



زمان برگزاری: ۱۲۳۶۰ دقیقه

نام و نام خانوادگی:

نام آزمون: سلامت و بهداشت دوازدهم

تاریخ آزمون: ۱۴۰۱/۱۱/۱۰



۱ تهیه فهرستی از توانمندی‌های فردی خود یکی از راهکارهای بهبود ..... است.

۲ میزان رشد موهای مناطق مختلف بدن با توجه به ..... در افراد متفاوت است.

۳ امروزه چه عواملی باعث ایجاد مشکلات و بیماری‌های متعدد به‌ویژه اختلالات اسکلتی-عضلانی می‌شود؟

۴ روش صحیح بلند کردن و حمل بار سبک چگونه است؟ توضیح دهید.

۵ الکل بر عملکرد سیستم اعصاب مرکزی چه تأثیری دارد؟

۶ عوارض احتمالی استفاده از رنگ مو در برخی افراد چیست؟

۷ بوی نامطبوع بدن و پا به دلیل چیست؟

۸ تأثیراتی که پرتوهای  $UVA$  و  $UVB$  فرابنفش نور خورشید بر روی پوست می‌گذارد، کدام‌اند؟

۹ فرد نزدیک‌بین، اشیای دور و نزدیک را چگونه می‌بیند؟

۱۰ عیوب انکساری چشم را نام ببرید.

۱۱ میزان توصیه شده مصرف روزانه انواع مواد غذایی برای یک فرد بزرگسال چقدر است؟

۱۲ سلامت اجتماعی شامل چه مهارت‌ها و توانایی‌هایی است؟

۱۳ براساس اصول ارگونومی توصیه می‌شود از دوچرخه‌سواری، زاویه بین ران و ساق پا، وقتی رکاب پایین است،

حدود ..... درجه باشد.

۱۴ در چه مواقعی نوجوانان احساس خشم می‌کنند؟

۱۵ تالاسمی چیست؟

۱۶ هریک از ما حدود ..... ژن در تک تک سلول‌های بدنمان داریم که در این میان ممکن است در هر فرد یک یا چند ژن معیوب هم

به‌صورت نهفته وجود داشته باشد.

الف. ۲۰۰۰۰ ب. ۳۰۰۰۰ پ. ۴۰۰۰۰ ت. ۵۰۰۰۰

۱۷ چگونه برخی افراد به دلیل عادت‌های غذایی نادرست و مصرف ناکافی مواد غذایی مطلوب دچار سوء تغذیه می‌شوند؟

۱۸ نام ببرید.

الف دو منبع گیاهی روی: ..... و .....

ب دو منبع کاروتنوئیدها: ..... و .....

پ دو منبع حیوانی سرشار از آهن: ..... و .....

ت دو منبع ویتامین «د»: ..... و .....

۱۹ هر کدام از توضیحات زیر مربوط به چه مطلبی است؟

الف این عیب انکساری چشم به علت شکل غیرعادی قرنیه ایجاد می‌شود: (.....)

ب لنزها روی این قسمت چشم مستقر می‌شوند: (.....)

پ بزرگ‌ترین عضو بدن است: (.....)

ت قرار گرفتن در معرض نور خورشید برای تولید این ویتامین در بدن ضرورت دارد: (.....)

ث این هورمون در طول خواب آزاد می‌شود: (.....)

ج روند پوسیدگی دندان معمولاً با آن شروع می‌شود: (.....)



۲۰ در عبارات زیر موارد درست و نادرست را مشخص کنید.

الف برای تشخیص عدم اعتیاد زوجین از آزمایش خون استفاده می‌شود.

ب استفاده از سفیدکننده‌های حاوی کلر بر روی بارداری تأثیر منفی می‌گذارد.

پ واکسن کزاز و دیفتتری باید هر ۵ سال یک‌بار تکرار شود.

ت سلامت لثه و دندان مادر در سالم به دنیا آوردن جنین با وزن مطلوب دارای اهمیت است.

۲۱ در عبارات زیر موارد درست و نادرست را مشخص کنید.

الف برای آن که غذا به مدت طولانی سالم بماند، باید به صورت کاملاً داغ یا کاملاً سرد نگهداری شود.

