

درس ۹ سلامت و بهداشت گروه آموزشی زیست شناسی و سلامت و بهداشت استان بوشهر پاییز ۱۴۰۴	
بخش اول: صحیح/غلط	
۱	- افزایش خطر سقط خود به خودی می تواند یکی از عوارض چاقی مادر باشد. صحیح فرایندی/به یاد آوردن
۲	- حاملگی داخل رحمی یکی از عوارض بیماری التهابی لگن است. غلط فرایندی/به یاد آوردن
۳	- آسم یکی از بیماری های مزمن به شمار می رود. صحیح فرایندی/به یاد آوردن
۴	- بیماری سرخجه، یک بیماری غیر واگیردار است. غلط فرایندی/به یاد آوردن
۵	- یکی از اثرات بیماری سرخجه مادر بر نوزاد بیماری های ریوی است. غلط فرایندی/به یاد آوردن
۶	- مکمل های بدنسازی می توانند باعث کاهش باروری شوند. صحیح فرایندی/به یاد آوردن
۷	- انجام آزمایش و واکسیناسیون زوجین بعد از عقد امری الزامی است. غلط فرایندی/به یاد آوردن
بخش دوم: تستی	
۸	مریم قصد دارد با محسن ازدواج کند؛ او تلاش می کند با صحبت کردن، شناخت کافی نسبت به محسن به دست آورد. کدام نوع بلوغ مورد نیاز برای ازدواج در مریم در حال تکمیل شدن است؟ فرایندی /فهمیدن (۱) بلوغ جسمانی (۲) بلوغ اجتماعی (۳) بلوغ شناختی (۴) بلوغ روانی
۹	کدام یک از موارد زیر جزء توصیه های بهداشتی برای باروری مردان نمی باشد؟ فرایندی /به یاد آوردن (۱) پرهیز از مصرف خودسرانه دارو (۲) پرهیز از کار ایستاده و سنگین طولانی مدت (۳) پرهیز از حمام آب داغ طولانی مدت (۴) پرهیز از پوشیدن لباس های تنگ
۱۰	با توجه به متن کتاب، اگر خانومی باردار مبتلا به بیماری سرخجه باشد، این بیماری بر چه اندامی از نوزاد تأثیر نمی گذارد؟ دانش /مفهومی (۱) چشم (۲) مغز (۳) کلیه (۴) قلب
بخش سوم: جاخالی	
۱۱	- خانم ها از سه ماه قبل از حاملگی باید روزانه غذاهای سرشار ازاسید فولیک..... مصرف کنند. دانش / اولیه
۱۲	- از اثرات بیماری سرخجه مادر بر نوزادآب مروارید..... وبیماری های قلبی..... است. دانش / اولیه
۱۳	- آزمایش ادرار قبل از ازدواج به منظورتشخیص عدم اعتیاد زوجین..... انجام می گیرد. دانش / اولیه
۱۴	- منظور از بلوغاجتماعی..... توانمندی لازم برای اداره امور همسر و فرزندان می باشد. دانش / اولیه
۱۵	- یکی از عوارض بیماری التهابی لگنسقط..... است. دانش / اولیه
۱۶	- عامل ایجاد بیماری سرخجهویروس..... است. دانش / اولیه
۱۷	- خانم ها از سه ماه قبل از حاملگی باید روزانه غذاهای سرشار ازاسید فولیک..... مصرف کنند. دانش / اولیه

