

به نام خداوند جان و خرد

سوالات ادوار مختلف امتحان نهایی درس سلامت و بهداشت

(از خرداد ۱۳۹۷ تا شهریور ۱۴۰۲)

مهدی مصطفایی (سرگروه سلامت و بهداشت شهرستان بم)

✓ درس اول: سلامت چیست؟

(۱) سلامت در فرهنگ فارسی معین (بی عیب شدن - **رهایی یافتن**) معنی شده است.

در لغت نامه دهخدا «بی عیب شدن» فرداد ۹۹ (فارح کشور)

(۲) دو کلمه بهداشت و سلامت مترادف هم هستند. **نادرست** فرداد ۹۹ (فارح کشور)

(۳) تعادل بین مزاج چهارگانه، شامل **صفراء، سودا، بلغم و فون**، تعریف سلامت از نظر

(**بقراط** - ابن سینا) است. **ابن سینا** : سلامت سرشت و حالتی است که در آن

اعمال بدن به درستی سر می زند و نقطه مقابل بیماری نیست دی ۱۴۰۰ دی ۱۴۰۰ (فارح کشور)

(۴) طب سنتی سلامت را ناشی از تعادل میان صفرا، سودا، بلغم و خون می‌داند.

نادرست در طب سنتی مزاج چهارگانه شامل سردی، گرمی، خشکی و تری دانسته اند دی

۱۴۰۱ (فارج کشور)

(۵) بنا به فرمایش حضرت علی (ع) در حکمت ۳۸۸ نهج البلاغه چه چیزی بالاتر از سلامت

بدن است؟ تقوای دل (سلامت روان) فرورد ۹۹

(۶) با توجه به دیدگاه اسلام؛ در تعریف سازمان بهداشت جهانی از سلامت جنبه

ی معنوی آن غفلت شده است. فرورد ۱۴۰۲ دی ۱۴۰۰ (فارج کشور)

(۷) تامین سلامت افراد جامعه از وظایف اولیه (خانواده‌ها - حکومت‌ها) است. فرورد

۹۹ (دافل فارج کشور)

(۸) تامین سلامت مستلزم رعایت بهداشت است. دی ۹۷ و ۹۹ فرورد ۱۴۰۰ شهریور ۹۸

ابعاد سلامت			
معنوی	اجتماعی	روانی عاطفی	جسمانی
سطح بالایی از ایمان به خدا	ارتباط سالم فرد با جامعه، مدرسه، خانواده و محیط	سازگاری فرد با خودش و دیگران شهریور ۱۴۰۱ دی ۱۴۰۰ (فارج کشور) فرورد ۹۸ (فارج کشور)	ظاهر خوب و طبیعی/وزن مناسب/اشتهای کافی/خواب/راحت و منظم/اندام

امیدواری فرداد ۱۴۰۰	ابراز دریافت های قلبی فرداد ۱۴۰۰	قضاوت نسبتا صحیح در برفورد با مسائل فرداد ۹۹ تستی فرداد ۱۴۰۰	مناسب/حرکات بدنی هماهنگ/طبیعی بودن نبض و فشار
تعهد فرداد ۹۹ تستی		داشتن روحیه انتقاد پذیری دی ۱۴۰۱ جورکردنی	فون/افزایش مناسب/وزن در سنین رشد/وزن نسبتا ثابت
کمال جوئی دی ۹۹ صمیح غلط		داشتن عملکرد مناسب در برفورد با مشکلات دی ۹۸ تستی فرداد ۱۴۰۱ (فارج کشور) جدول	
پایبندی به اخلاقیات		مدیریت هیجان ، آرامش و شناخت خود شهریور ۱۴۰۰ (افاقالی فرداد ۱۴۰۰)	قابل درک ترین بعد سلامت دی ۱۴۰۰ فرداد ۱۴۰۱ (فارج کشور) جدول
هدف داشتن در زندگی			
عبارت «آگاه باشید تنها یاد خدا آرامش بخش دل هاست» شهریور ۱۴۰۱			
عدم احساس پوچی و بی هدفی در زندگی فرداد ۱۴۰۱ (فارج کشور)			



✓ ابعاد سلامت چیست؟

(۹) با توجه به شکل نرگس در کدامیک از ابعاد سلامت دچار

اقتلال می باشد؟ سلامت اجتماعی
فرداد ۱۴۰۲

(۱۰) سلامت جسمانی از نظر زیست شناسی به چه معناست؟

دی ۹۹ (فارج کشور)

از نظر زیست شناسی عملکرد مناسب سلول ها و اعضای بدن و هنگی آنها با هم
نشانه سلامت جسمانی است.