ب ضربه دیدن در حین برداشت، انتقال و نگهداری از جمله عوامل فیزیکی مؤثر در ایجاد فساد در مواد غذایی است.

۲۲ مراحل استفاده از کپسول اطفای حریق را به ترتیب بنویسید.

۲۳ به پرسش‌های زیر در رابطه با اعتیاد به مواد مخدر و عوارض آن پاسخ دهید.

الف مصرف کدام دسته از مواد اعتیادآور حالت خوشی و هیجانی کوتاه‌مدت را به همراه دارد؟

ب پیروی از ارزش‌های خانوادگی، مربوط به کدام گروه از توصیه‌های خودمراقبتی در زمینه پیشگیری از استعمال دخانیات است؟

ج میل شدید و مفرط درونی و خارج از اختیار به ادامه مصرف مواد، مربوط به کدام جنبه وابستگی است؟

د اختلالات مصرف چه تفاوتی با وابستگی به ماده مخدر دارد؟

۲۴ کدام گزینه درباره پیشگیری از حوادث خانگی نادرست است؟

۱ در سطح دو پیشگیری قبل از بروز حادثه، باید بر روی کاهش عوامل خطر تمرکز کرد.

۲ قبل از اسپری حشره‌کش در صورت امکان، ظروف از محیط خارج شوند.

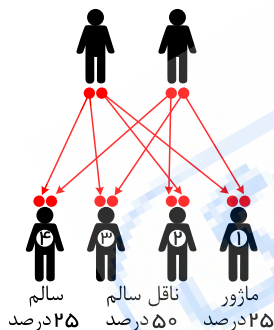
۳ بهترین راه مبارزه با آتش‌سوزی خشک، استفاده از آب است.

۴ در انسداد خفیف راه تنفس هوایی از ضربه‌زدن به پشت اجتناب شود.

۲۵ در تصویر مقابل که الگوی وراثتی بیماری تالاسمی را نشان می‌دهد، کدام فرزند هر دو ژن معیوب را از والدین به

ارث برده است؟

۱ (۱)      ۲ (۲)      ۳ (۳)      ۴ (۴)



۲۶ کدام یک از نظر درستی یا نادرستی با سایر گزینه‌ها متفاوت است؟

۱ امروزه برای پیشگیری از ابتلا به همه انواع هیپاتیت، از واکسن استفاده می‌شود.

۲ پدیکلوزیس از شایع‌ترین بیماری‌های انگلی است.

۳ پایبندی به اصول دینی، اخلاقی و خانوادگی می‌تواند تا حد زیادی از ابتلا به بیماری سوزاک جلوگیری کند.

۴ احتمال مزمن شدن بیماری در هیپاتیت نوع C بیشتر است.

۲۷ چند مورد از موارد زیر صحیح است؟

الف آهن همانند کلسیم در تشکیل برخی بافت‌های بدن نقش دارد.

ب سدیم در حفظ تعادل مایعات بدن نقش دارد.

ج منیزیم در حمل اکسیژن خون مؤثر است.

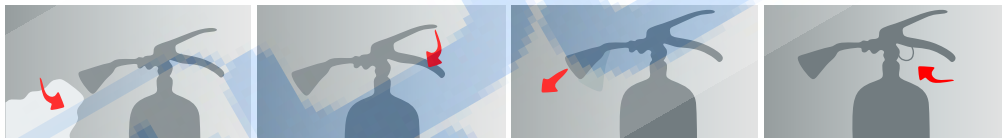
د قند موجود در میوه و سبزیجات نقش مهمی در عملکرد سیستم عصبی و ماهیچه‌ها بازی می‌کند.

