

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 پنجم: بهداشت و ایمنی مواد غذایی

✓ تعریف بهداشت مواد غذایی

(۱) بیشترین آلودگی در مواد غذایی بر اثر بی احتیاطی در مراحل (فرآوری / مصرف) ایجاد می شود. دی ۱۴۰۱ (فارغ

کشور)

✓ اصول بهداشتی در جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی

(۲) دفع صمغ زباله و مواد دفعی از اصول رعایت بهداشت ... میباید....می باشد که در جلوگیری از آلودگی و

فساد مواد غذایی مؤثر است. ص ۴۲ شهریور ۱۴۰۲

(۳) از جمله نکات بهداشت فردی افراد مؤثر در فرآیند تولید غذا، نداشتن زیور آلات است. درست شهریور

۹۸ (فارغ کشور)

(۴) برای افراد شاغل در مکان‌های تهیه، تولید و توزیع غذا، داشتن **کارت بهداشت** و

رعایت بهداشت از اهمیت زیادی برخوردار است. **دی ۹۷**

(۵) زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت‌های آن حداقل **۷۰** درجه سانتی‌گراد حرارت

دیده باشد **فرداد ۹۹**

(۶) زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت‌های آن حداقل (۶۰ - **۷۰**) درجه سانتی‌گراد حرارت دیده

باشد. **شهریور ۱۴۰۱**

(۷) منظور از نگهداری غذا به صورت کاملاً سرد نگهداری آن در دمای زیر (**۱۴** / صفر **۱۰**) درجه سانتی‌گراد

میباشد. **فرداد ۱۴۰۲**

(۸) شست و شوی صحیح دست‌ها قبل از کار مربوط به کدام اصول بهداشتی است؟ **فرداد ۹۹ (فارغ کشور)**

(۱) رعایت بهداشت محیط (۲) رعایت بهداشت مواد غذایی از تهیه تا مصرف

(۳) **رعایت بهداشت فردی** (۴) رعایت بهداشت در مرحله طبخ

(۹) کدام یک از موارد زیر مربوط به رعایت بهداشت فردی در فرایند تولید غذا نیست؟ **شهریور ۱۴۰۱**

(۱) گذاشتن پوشش بر روی زخم دست (۲) نداشتن زیورآلات

(۳) **پیشگیری از ورود گرد و غبار در غذا** (۴) پوشاندن موی سر

(۱۰) کدام یک از نکات رعایت بهداشت مواد غذایی از تهیه تا مصرف است؟ **دی ۱۴۰۱ (فارغ کشور)**

(۱) دفع صحیح زباله و مواد دفعی (۲) **نگهداری غذا به صورت داغ یا سرد**

۳) شست و شوی صحیح دست ها قبل از کار ۴) تهیه آب سالم و کافی

۱۱) دو مورد از اصول رعایت بهداشت محیط در محل تهیه، توزیع و نگهداری مواد غذایی را بنویسید. **شهریور ۹۹**

فرداد ۹۸ (فارج کشور) فرداد ۹۸ دی ۹۹

۱) تهیه آب سالم و کافی ۲) مبارزه با حشرات و چونندگان ناقل بیماری

۳) دفع صحیح زباله و مواد دفعی. ۴) پیشگیری از ورود گرد و غبار و مواد خارجی در غذا

۱۲) از نکات بهداشت فردی که افراد موثر در فرآیند تولید غذا باید رعایت کنند دو مورد را بنویسی

۱) پوشیدن لباس تمیز و پوشاندن موی سر ۲) نداشتن زیور آلات ۳) پوشاندن بینی و دهان هنگام

عطسه و سرفه ۴) گذاشتن پوشش بهداشتی بر روی خراش ها و زخم های دست و انگشتان ۵)

شست شوی صحیح دست ها قبل از کار ۶) کوتاه نگهداشتن ناخن و در صورت امکان استفاده از

دستکش بهداشتی **فرداد ۹۹**

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

زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت های آن حداقل ۷۰ درجه سانتی گراد حرارت دیده باشد. **فرداد**

۱۴۰۱

✓ **فساد مواد غذایی چیست و عوامل ایجاد آن کدام اند؟**

۱۴) استفاده غیر مجاز از سموم دفع آفات نباتی در هنگام کشاورزی از عوامل شیمیایی فساد در مواد غذایی

است. **درست** **فرداد ۱۴۰۱** (فارج کشور)

(۱۵) از عوامل مکانیکی ایجاد فساد مواد غذایی، می‌توان به تفریب بافت ماده غذایی اشاره کرد **نادرست** شهرپور

۱۴۰۱

(۱۶) زمانی که یک ماده غذایی از نظر رنگ بو.....، طعم و مزه دچار تغییراتی شود و ارزش غذایی

آن از بین برود یا کاهش یابد، می‌گوییم ماده غذایی دچار فساد شده است. **فرداد ۹۹**

(۱۷) نور و زمان از عوامل (مکانیکی - فیزیکی) هستند که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شوند **شهرپور ۹۸**

(فارج کشور)

(۱۸) رطوبت از جمله عوامل (مکانیکی / فیزیکی) است که باعث ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شود. **فرداد ۹۹**

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

فرداد ۹۹

(۲۰) ضربه دیدن در حین برداشت، انتقال نگهداری مواد غذایی از عوامل فساد مواد غذایی

است. **دی ۹۷**

(۱) مکانیکی (۲) فیزیکی (۳) شیمیایی (۴) بیولوژیکی

(۲۱) کدام یک از عوامل زیر جزء عوامل بیولوژیکی ایجاد فساد در مواد غذایی می‌باشد؟ **دی ۹۹ (فارج کشور)**

