

نام درس: بهداشت و ورزش

رشته تحصیلی/ کد درس: تربیت بدنی (۱۲۱۵۰۰۷)

زمان آزمون: تستی: ۵۰ تشریحی: -- دقیقه

آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

کد سری سؤال: یک (۱)

استفاده از: --

مجاز است.

منبع: --

۱۲. عامل اصلی تشدید بیماری « سیروز » چیست؟

ب. مصرف الکل

الف. کاهش فعالیت در پیروی

د. فشار خون بالا

ج. مصرف دخانیات

۱۳. روایت « ریختن آب گرم به سر و صورت و پاها قبل از استحمام » متعلق به کدامیک از پیشگامان دین اسلام است؟

د. امام حسن(ع)

ج. امام علی (ع)

ب. امام صادق(ع)

الف. پیامبر اکرم (ص)

۱۴. عامل اصلی شکستگی استخوان در نزد سالمندان کدام است؟

د. آرتروز روماتوئید

ج. استئومالاسی

ب. راشی تیسیم

الف. استئوپوروز

۱۵. در تفاوت‌های فیزیولوژیکی زنان و مردان، میزان کدامیک از موارد زیر در مردان بیشتر از زنان است؟

الف. هموگلوبین - آستانه تعریق - تعداد گلبول قرمز

ب. متابولیسم پایه - فشارخون - آستانه تعریق

ج. سیستم حمل اکسیژن - متابولیسم پایه - تعداد گلبول قرمز

د. آستانه تعریق - تعداد گلبول قرمز - سیستم حمل اکسیژن

۱۶. کدام عبارت زیر غلط است؟

الف. وظایف مفاصل بر حسب ساختمانشان فرق می‌کند.

ب. تشکیل استخوانها از دوران جنینی شروع می‌شود.

ج. ژيگانتيسم به معنای التهاب مفاصل است.

د. امید به زندگی یکی از شاخص‌های بهداشتی است.

۱۷. عقیم کردن و از بین بردن کامل میکروبها چه نامیده می‌شود؟

د. ایزوالسیون

ج. سترون کردن

ب. گندزدایی

الف. ضد عفونی کردن

۱۸. شایع ترین بیماری در مورد اختلال در سوخت و ساز بدن چه نام دارد؟

د. هایپرتروفی

ج. نقرس

ب. دیابت

الف. فشار خون

۱۹. علت اصلی بیماری دیابت نوع ۱ چیست؟

ب. اختلال در ترشح انسولین

الف. چاقی

د. کمبود ید

ج. اختلال در ترشح اپی نفرین

۲۰. عملکرد ویتامین D در بدن چیست؟

ب. جلوگیری از پوکی استخوان

الف. کمک به رشد طولی استخوان

د. افزایش وزن و تراکم استخوان

ج. تسهیل جذب کلسیم و فسفر

۲۱. کدام مورد زیر از دسته انگل‌های تک سلولی است؟

د. کرم کدو

ج. اکسپور

ب. آسکاریس

الف. آمیب

زمان آزمون: تستی: ۵۰ تشریحی: -- دقیقه
آزمون نمره منفی دارد ○ ندارد ⊗

نام درس: بهداشت و ورزش
رشته تحصیلی/ گد درس: تربیت بدنی (۱۲۱۵۰۰۷)

گد سری سؤال: یک (۱) استفاده از: -- مجاز است. منبع: --

۲۲. کنتراکتور حالتی است که در آن:
- الف. ماهیچه دچار گرامپ های دائم می شود.
 - ب. ماهیچه به انقباض دائم دچار می شود.
 - ج. ماهیچه به اسپاسم دائم دچار می شود.
 - د. ماهیچه به انقباض ناگهانی دچار می شود.
۲۳. عوامل اصلی و غیرقابل کنترل در بروز بیماری های قلبی کدامند؟
- الف. چاقی و بیماری قند
 - ب. کم تحرکی
 - ج. وراثت و کهولت
 - د. فشار خون و فشار روحی
۲۴. منبع اصلی تأمین کننده انرژی بدن کدام است؟
- الف. کربوهیدرات
 - ب. پروتئین
 - ج. چربی
 - د. تمام مواد غذایی انرژی زا به صورت برابر
۲۵. مهمترین اثر ماساژ در بدن چیست؟
- الف. کاهش زمان جبران اکسیژن
 - ب. افزایش انعطاف پذیری عضله
 - ج. تنظیم تونیسیته عضله
 - د. افزایش جریان خون موضعی
۲۶. ویژگی سیستماتیک و قدرت اثر آفتماین ها شبیه به عملکرد کدام هورمون بدن است؟
- الف. آدرنالین و نورآدرنالین
 - ب. استروژن
 - ج. تستوسترون
 - د. اپی نفرین
۲۷. شاخص امید به زندگی چیست؟
- الف. عمر مفید افراد سالم جامعه
 - ب. تعداد سالهایی که افراد یک جامعه توقع دارند زنده بمانند.
 - ج. تعداد سالهایی که افراد یک جامعه دارای زندگی فعال هستند.
 - د. میانگین عمر افراد جامعه
۲۸. نیل به اهداف سازمان جهانی بهداشت در خصوص بهداشت عمومی نیازمند است.
- الف. شیوه های معین و دانش پزشکی
 - ب. دانش و علم ویژه و عمومی
 - ج. امکانات و تسهیلات فراوان
 - د. توسعه سیستم اجتماعی
۲۹. از گامهای مهم و مؤثر در جهت اشاعه بهداشت است.
- الف. شناخت عوامل بیماری زای زنده
 - ب. شناخت عوامل و شرایط بیماری
 - ج. شناخت عوامل ناشناخته
 - د. شناخت شرایط لازم برای پیدایش بیماری
۳۰. باکتری های فاسد کننده را چه می نامند؟
- الف. کومانسالها
 - ب. اپیدمیک
 - ج. بیماری زاها
 - د. ساپروفیت ها