۱ چهار (۲) سه (۳) دو (۴) یک

۲۸ چگونه مصرف مداوم الکل باعث از بین رفتن کارکرد کبد می‌شود؟

۲۹ چرا پس از اقدام برای درمان افراد مبتلا به ایدز، تماس اتفاقی با خون و ترشحات این افراد منجر به انتقال ویروس به دیگری نخواهد شد؟

- ۳۰ در مورد تغذیه سالم به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.
- ۳۱ هنگام استفاده از مواد شوینده و پاک‌کننده در فضای بسته چه نکات ایمنی باید رعایت شود؟
- ۳۲ چرا روابط خانوادگی مطلوب خطر مصرف مواد مخدر را کاهش می‌دهد؟
- ۳۳ داشتن توان خودکنترلی در پیشگیری از رفتارهای پرخطر چه تأثیری دارد؟
- ۳۴ سه مورد از نشانه‌های وابستگی به مواد مخدر را بنویسید.
- ۳۵ مرحله پیشرفته اچ آی وی را ..... می‌نامند.
- ۳۶ منظور از «دوران پنجره» در مراحل مختلف HIV چیست؟
- ۳۷ میزان نمک مصرفی در طول روز در افراد بالای ۵۰ سال حداکثر برابر با ..... گرم است.
- ۳۸ تفاوت میان دیابت نوع یک و نوع دو چیست؟
- ۳۹ از علائم هشداردهنده سرطان به ۵ مورد اشاره کنید.
- ۴۰ برای پیشگیری و کنترل فشار خون بالا به چه عواملی باید توجه کرد؟
- ۴۱ دامنه فشار خون طبیعی چقدر است و با توجه به آن، فشار سیستولی و دیاستولی را نشان دهید؟
- ۴۲ برای سالم بودن غذا در مرحله طبخ و نگهداری، چه نکاتی را باید رعایت نمود؟
- ۴۳ استفاده بیش از حد برخی از مکمل‌های ویتامین می‌تواند منجر به ..... شود.
- ۴۴ بیماری گواتر ناشی از کمبود ..... است.
- ۴۵ مازاد کربوهیدرات دریافتی به شکل ..... در بدن ذخیره می‌شود.
- ۴۶ منظور از رعایت اصل تعادل و اصل تنوع در برنامه غذایی روزانه چیست؟
- ۴۷ مهم‌ترین بیماری‌های مزمن در جهان کدام‌اند؟
- ۴۸ اشکال زیر کدام مرحله از مراحل استفاده از کیسول اطفای حریق را نشان می‌دهد؟



الف. ب. پ. ت.

۴۹ ثابت شده است که اسیدهای ترانس موجب ..... *LDL* و ..... *HDL* می‌شوند.

الف. افزایش - افزایش      ب. کاهش - افزایش      پ. افزایش - کاهش      ت. کاهش - کاهش

۵۰ نیکوتین موجود در سیگار چه عوارضی را می‌تواند در افراد مصرف‌کننده داشته باشد؟

۵۱ در گزینه‌های زیر الگوی صحیح را مشخص کنید.



الف. ب. پ. ت.

۵۲ تومور چگونه ایجاد می‌شود؟

۵۳ کلسترول خوب (*HDL*) چیست؟

۵۴ فشار خون معمولی ..... است.

ب. ۱۲۰/۸۰ میلی‌متر جیوه

الف. ۱۱۰/۷۰ میلی‌متر جیوه

ت. ۱۱۰/۸۰ میلی‌متر جیوه

پ. ۱۲۰/۷۰ میلی‌متر جیوه

۵۵ چگونه می‌توان از ابتلا به بیماری‌های مختلف مانند مسمومیت‌ها و بیماری‌های انگلی در امان بمانیم؟

- الف. با رعایت بهداشت فردی  
 ب. استفاده از داروهای پیشگیری  
 پ. جویدن مناسب غذا  
 ت. با رعایت بهداشت مواد غذایی

۵۶ در میوه‌های ضربه‌دیده، با گذشت زمان، از محل نقاط آسیب‌دیده، ..... به درون میوه نفوذ کرده و باعث فساد آن‌ها می‌شوند که نمونه‌ای از آلودگی ناشی از عوامل مکانیکی است.

۵۷ چند نوع پروتئین در بدن وجود دارد؟

۵۸ بدن برای انجام عملکرد مطلوب خود نیازمند دریافت ..... نوع آمینواسید است و خود در شرایط طبیعی قادر است ..... نوع آمینواسید تولید کند و ..... نوع آمینواسیدی هم که بدن قادر به تولید آن‌ها نیست، باید از طریق مصرف مواد غذایی تأمین شود.

