبارتهای زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

شکل ستون فقرات انسان شبیه C انگلیسی است.

۵۰

مراحل نامرتب زیر مربوط به برداشتن اشیای سنگین از روی زمین می‌باشد، آن‌ها را مرتب کرده و بنویسید.

- ۱- بدن را در وضعیت زانو زدن قرار دهیم.
- ۲- جسم را در نزدیک به خودمان بگیریم.
- ۳- پاها را صاف روی زمین بگذاریم.
- ۴- تا حد ممکن نزدیک جسم بایستیم.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

هنگام خرید کوله‌پشتی، چه نکاتی باید رعایت شود؟

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

آسیب‌پذیرترین عضو بدن در برابر صدمات، (زانو - کمر - گردن) می‌باشد.

در هنگام خوابیدن کدام مورد وضعیت درست بدن را نشان می‌دهد.

- ۱- به پهلو خوابیدن و قرار دادن بالش بین پاها
- ۲- به شکم خوابیدن، بدون قرار دادن بالش زیر زانو

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

افراد با داشتن وضعیت بدنی طبیعی یا مناسب می‌توانند کارهای خود را با انرژی (بیشتر / کمتر) به انجام برسانند.

درستی یا نادرستی هریک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

وضعیت بدنی مناسب، یعنی فرم و حالتی که بدن فرد در طول انجام کار به خود می‌گیرد.

۵۶

بهتر است در چیدمان وسایل کوله‌پشتی، اشیای سبک در جلوی کوله‌پشتی قرار بگیرند.

۵۷

برای انجام کارهایی مثل نوشتن با استفاده از میز در حالت ایستاده و کارهایی از این قبیل، پوسچر چگونه باید باشد؟

۵۸

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۲

اصل ارگونومی مربوط به هر یک از شکل‌های زیر را توضیح دهید.

۵۹

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹



الف



ب

کدام‌یک از اشکال زیر، الگوی صحیح وضعیت بدن را نمایش داده است؟

۶۰



شکل ۱



شکل ۲

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

درستی یا نادرستی عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

برای برداشتن اشیاء سنگین لازم است بدون خم کردن زانو، کمر را خم کرده و جسم را بردارید.

۶۱

در هر یک از عبارتهای زیر، پاسخ صحیح را از بین کلمات داخل پرانتز انتخاب کنید.

- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

آسیب پذیرترین قسمت بدن در برابر صدمات (کمر - چشم) است.

۶۲

دو مورد از دلایل ایجاد وضعیت بدنی نامناسب را بنویسید.

۶۳

- ۱۳۹۷ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۷ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۷ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

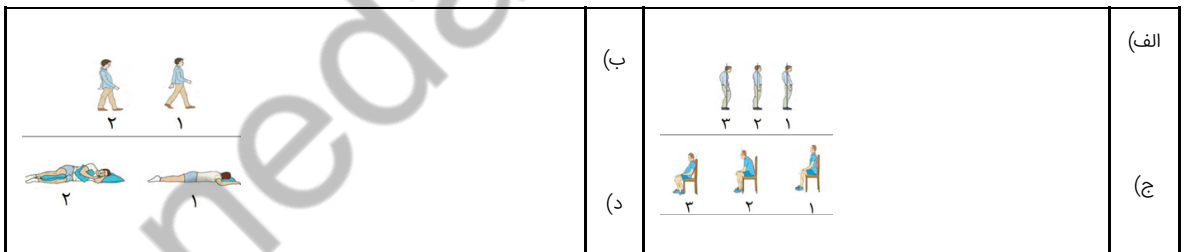
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

برای برداشتن اشیای (سبک - سنگین) از روی زمین باید کنار جسم زانو بزنیم، طوری که یک پا جلوی پای دیگر قرار گیرد.

۶۴

تصاویر زیر الگوی صحیح وضعیت بدن را در موقعیتهای مختلف (ایستاده، نشسته، خوابیدن و راه رفتن) نشان می‌دهد. در هر یک از موارد شماره صحیح را مشخص کنید و در برگه پاسخ نامه بنویسید.

۶۵



- ۱۴۰۰ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۰ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

جاهای خالی زیر را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

در ستون فقرات، بین فقرات کمری و دنبالچه قرار دارد.

۶۶



- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- ۱۳۹۷ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۷ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۷ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

از دیدگاه سلامت ستون فقرات، بلند کردن بار با کمر راست و پاهای روشی ایمن‌تر است.

۶۸

به پرسش‌های زیر در رابطه با پیشگیری از اختلالات اسکلتی-عضلانی پاسخ دهید.

۶۹

- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

روش صحیح برای انجام کارهایی مثل نوشتن با استفاده از میز در حالت ایستاده را بنویسید.

الف

علم ارگونومی برای پیشگیری از بروز چه نوع اختلالات اسکلتی - عضلانی به یاری انسان می‌آید؟

ب

نحوه بستن کوله‌پشتی روی پشت را توضیح دهید.

پ

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

در هنگام اتو کردن لباس، ارتفاع مناسب میز اتو، باید نصف قد فرد باشد.

