موسسه: Vipبخون

عنوان آزمون : سوالات تشریحی فصل۶

نام درس : سلامت و بهداشت

۱ در رابطه با پیشگیری از حوادث خانگی به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.
الف) ورود ماده‌ای مثل واکس به بدن، موجب کدام‌یک از حوادث خانگی می‌شود؟
ب) استفاده از داروهای آرام‌بخش به کدام‌یک از عوامل سقوط اشاره دارد؟

۲ در عبارت زیر جای خالی را با کلمه مناسب کامل کنید.
بهترین راه مبارزه با آتش‌سوزی‌های خشک، ..... است.

۳ از بین موارد داخل پرانتز کلمه مناسب را انتخاب کنید.
در هنگام اتو کردن لباس، ارتفاع زیرپایی بهتر است از ۱۵ تا (۲۵ / ۳۰ / ۲۰) سانتی‌متر باشد.

۴ در عبارت زیر جای خالی را با کلمهٔ مناسب کامل کنید.
اگر در آزمون دیوار فاصله گردن تا دیوار ..... سانتی‌متر باشد، وضعیت بدنی فرد ایده‌آل است.

۵ جای خالی را با کلمهٔ مناسب پر کنید.
در انسداد خفیف به علت بسته شدن ناقص راه هوایی همچنان دم و بازدم همراه با ..... انجام می‌شود.

۶ جای خالی را با کلمهٔ مناسب پر کنید.
بخار متصاعد شده از ترکیب جوهر نمک و ..... برای چشم و ریه‌ها خطرناک است.

۷ موارد زیر مربوط به سطوح پیشگیری از حوادث است. آنها را براساس اولویت مرتب کنید و حروف مربوط به آنها را از راست به چپ بنویسید.
الف) آمادگی برای اتخاذ تدابیر مناسب در هنگام حادثه به منظور کاهش شدت آن
ب) توان‌بخشی فرد آسیب‌دیده
ج) تمرکز بر کاهش عوامل خطر حوادث

۸ در عبارت زیر، جای خالی را با کلمات مناسب پُر کنید.
از دیدگاه سلامت ستون فقرات، بلند کردن بار با کمر راست و پاهای ..... ، روشی ایمن‌تر است.

۹ در شکل مقابل، کدام وضعیت بدنی درست می‌باشد؟

شکل ۱ شکل ۲

۱۰ در اکثر اوقات صدماتی که در ناحیه کمر رخ می‌دهد، به چه دلیلی است؟

۱۱ از بین کلمات داخل پرانتز، کلمهٔ مناسب را انتخاب کنید.
آسیب‌پذیرترین عضو بدن در برابر صدمات، (زانو / کمر / گردن) می‌باشد.

۱۲ برای سرد کردن آتش در آتش‌سوزی‌های خشک، چه اقداماتی می‌توان انجام داد؟

۱۳ مراحل انجام آزمون دیوار برای ارزیابی وضعیت بدنی را شرح دهید.

۱۴ از بین کلمات داخل پرانتز، کلمهٔ مناسب را انتخاب کنید.
به حالتی که کمترین فشار و تنش به سیستم اسکلتی - عضلانی وارد می‌شود (وضعیت بدنی / پوسچر / اِرگونومی) گفته می‌شود.

۱۵ درستی یا نادرستی عبارت زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.
- بهتر است در چیدمان وسایل کوله‌پشتی، اشیای سبک در عقب کوله‌پشتی قرار بگیرند.

۱۶ درستی یا نادرستی عبارت زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.
- یکی از شایع‌ترین بیماری‌های ناشی از کار در سطح جهان، اختلالات اسکلتی - عضلانی است.

۱۷ در آتش‌سوزی‌های ناشی از موارد زیر، بهترین روش مقابله با هر یک را بیان کنید.
الف) فرآورده‌های چوبی ب) مایعات قابل اشتعال ج) احتراق ژنراتورها

۱۸ به پرسش‌های زیر پاسخ دهید.
الف) تصویر مقابل، کدام‌یک از سطوح پیشگیری از حوادث را نشان می‌دهد؟
ب) این سطح پیشگیری، مربوط به (قبل از / زمان / پس از) وقوع حادثه است.

۱۹ چرا در آتش‌سوزی ناشی از فرآورده‌های چوبی باید آن‌ها را سریع با پتو یا فرش مرطوب پوشاند؟

۲۰ درستی یا نادرستی عبارت زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.
- برای برداشتن اشیاء سنگین لازم است بدون خم کردن زانو، کمر را خم کرده و جسم را بردارید.

پاسخنامه تشریحی

۱ الف) مسمومیت با مواد شیمیایی ب) عوامل فردی

۲ سرد کردن آتش یا استفاده از آب

۳ ۲۰

۴ ۵

۵ خشونت صدا

۶ وایتکس

۷ ج) تمرکز بر کاهش عوامل خطر حوادث ⟵ الف) آمادگی برای اتخاذ تدابیر مناسب در هنگام حادثه به منظور کاهش شدت آن ⟵ ب) توان‌بخشی فرد آسیب‌دیده (ذکر حروف به تنهایی کافی است.)

۸ خمیده

۹ شکل ۱

۱۰ ضعیف بودن عضلات مرکزی بدن از جمله عضلات کمر

۱۱ کمر

۱۲ باید مانع رسیدن هوا به مواد سوختنی شد و به این منظور باید آنها را سریع با پتو یا فرض مرطوب یا وسیله‌ای مرطوب دیگر پوشاند.

۱۳ از طرف پشت به دیوار تکیه دهید در حالی‌که پشت سر و باسن شما با دیوار مماس شود و پاشنه پایتان ۱۵ سانتیمتر از دیوار فاصله داشته باشد. اکنون فاصله بین گودی گردن و کمر خود با دیوار را اندازه بگیرید.
اگر این فاصله در ناحیه گردن ۵ سانتی‌متر و در کمر بین ۲ تا ۵ سانتی‌متر باشد، وضعیت بدن شما ایده‌آل است.

۱۴ پوسچر

۱۵ نادرست

۱۶ درست

۱۷ الف) سرد کردن آتش یا استفاده از آب (یک مورد کافی است.)
ب) نمک یا کپسول اطفای حریق (یک مورد کافی است.)
ج) گاز دی‌اکسید کربن

۱۸ الف) ۲ ب) زمان

۱۹ زیرا باید مانع رسیدن هوا به مواد سوختنی شد.

۲۰ نادرست