- الف. ۲۲-۱۱-۱۰ ب. ۲۰-۱۱-۹ پ. ۲۱-۹-۱۱ ت. ۱۹-۱۰-۹

۵۹ کدام یک از دلایل زیر نشان‌دهنده تقدم پیشگیری بر درمان نیست؟

- الف. درمان، مشکل‌تر و پرهزینه‌تر بوده و با درد و رنج نیز همراه است.  
 ب. زمان آموزش پیشگیرانه مستلزم صرف وقت زیاد و هزینه فراوان است.  
 پ. درمان بیماری غالباً با از دست دادن فرصت کار در طول بیماری و دوره نقاهت یا عوارضی مانند نقص عضو همراه است.  
 ت. در روش‌های پیشگیری غالباً نیازی به کشورهای دیگر، برای تهیه مواد و داروها و تجهیزات، وجود ندارد.

۶۰ درستی یا نادرستی جملات زیر را مشخص کنید.

الف حشرات موزی می‌توانند به وسیله کرک، ترشحات دهان و مدفوع، میکروب‌ها را از منابع آلوده به مواد غذایی منتقل کنند.

ب عدم توجه به مشخصات و برجسب مواد غذایی می‌تواند به استفاده از مواد غذایی سالم کمک کند.

۶۱ در عبارات زیر موارد درست و نادرست را مشخص کنید.

الف خودمراقبتی یعنی فعالیت‌هایی که خود یا خانواده‌مان برای حفظ و ارتقای سلامت‌مان انجام می‌دهیم.

ب خودمراقبتی شامل اعمال اکتسابی، آگاهانه و هدف‌دار است.

۶۲ در عبارات زیر موارد درست و نادرست را مشخص کنید.

الف اختلالات روانی مانند افسردگی افراد را مستعد ابتلا به چاقی می‌کند.

ب شاخص توده بدنی از تقسیم وزن (برحسب کیلوگرم) بر قد (برحسب متر) به دست می‌آید.

۶۳ هر کدام از توضیحات زیر مربوط به چه مطلبی است؟

الف نفوذ کپک‌ها و باکتری‌ها به میوه از محل نقاط آسیب‌دیده نمونه‌ای از آلودگی ناشی از این عامل است: (.....)

ب پیامدهای بیماری‌های ناشی از مصرف غذاهای آلوده در کشورهای در حال توسعه و محروم: (.....)

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

الف) بر اساس هرم غذایی مقدار مصرف روزانه (غلات - حبوبات) کمتر است.

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

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

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

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

ج) نیکوتین موجود در سیگار باعث افزایش بروز سکتة قلبی و (افزایش - کاهش) قندخون می‌شود.

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

الف) چربی اشباع‌نشده عامل تعیین‌کننده سطح کلسترول خون است.

ب) چاقی با الگوی سیب، خطر ابتلا به اختلالات انعقاد خون را بیشتر افزایش می‌دهد.

پ) به‌هنگام سکتة قلبی، لخته خون قبل از پلاک، تشکیل می‌شود.

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

- ت) تاب آوری اگرچه قابلیت درونی است، اما می تواند در تعامل با محیط، تقویت و توسعه یابد.
- ج) سندرم محرومیت، یکی از نشانه های وابستگی به مواد مخدر است.
- چ) در آزمون دیوار، پاشنه پا، همانند پشت سر و باسن با دیوار تماس دارد.
- ح) اورژانس یکی از نهادهای امدادی در حوادث خانگی محسوب می شود.