بخش چهارم: دوگزینه‌ای	
۱۸	- دیابت به عنوان یک بیماری (حاد - مزمن) به شمار می رود. فرایندی/به یاد آوردن
۱۹	- یکی از بیماری هایی که در صورت عدم درمان می تواند منجر به بیماری التهابی لگن شود (سوزاک - کزاز) است. فرایندی/به یاد آوردن
۲۰	- راه اصلی نیک بختی (ازدواج مناسب - عبادت) است. فرایندی/به یاد آوردن
۲۱	- دیابت به عنوان یک بیماری (حاد - مزمن) به شمار می رود. فرایندی/به یاد آوردن
۲۲	- بیماری التهابی لگن همانند عامل (تغذیه _ چاقی) مادر، می تواند خطر سقط را افزایش دهد. فرایندی/فهمیدن
بخش پنجم: کوتاه پاسخ	
۲۳	سه مورد از توصیه های بهداشتی برای باروری مردان را بنویسید. دانش / اولیه (۱) پرهیز از پوشیدن لباس های تنگ و چسبان (۲) پرهیز از کار نشسته طولانی مدت و ممتد (۳) پرهیز از حمام داغ و طولانی مدت، سونا، قرار گرفتن در وان خیلی داغ
۲۴	دو نمونه از مهم ترین بیماری های عفونی که باید قبل از ازدواج آزمایش های لازم جهت شناسایی و پیشگیری آن ها انجام شود را نام ببرید. هیپاتیت و ایدز دانش / اولیه
۲۵	الف- به طور کلی، ازدواج موفق مستلزم کسب چه آمادگی هایی در زوجین است؟ مستلزم کسب آمادگی های لازم و رعایت مسائل بهداشت جسمی، روانی و اجتماعی زوجین است. دانش / اولیه
۲۶	ب- واکسن سرخچه برای زنانی که نسبت به آن ایمنی ندارند، چه مدت قبل از بارداری تجویز می شود؟ سه ماه قبل از بارداری دانش / اولیه
۲۷	ج- تزریق کدام واکسن قبل از ازدواج برای زوجین ضروری است؟ واکسن کزاز دانش / اولیه
۲۸	د- اولین شرط لازم برای ازدواج چیست؟ بلوغ جنسی زن و مرد دانش / روندی
۲۹	هر یک از آزمایش های زیر به چه منظوری قبل از ازدواج صورت می گیرد؟ فرایندی /به یاد آوردن الف- آزمایش ادرار: تشخیص عدم اعتیاد زوجین ب- آزمایش خون: تشخیص گروه خونی زوجین
۳۰	بالا بودن وزن مادر در دوران بارداری چه عوارضی را در پی خواهد داشت؟ (سه مورد) دانش / اولیه افزایش فشار خون، دیابت، وزن زیاد نوزاد در هنگام تولد
۳۱	هر یک از موارد زیر به کدام نوع بلوغ لازم برای ازدواج اشاره دارد؟ دانش / مفهومی الف- توانمندی لازم برای اداره امور همسر و فرزندان: بلوغ اجتماعی ب- توانایی فرد از نظر تولید مثل: بلوغ جسمانی ج- رشد شخصیت: بلوغ روانی
۳۲	سه نمونه از اقدامات بهداشتی لازم قبل از ازدواج را نام ببرید. دانش / اولیه (۱) رعایت بهداشت فردی زوجین (۲) آزمایش های لازم و واکسیناسیون (۳) شرکت زوجین در جلسات آموزش های قبل از ازدواج و مشاوره

۳۳	عبارت های زیر را که درمورد اقدامات مربوط به ازدواج می باشد، به ترتیب زمان انجام شدنشان، مرتب کنید. الف) آموزش مطالبی درباره ی روابط زناشویی ب) مشاوره ی مربوط به افراد دارای سابقه ی بیماری در فامیل، برای رسیدن بهتر به یکی از اهداف اصلی ازدواج پ) بررسی زن و مرد از نظر تالاسمی دانش / اروندی (۱) پ. (۲) الف. (۳) ب
۳۴	سیما و علی در اوایل ازدواج خود تصمیم گرفتند که پنج سال بعد از ازدواجشان، اقدام به فرزندآوری کنند. با توجه به نظر کارشناسان بهداشتی و مطالب کتاب، تصمیم این زوج درست است یا خیر؟ علت انتخاب خود را توضیح دهید. فرایندی / فهمیدن خیر زیرا اگر زوجین به ناباروری اولیه مبتلا باشند، تأخیر در فرزندآوری، تشخیص به موقع آن را با مشکل مواجه میکند. (یا تجربه ی اولین بارداری در سنین پایین و داشتن بارداری های متعدد، اثر محافظتی بر رحم و تخمدان دارد و احتمال ابتلا به سرطان تخمدان، رحم و پستان را کاهش می دهد از این رو توصیه می شود بارداری پس از ازدواج به تأخیر نیفتد)
۳۵	با توجه به عوامل مؤثر بر باروری زوجین به سؤالات زیر پاسخ دهید: فرایندی / به یاد آوردن الف) کدام عامل، حامله شدن یا تداوم یک حاملگی را با مشکل مواجه می کند؟ ب) کدام عامل روی تولید هورمون زنانه و مردانه تأثیرگذار است و احتمال ناباروری را به میزان زیادی افزایش می دهد؟ پ) با انجام ورزش، خطر ابتلا به چه نوع بیماری هایی کاهش می یابد؟ دو مورد ت) دو مورد از مواد آلوده کننده محیط را نام ببرید. الف) مشروبات الکلی یا داروهای روان گردان ب) داروهای محرک و مکمل ها پ) بیماری های مزمن همچون حملات قلبی، سکتة های مغزی، بیماری قند و برخی سرطان ها (دو مورد) ت) سیگار، گازوئیل، بخار ناشی از رنگ ها و دود آگروز اتومبیل
۳۶	دو مورد از اقداماتی که خانم ها باید سه ماه قبل از بارداری انجام دهند را بنویسید. فرایندی / به یاد آوردن (۱) مصرف روزانه ی غذاهای سرشار از اسیدفولیک (۲) درمان کم خونی (۳) تزریق واکسن سرخجه برای زنانی که ایمنی نسبت به آن ندارند (دو مورد)
۳۷	واکسنی را نام ببرید که خانم ها باید هر ۱۰ سال یک بار تزریق کنند و جز واکسن های قبل از ازدواج نیز می باشد. واکسن کزاز دانش / اولیه
۳۸	یکی از مواردی را که نشان می دهد ممکن است خانمی دچار اختلالات تخمک گذاری باشد، بنویسید. دانش / اولیه قاعده نمی شود یا فاصله دوره قاعدگی آن ها بیش تر از ۳۵ روز یا کمتر از ۲۵ روز است (یک مورد)