۷۰

وضعیت بدنی مناسب (پوسچر) چگونه حالتی است؟

۷۱

- ۱۳۹۷ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۷ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۷ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۰

www.nedaedanehsh.ir



منبع:

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱
 امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۱

۱ در رابطه با پیشگیری از حوادث خانگی، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

الف در سطح ۳ پیشگیری از حوادث خانگی، توجه به چه مواردی ضروری است؟

ب در آتش‌سوزی ناشی از برق بهترین روش خاموش کردن، استفاده از چه ماده‌ای است؟

پ چرا در شرایط استرس و هیجان احتمال وقوع حادثه افزایش می‌یابد؟

ت استفاده از کفپوش‌های لرزه‌گیر در حمام چه کاربردی دارد؟

ث مهم‌ترین علت مرگ ناشی از آتش‌سوزی چیست؟

۲ باتوجه به شکل زیر در هنگام استفاده از کیسول اطفای حریق: "اسپری کردن حریق با روش و با فاصله حدود متر از آتش انجام می‌شود."



امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۳ دو مورد از روش‌هایی که به کمک آن می‌توان از بروز خطرات کار با مواد شیمیایی کاست را بنویسید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

۴ استرس و هیجان چگونه می‌تواند از عوامل خطر ساز در حوادث خانگی به شمار آید؟

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹
 امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۳۹۹

<p>انواع آتش‌سوزی</p> <p>۱) آتش‌سوزی مایعات قابل اشتعال</p> <p>۲) آتش‌سوزی ناشی از گازهای قابل اشتعال</p> <p>۳) آتش‌سوزی خشک</p> <p>۴) آتش‌سوزی ناشی از برق</p>	<p>ویژگی</p> <p>الف) معمولاً از خود، خاکستر بر جای می‌گذارد.</p> <p>ب) بهترین وسیله خاموش کردن آن استفاده از گاز دی‌اکسیدکربن است.</p> <p>ج) برای خاموش کردن آن هرگز نباید از آب استفاده شود.</p>
---	---

- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

بهترین وسیله برای خاموش کردن آتش‌سوزی ناشی از برق، استفاده از (کربن دی‌اکسید - شن - نمک) است.

مهم‌ترین علت مرگ ناشی از آتش‌سوزی (سوختگی - خفگی - مسمومیت)، قلمداد می‌شود.

سرفه و خشونت صدا از علائم کدام انسداد راه هوایی است؟

- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

برای هریک از موارد زیر دلیل علمی بنویسید.

- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

از مصرف شوینده‌ها و پاک‌کننده‌ها در فضای بسته حتی با استفاده از ماسک باید خودداری کرد.

در مورد پیشگیری از حوادث خانگی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

یکی از نهادهای امدادی در حوادث خانگی را نام ببرید.

در اثر سوختن ناقص سوخت‌های فسیلی، کدام گاز مسموم‌کننده ایجاد می‌شود؟

در خاموش کردن آتش‌سوزی ناشی از الکل، به چه منظور از پتوی خیس استفاده می‌شود؟

اولین مرحله در استفاده از کپسول اطفای حریق چیست؟

ث در وضعیت انسداد خفیف راه تنفس هوایی باید از ضربه زدن به پشت اجتناب شود، علت چیست؟

ث

ج نوریپردازی منزل به صورت سایه‌روشن، خطر کدامیک از حوادث خانگی را افزایش می‌دهد؟

ج

۱۰ دو مورد از علائم انسداد خفیف راه تنفس هوایی را بنویسید.

۱۰

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۹

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

۱۱ براساس شواهد، حوادث در مورد دختران بیشتر در خانه رخ می‌دهد.

۱۱

در هر یک از عبارت‌های زیر جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۹

۱۲ بخار متصاعد شده از ترکیب و وایتکس برای چشم، پوست و ریه‌ها بسیار خطرناک است.

۱۲

از بین کلمات داخل پرانتز گزینه مناسب را انتخاب کنید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

۱۳ رنگ صورت مایل به خاکستری همراه با کبودی لب‌ها از علائم انسداد (خفیف / کامل) راه تنفس هوایی است.

۱۳

۱۴ در کدام سطح از سطوح پیشگیری از حوادث، با نهادهای امدادگران همچون اورژانس تماس گرفته می‌شود؟

۱۴

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

۱۵ برای تمیزکردن سینک ظرف‌شویی به جای مواد سفیدکننده قوی از کدام ماده کم‌خطرتر می‌توان استفاده کرد؟

۱۵

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

درستی یا نادرستی هر یک از عبارتهای زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی

۱۶ در انسداد کامل راه تنفس هوایی، راه تنفس کاملاً مسدود و هیچ هوایی وارد و یا از ریه‌ها خارج نمی‌شود.

به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور



۱۷ تصویر زیر، کدامیک از سطوح پیشگیری از حوادث را نشان می‌دهد؟

۱۸ این سطح پیشگیری، مربوط به (قبل از / زمان / پس از) وقوع حادثه است.

در هر یک از عبارتهای زیر، جای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

۱۹ شایع‌ترین حادثه دوران کودکی و سالمندی، و زمین خوردن است.