افزایش تاب آوری

# پاسخنامه تشریحی

- ۱ عزت نفس
- ۲ عوامل ژنتیکی
- ۳ عدم تطابق توانایی‌های محدود انسان با محیط کار، شغل و تجهیزات به کار گرفته شده.
- ۴ باید کنار جسم زانو بنشینیم، طوری که یک پا جلوی پای دیگر قرار گیرد، و بدون دولا شدن جسم را بلند کنیم.
- ۵ عدم تعادل در حرکت، اختلال در تکلم، کاهش تعداد تنفس و کاهش ضربان قلب و فشار خون. در موارد شدید، ممکن است شخص دچار کاهش هوشیاری (کما) و حتی مرگ شود.
- ۶ ریزش مو، سوختگی، قرمزی و حساسیت ناشی از رنگ مو.
- ۷ همراه با خروج مواد زائد از پوست، باکتری‌هایی که در نقاط مختلف پوست خصوصاً در نواحی گرم مرطوب زندگی می‌کنند، سبب تخمیر مواد موجود در عرق و پوست شده و ایجاد بوی نامطبوعی می‌کند. بوی بد پا که یکی از مشکلات افراد در زمینه بهداشت فردی است، از فعالیت باکتری‌هایی که در کف پا و بین انگشتان پا جمع می‌شوند، ناشی می‌گردد.
- ۸ (۱) نفوذ به لایه‌های زیرین پوست (۲) نفوذ به لایه‌های رویی پوست (۳) آسیب غیرمستقیم بر  $DNA$  (۴) آسیب مستقیم بر  $DNA$  (۵) پیری زودرس و چروک در پوست (۶) آفتاب سوختگی و التهاب
- ۹ در نزدیک بینی، چشم ما اشیای نزدیک را واضح اما اشیای دور را تار می‌بیند.
- ۱۰ نزدیک بینی، دوربینی، آستیگماتیسم، پیرچشمی
- ۱۱ (۱) گروه نان و غلات ۶ تا ۱۱ واحد، (۲) گروه سبزی‌ها ۳ تا ۵ واحد، (۳) گروه میوه‌ها ۲ تا ۴ واحد، (۴) گروه شیر و لبنیات ۲ تا ۳ واحد، (۵) گروه گوشت و تخم مرغ ۲ تا ۳ واحد، (۶) گروه حبوبات و مغزها ۱ تا ۲ واحد
- ۱۲ سلامت اجتماعی شامل مهارت‌ها و عملکردهای اجتماعی و همچنین توانایی شناخت هر فرد از خود، به‌عنوان عضوی از جامعه بزرگ‌تر است.
- ۱۳ ۲۵ تا ۳۰
- ۱۴ خشم در نوجوانان بیشتر در مواقعی مانند مورد تمسخر و تحقیر قرار گرفتن، منع شدن از انجام کار مورد علاقه و... بروز می‌کند.
- ۱۵ بیماری تالاسمی یک بیماری ارثی است که از والدین حامل ژن معیوب به فرزندان منتقل می‌شود.
- ۱۶ گزینه «ب»
- ۱۷ برخی افراد به دلیل عادت‌های غذایی نادرست و یا مصرف ناکافی مواد غذایی مطلوب متناسب با نیازهای خود مانند، پرهیز از خوردن گوشت، کم‌خوری به دلیل ترس از چاقی و... ممکن است با سوء تغذیه ناشی از کمبود برخی از مواد غذایی از جمله ریزمغذی‌ها به‌ویژه آهن، ید، کلسیم، ویتامین  $D$ ،  $A$  و روی مواجه شده و بیماری و عوارض جسمانی جبران‌ناپذیری را در زندگی خود متحمل شوند.
- ۱۸
- الف گردو - بادام - فندق - بادام زمینی - سبزی‌های سبز تیره و...
- ب سبزی‌ها و میوه‌های زرد، نارنجی، قرمز و سبز تیره
- پ گوشت قرمز - ماهی - مرغ - جگر
- ت ماهی‌های چرب، تخم مرغ، شیر، لبنیات
- ۱۹
- الف آستیگماتیسم
- ب قرنیه
- پ پوست
- ت ویتامین  $D$
- ث هورمون رشد
- ج تغییر رنگ
- ۲۰
- الف نادرست
- ب درست
- پ نادرست
- ت درست
- ۲۱
- الف درست
- ب نادرست