(۱) موندگان (۲) افزودنی‌ها (۳) رطوبت (۴) ضربه دیدن

(۲۲) جدول زیر در رابطه با عوامل ایجاد فساد مواد غذایی است هر یک از موارد ستون "الف" با یکی از

موارد ستون "ب" ارتباط منطقی دارند آنها را پیدا کنید و در برگه پاسخ نامه بنویسید. **دی ۹۸**

"ستون الف"	"ستون ب"
الف. شیمیایی ۴ —	۱) ترشحات دهان سوسک های فانگی
ب. بیولوژیکی ۱ —	۲) ضربه دیدن میوه ها در هنگام برداشت
ج. مکانیکی ۲ —	۳) نامناسب بودن درجه حرارت محیط
د. فیزیکی ۳ —	۴) استفاده از مشرک کش ها در هنگام کاشت

۲۳) چه زمانی می‌گوییم ماده غذایی دچار فساد شده است؟ ۲ ویژگی کافی است. زمانی که یک ماده

غذایی از نظر رنگ، بو، طعم و مزه دچار تغییراتی شود و ارزش غذایی آن از بین برود یا کاهش یابد.

فرداد ۹۹ (فارح کشور)

۲۴) چرا میوه های ضربه دیده با گذشت زمان فاسد می شوند. نفوذ کپک ها یا محصولات غذایی و

باکتری ها از محل نقاط آسیب دیده به درون میوه صفحه ۴۵ فرداد ۱۴۰۲ فرداد ۹۹ (فارح کشور) فرداد ۱۴۰۱

۲۵) از عواملی که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شوند، دو مورد را نام ببرید. دی ۹۹

عوامل شیمیایی - عوامل بیولوژیکی - عوامل فیزیکی - عوامل مکانیکی

۲۶) هر یک از موارد زیر مربوط به کدام یک از عوامل ایجاد فساد در مواد غذایی است؟ شهرپوراه ۱۴۰۱ (فارح کشور)

(۲۷) نگهداری مواد غذایی فاسد شدنی در ینپال برای مقابله با کدام عامل ایجاد فساد در مواد غذایی

میباشد؟ **فرورداد ۱۴۰۲**

الف) مکانیکی ب) فیزیکی ج) شیمیایی د) بیولوژیک

(۲۸) هر یک از موارد زیر اشاره به کدام عامل ایجاد فساد مواد غذایی دارد؟ **دی ۱۴۰۱**

استفاده غیر مجاز از مشرک‌کش‌ها در هنگام کاشت شیمیایی

سرپوشیده نگه داشتن مباری فاضلاب بیولوژیکی

نگهداری مواد غذایی فاسد شدنی در ینپال فیزیکی

✓ **بیماری‌های ناشی از غذا**

(۲۹) یکی از بیماری‌های شایع غزازاد، مسمویت غذایی است. **دی ۱۴۰۱**

(۳۰) بیماری‌های غزازاد **شهریور ۹۸ شهریور ۹۹**

بیماری‌های غزازاد یا بیماری‌های ناشی از مصرف غذاهای آلوده و غیر بهداشتی (بیماریهای غزازاد یا

بیماریهای ناشی از غذا، بیماری‌هایی هستند که به عللی از جمله پایین بودن سطح بهداشت فردی یا

بهداشت محیط، عدم دسترسی به آب سالم، گسترش استفاده از غذاهای خیابانی و نبودن نظارت و...

ایجاد می‌شوند.)

(۳۱) گسترش استفاده از غذاهای خیابانی یکی از علل بیماری‌های غذا زاد می باشد. **صفحه ۴۵ شهریور**

(۳۲) دو مورد از دلایل بروز عفونت‌های غذایی را نام ببرید. آلودگی مواد غذایی به انواع مواد شیمیایی،

سموم قارچی، آفت‌کش‌ها، فلزات سنگین و مشرک‌کش‌ها فرداد ۹۹

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

صفحه ۴۶ شهریور ۱۴۰۲

(۳۴) مسمومیت‌های غذایی به علت آلودگی مواد غذایی به چه عواملی ایبار می‌شوند؟ دو مورد را بنویسید.

مسمومیت‌های غذایی که به علت آلودگی مواد غذایی به باکتریها، ویروسها و سایر عوامل بیماریزا در اثر

عدم رعایت اصول بهداشتی و مصرف غذاهای ناسالم ایبار می‌شود. دی ۹۹ (فارچ کشور)

(۳۵) یک مورد از علل بیماری‌های غزازاد (بیماری‌های ناشی از غذا) را بنویسید. پایین بودن سطح

بهداشت فردی یا بهداشت محیط، عدم دسترسی به آب سالم، گسترش استفاده از غذاهای فیا بانی و

نبودن نظارت فرداد ۱۴۰۱ (فارچ کشور)

(۳۶) وجود کرم کدو در گوشت گاو باعث (بیماری / مسمومیت / عفونت غذایی) می‌شود. فرداد ۱۴۰۲

✓ توصیه‌های خود مراقبتی برای داشتن تغذیه سالم، ایمن و بهداشتی

(۳۷) برای داشتن تغذیه سالم، باید دریافت فیبر غذایی روزانه را کاهش داد فرداد ۱۴۰۱