✓ برای حفظ و تأمین سلامت، اولویت با کدامیک از این دو

روش است، پیشگیری یا درمان؟

(۱۱) در حفظ و تأمین سلامت، به طور ختم، اولویت با درمان بر پیشگیری مقدم است.

نادرست پیشگیری بر درمان مقدم است شهریور ۹۸ (فارج کشور) شهریور ۱۴۰۰

(۱۲) روش های درمانی مستلزم مصرف داروهایی است که معمولاً با عوارض جانبی

همراه است. درست دی ۹۹ (فارج کشور)

(۱۳) چرا برای حفظ و تأمین سلامت، پیشگیری بر درمان مقدم است؟ (یک دلیل

بنویسید). فرورداد ۹۹

(۱) در پیشگیری هرگونه اقدام بسیار آسان تر، کم هزینه تر و اطمینان بخش تر است.

فرورداد ۹۹ درمان مشکل تر و پرهزینه تر دی ۱۴۰۱ (فارج کشور)

(۲) زمان آموزش پیشگیرانه بسیار کوتاه و برای همه در هر سطح معلومات با هزینه

بسیار کم میسر است. دی ۹۸

(۳) در روش های پیشگیری غالباً نیازی به منابع خارجی، برای تهیه مواد و داروها و
تجهیزات، وجود ندارد.

(۴) در روش های پیشگیری مشکلاتی از قبیل عوارض جانبی داروها وجود ندارد.

(۵) در پیشگیری با استفاده از خدمات بهداشتی به آسانی و ساده ترین شیوه می توان
از وقوع بیماری و پیامدهای ناشی از آن جلوگیری کرد.

✓ عوامل مؤثر بر سلامت

(۱۴) عوامل مؤثر بر سلامت همیشه موجب تقویت فرد میشود. **نادرست** صفحه ۱۰ **شهریور**

۱۴۰۲

(۱۵) کدام یک از موارد زیر از نمونه‌های مهم ترین عامل مؤثر بر سلامت نیست؟ **دی**

۱۴۰۱ (فارج کشور)

۱) شغل ۲) درآمد ۳) **تفریح** ۴) الگوی خرید و مصرف

(۱۶) دو مورد از عوامل مؤثر بر سلامت را نام ببرید و مثال بزنید. **فرداد** ۱۴۰۰ **دی** ۱۴۰۰

۱) **عوامل محیطی:** آب، خاک، هوا، عوامل اقتصادی اجتماعی، شرایط زندگی، امکانات، تسهیلات آموزشی **فرداد** ۹۹، **نمونه ارتباطات**، آگاهی ها، وضعیت اشتغال، درآمد،

امنیت شهریور ۱۴۰۰ شهریور ۱۴۰۱ (فارج کشور)

۲) **عوامل ژنتیکی و فردی:** تأثیر خصوصیات ژنتیکی مثل قد، وزن، رنگ پوست، سابقه خامیلی ابتلای به بیماری و عوامل فردی همچون **سن** **فرداد** ۹۹ (فارج کشور) **تسنی**، جنس، شغل،

طبقه اجتماعی **فرداد** ۱۴۰۱

۳. **دسترسی به خدمات بهداشتی و درمانی:** اقدامات پیشگیری از طریق انجام واکسیناسیون، **تأمین آب سالم آشامیدنی**، مراقبت از گروه های آسیب پذیر مانند

مادران و کودکان و نیز **توزیع عادلانه خدمات سلامت** **فرداد** ۱۴۰۱ شهریور ۱۴۰۱ (فارج کشور)

۴) **سبک زندگی:** معیشت، تمرکز، تفریح و شیوه های گذراندن اوقات فراغت، الگوی

خرید و مصرف **فرداد** ۱۴۰۰ **تسنی**، استفاده از محصولات تکنولوژیک **دی** ۱۴۰۱ شهریور ۱۴۰۰ شهریور ۱۴۰۱ (فارج

کشور)

(۱۷) شرایط زندگی و امنیت جزء کدام یک از عوامل مؤثر بر سلامت میباشد؟ **صفحه ۱۱**

شهریور ۱۴۰۲

۱) عوامل ژنتیکی و فردی ۲) **عوامل محیطی**

۳) دسترسی به خدمات بهداشتی درمانی ۴) **سبک زندگی**