- ۲۲ الف) کشیدن ضامن (ب) تمرکز بر روی آتش (ج) فشار آوردن بر روی اهرم (د) اسپری کردن
- ۲۳ الف) محرک‌ها (ب) روابط خانوادگی مطلوب (ج) روانی (د) خفیف‌تر از وابستگی است.
- ۲۴ گزینه ۱
- ۲۵ گزینه ۱
- ۲۶ گزینه ۱
- ۲۷ گزینه ۲ موارد الف، ب و د، درست است.
- ۲۸ به دلیل مصرف مداوم الکل و نبود زمان کافی، چربی ذخیره شده در کبد نمی‌تواند به دیگر مکان‌های ذخیره‌سازی بدن منتقل شود و سلول‌های پر از چربی کبد سبب می‌شوند که کبد کارکرد خود را از دست بدهد.
- ۲۹ زیرا مصرف دارو به کاهش ویروس اچ‌آی‌وی در خون و ترشحات جنسی منجر می‌شود.
- ۳۰
- ۳۱ تهیه مناسب محل با استفاده از هواکش، باز کردن پنجره‌ها، استفاده نکردن از محلول‌های غلیظ مواد پاک‌کننده و بستن دستمال ضخیم مرطوب بر روی دهان و بینی.
- ۳۲ داشتن روابط مطلوب با والدین موجب تشویق نوجوانان به رفتارهای سالم و معقول می‌شود. پیروی از ارزش‌های خانوادگی به حفظ احترام و اعتماد خانواده نیز کمک می‌کند.
- ۳۳ جوانانی که توان خودکنترلی داشته باشند و بتوانند در برابر لذت‌های آتی مقاومت کنند، خودباور هستند و می‌توانند از لذت‌های آتی برای دستیابی به لذت‌های پایدار و اهداف بلندمدت خود بگذرند.
- ۳۴ ۱) اختلال عملکرد در تحصیل و کار به دلیل مصرف مواد مخدر (۲) ادامه دادن به مصرف مواد مخدر با وجود تمام مشکلات ناشی از آن (۳) صرف زمان زیاد برای تهیه و مصرف مواد مخدر و...
- ۳۵ ایدز
- ۳۶ از زمان ورود ویروس به بدن تا زمانی که گلبول‌های سفید آنتی‌بادی ترشح کنند و سطح آنتی‌بادی به حد قابل تشخیص برسد، مدتی بین دو هفته و گاهی تا سه ماه طول می‌کشد. به این مدت زمان، «دوران پنجره» می‌گویند.
- ۳۷ ۳ گرم
- ۳۸ در دیابت نوع یک: لوزالمعده (پانکراس) اصلاً قادر به تولید انسولین نیست. اما در دیابت نوع دو: لوزالمعده (پانکراس) قادر به تولید انسولین کافی نیست یا بدن به انسولین مقاومت نشان می‌دهد.
- ۳۹ تغییر در خال‌های پوستی - زخم‌های بدون بهبود - پیدایش توده در هر جای بدن - سرفه یا گرفتگی طولانی‌مدت صدا - اختلال بلع یا سوء هاضمه طولانی - استفراغ یا سرفه خونی - اسهال یا یبوست طولانی - خونریزی غیرطبیعی در ادرار و مدفوع - خون‌ریزی غیرطبیعی از واژن و نوک سینه - بی‌اشتهایی یا کاهش وزن بی‌دلیل.
- ۴۰ عواملی همچون عدم مصرف دخانیات و الکل، عدم مصرف غذاهای چرب و پرنمک، کنترل وزن در حد مطلوب، فعالیت بدنی کافی و منظم، داشتن رژیم غذایی همراه با مصرف میوه و سبزی به مقدار کافی، کنترل و مدیریت خشم و استرس و...
- ۴۱ دامنه فشار خون طبیعی ۸۰/۱۲۰ میلی‌متر جیوه، نشان دهنده فشار سیستولی (ماکزیمم) است که هم زمان با پمپ خون به بیرون توسط قلب ایجاد می‌شود و ۸۰ میلی‌متر جیوه، فشار دیاستولی (مینیمم) است که هم‌زمان با استراحت قلب میان دو ضربان وجود دارد.
- ۴۲ پختن کامل غذا؛ زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت‌های آن حداقل ۷۰ درجه سانتی‌گراد حرارت دیده باشد. - نگهداری غذا به صورت داغ یا سرد؛ غذا باید به صورت کاملاً داغ ( ۷۰ درجه سانتی‌گراد به بالا) و یا کاملاً سرد (زیر ۱۰ درجه سانتی‌گراد) نگهداری شود تا به مدت طولانی سالم بماند.
- ۴۳ مسمومیت
- ۴۴ ید
- ۴۵ چربی
- ۴۶ اصل تعادل؛ یعنی مصرف مقادیر کافی از مواد مغذی مورد نیاز برای حفظ سلامت بدن است. اصل تنوع؛ یعنی مصرف انواع مختلف مواد غذایی که در شش گروه اصلی غذایی قرار می‌گیرند.
- ۴۷ بیماری‌های سکتة قلبی، دیابت، سرطان و پوکی استخوان
- ۴۸ الف. تمرکز بر روی آتش ب. کشیدن ضامن پ. اسپری کردن ت. فشار آوردن بر روی اهرم
- ۴۹ گزینه «ب»
- ۵۰ ۱- تشدید سینوزیت ۲- التهاب نواحی گوش و حلق و بینی ۳- افزایش بروز سکتة قلبی ۴- افزایش قند خون
- ۵۱ گزینه «الف»
- ۵۲ سلول جهش‌یافته تقسیم و به دو سلول جدید جهش‌یافته تبدیل می‌شود و این فرایند زنجیره‌ای به همین ترتیب ادامه می‌یابد تا جایی که همان یک سلول موزی به توده‌ای از سلول‌ها تبدیل می‌گردد که تومور نامیده می‌شود.
- ۵۳ این نوع چربی باعث می‌شود تا کلسترول از جدار داخلی شریان‌ها جدا شود به همین دلیل به آن کلسترول خوب می‌گویند.
- ۵۴ گزینه «ب»
- پاسخ متنا: فشار خون طبیعی ۸۰/۱۲۰ است. ۱۲۰ میلی‌متر جیوه، نشان‌دهنده فشار سیستولی (ماکزیمم) است که هم‌زمان با پمپ خون به بیرون توسط قلب ایجاد می‌شود و ۸۰ میلی‌متر جیوه، فشار دیاستولی (مینیمم) است که هم‌زمان با استراحت قلب میان دو ضربان وجود دارد.
- ۵۵ گزینه «د»
- پاسخ متنا: برای برخورداری از تغذیه مناسب علاوه بر این که لازم است از مواد غذایی استفاده کنیم، باید بهداشت مواد غذایی را رعایت کنیم تا کارایی لازم برای حفظ سلامت بدن حاصل شود و از ابتلا به بیماری‌های مختلف مانند مسمومیت‌ها و بیماری‌های انگلی در امان بمانیم.