۲۰ قالیچه‌های سُرخورنده جزء کدام دسته از عوامل خطرآفرین سقوط هستند؟

- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۸ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

۲۱ در مورد سطوح پیشگیری از حوادث به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

- ۱۳۹۷ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۷ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی
- ۱۳۹۷ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی

الف در سطح ۱ چه اقداماتی انجام می‌شود؟

از بین کلمات داخل پرانتز، کلمه مناسب را انتخاب کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

سرد کردن آتش، بهترین راه مبارزه با آتش‌سوزی (ناشی از برق / مایعات قابل اشتعال / خشک) است.

۲۲

مرحله سوم در نحوه استفاده از کپسول آتش‌نشانی (کشیدن ضامن / فشار آوردن بر روی اهرم / تمرکز بر روی آتش) است.

۲۳

در مورد سطح ۱ از سطوح پیشگیری از حوادث، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

۲۴

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

الف این سطح در چه زمانی صورت می‌گیرد؟

الف

ب در این سطح باید روی چه موردی تمرکز کرد؟

ب

در عبارات زیر، جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

برای تمیز کردن سینک ظرف‌شویی، بهتر است به جای مواد سفیدکننده قوی از مواد کم‌خطرتر مانند استفاده کرد.

۲۵

درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخص کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۴۰۱

اورژانس یکی از نهادهای امدادی در حوادث خانگی محسوب می‌شود.

۲۶

جاهای خالی زیر را کامل کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

از بین کلمات داخل پرانتز، گزینه مناسب را انتخاب کنید.

- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۱ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

استرس و هیجان باعث (افزایش - کاهش) احتمال وقوع حادثه می‌شود.

۲۸

بهترین راه مبارزه با آتش‌سوزی‌های خشک، استفاده از (نمک - آب) است.

۲۹

برای خاموش کردن آتش‌سوزی ناشی از مایعات، باید از (آب - کپسول اطفای حریق) استفاده کرد.

۳۰

در سطح ۳ پیشگیری از حوادث (پس از وقوع حادثه) چه اقداماتی انجام می‌شود؟

۳۱

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

در آتش‌سوزی‌های ناشی از موارد زیر، بهترین روش مقابله با هریک را بیان کنید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

فرآورده‌های چوبی

۳۲

مایعات قابل اشتعال

۳۳

احتراق زئراتورها

۳۴

برای هریک از موارد زیر دلایل علمی بنویسید.

- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۴۰۲ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

برای جمع‌آوری خرده‌های لامپ کم‌مصرف، از دستکش یک‌بارمصرف و کاغذ استفاده شود.

۳۵

چرا در آتش‌سوزی ناشی از فرآورده‌های چوبی باید آن‌ها را سریع با پتو یا فرش مرطوب پوشاند؟

۳۶

- ۱۳۹۹ امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور
- ۱۳۹۹ امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۴۰۲

رنگ صورت مایل به خاکستری همراه با کبودی لب‌ها، از علائم کدامیک از انواع انسداد راه تنفس هوایی (خفگی) می‌باشد؟

۳۷

وسایل و ابزار پراکنده در گوشه و کنار محل زندگی مثل مبلمان، مربوط به کدامیک از عوامل خطرآفرین سقوط است؟

۳۸

دو مورد از نکاتی که در هنگام بروز آتش‌سوزی در منزل توصیه می‌شود را بنویسید.

۳۹

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

در رابطه با پیشگیری از حوادث خانگی، به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۱

به جای مواد سفیدکننده قوی، برای تمیز کردن سینک ظرف‌شویی، بهتر است از چه ماده‌ای استفاده شود؟

۴۰

اگر لامپ کم‌مصرف و مهتابی حاوی گاز جیوه شکست، اولین اقدام قبل از پاک کردن خرده‌های لامپ چیست؟

۴۱

برای سرد کردن آتش در آتش‌سوزی‌های خشک، چه اقداماتی می‌توان انجام داد؟

۴۲

امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۸

باتوجه به شکل‌ها، مراحل نحوه استفاده صحیح از کپسول اطفای حریق را به ترتیب در موارد الف تا د پاسخ‌نامه شماره‌گذاری نمایید.

۴۳



امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد

امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت خرداد ۱۴۰۲

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت شهریور ۱۳۹۸

بسیاری از لامپ‌های کم‌مصرف و مهتابی حاوی گاز سمی هستند.

۴۴

مانور باز کردن راه تنفس هوایی در خانم‌های باردار (در صورت برطرف نشدن انسداد با ضربان بین دو کتف) را بنویسید.

۴۵

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

درستی یا نادرستی عبارتهای زیر را مشخص کنید.

- امتحان نهایی علوم انسانی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی علوم تجربی دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷
- امتحان نهایی ریاضی و فیزیک دوازدهم سلامت و بهداشت دی ۱۳۹۷

خفگی ناشی از آتش‌سوزی در مقایسه با سوختگی ناشی از آن، تلفات بیشتری به همراه دارد.

۴۶