۵۶) کپک‌ها و باکتری‌ها

۵۷) دو نوع پروتئین وجود دارد: ۱- پروتئین کامل ۲- پروتئین ناقص.

۵۸) گزینه «ب»

پاسخ متنا: بدن برای انجام عملکرد مطلوب خود نیازمند دریافت ۲۰ نوع آمینواسید است که ۱۱ نوع آمینواسید را طبیعی تولید می‌کند و ۹ آمینواسید دیگر را با مصرف مواد غذایی به دست می‌آورد.

۵۹) گزینه «ب»

۶۰)

الف) درست

پاسخ متنا: حشرات موزی از جمله سوسک‌های خانگی که به (سوسری) معروفند، می‌توانند به وسیله کرک، ترشحات دهان و مدفوع، میکروب‌ها را از منابع آلوده به مواد غذایی منتقل کنند.

ب) نادرست - توجه به مشخصات و برجسب مواد غذایی می‌تواند به استفاده از مواد غذایی سالم کمک کند.

۶۱)

الف) درست

ب) درست

۶۲)

الف) درست

ب) نادرست

۶۳)

الف) مکانیکی

ب) کاهش توسعه انسانی - کاهش بهره‌وری

۶۴)

الف) حیوانات

ب) ماه

پ) مستقیم

ت) شش ماه

ث) بیشتری

ج) افزایش

۶۵)

الف) نادرست

ب) درست

پ) نادرست

ت) نادرست

ث) درست

ج) درست

چ) نادرست

ح) درست