

سوالات آزمون فصلنامه بهورز

پاسخ صحیح سوالات ویرایش شده و به رنگ قرمز مشخص گردیده است.
سوالات شماره ۲۰ و ۲۱ و ۴۴ و ۵۰ و ۵۳ و ۵۸ و ۷۹ در زمان تصحیح حذف خواهد شد و سوال ۴۵ تمام پاسخها صحیح است.

بهار ۱۳۸۸

- ۱- توصیه هایی برای انجام خواب راحت در سالمندان عبارتند از :
- الف) چرت های روزانه بزنند
ب) قبل از خواب از گرفتن دوش آب گرم اجتناب شود.
ج) بطور منظم هر روز ورزش کنید
د) پیاده روی تأثیری در بهتر شدن خواب سالمندان ندارد.
- ۲- کدامیک از موارد ذیل صحیح نمی باشد؟
- الف) استفاده مرکبات و سبزیهای تازه جذب آهن را بیشتر می کند.
ب) گوشت قرمز و ماهی افزایش دهنده جذب آهن غذاهای گیاهی است.
ج) استفاده از غلات و حبوبات جوانه زده جذب آهن را تا ۲ برابر افزایش می دهد.
د) مصرف همزمان منبع کلسیم جذب آهن در رژیم غذایی را افزایش می دهد.
- ۳- تعریف مرگ مادر در اثر عوارض بارداری و زایمان کدام است؟
- الف) مرگ مادر از زمان بارداری تا ده ماه پس از زایمان
ب) مرگ مادر از زمان بارداری تا ۴۲ روز بعد از ختم بارداری در اثر عوارض بارداری (مستقیم) و یا عوارض تشدید شده در دوران بارداری (غیرمستقیم).
ج) مرگ مادر از زمان زایمان تا یکسال پس از زایمان در اثر عوارض مستقیم و غیرمستقیم
د) مرگ مادر از زمان بارداری تا ۲ ماه پس از ختم بارداری در اثر حادثه و تصادف
- ۴- کدام یک از انواع هیپاتیت از طریق آب و مواد غذایی منتقل می شود ؟
- الف) هیپاتیت A ب) هیپاتیت D ج) هیپاتیت C د) هر سه مورد
- ۵- کدامیک از عوامل موثر در بروز بیماری دیابت نوع ۲ نمی باشد؟
- الف- سن بالا ب- چاقی و کم تحرکی ج- سابقه دیابت در دوران بارداری د- اختلال در سیستم ایمنی بدن
- ۶- کدامیک از مواد غذایی زیر دارای نمایه گلیسمی پایین تری هستند؟
- الف- نان سنگک، عدس، لوبیا چیتی ب- نان لواش بومی، برنج صدری، نخود فرنگی

ج- پوره سیب زمینی، هویج، نان لواش ماشینی د- ماش، سیب زمینی، باقلا سبز

۷- کدام گزینه در مورد دندان شش صحیح نمی باشد؟

الف) دندانهای آسیای اول حدود سن شش سالگی می روید.

ب) در صورت از دست دادن این دندان، دندان جانشین بلافاصله رویش می نماید.

ج) دندان ۶ (آسیای اول) دقیقاً بعد از دومین دندان آسیای شیری رویش می یابد.

د) این دندان دائمی است و تاثیر مهمی در حفظ قوس فکی دارد.

۸- کمبود کدام ویتامین باعث زخم در محیط دهان بخصوص گوشه های لب می شود:

الف) ویتامین C ب) ویتامین D ج) ویتامین A د) ویتامین B_۲

۹- کدامیک از موارد ذیل جزء عوامل اجتماعی تعیین کننده سلامت نمیباشد؟

الف- فقر ب- بروز بیماریهای غیرواگیر ج- تحصیلات د- شغل

۱۰- کدام گزینه در مورد فیشور سیلانت صحیح نمی باشد ؟

الف) فیشور سیلانت برای دندان های کودکان ۶ ساله که دارای شیار عمیق هستند انجام می گیرد.

ب) فیشور سیلانت به منظور بستن درز و شیارهای کلیه دندانها انجام می گیرد.

ج) زمان مناسب برای فیشور سیلانت ۶ ماه تا ۱ سال بعد از رویش دندان آسیای اول دائمی در صورت عدم پوسیدگی میباشد.

د) با انجام فیشور سیلانت تقریباً تا ۷۵٪ از پوسیدگی دندان جلوگیری می کند.

۱۱- این تعریف مربوط به کدامیک از واژه های زیر میباشد؟

(صفتی است که در هر خدمت اندازه گرفته شده و از هر مورد به مورد دیگر تغییر میکند)

الف- متغیر ب- داده ج- اطلاعات د- شاخص سلامت

۱۲- خطاهایی که با تغییر رویکرد مدیریت، مدیریت نیروی انسانی، آموزش و توانمندسازی و فرایندهای پشتیبان قابل کاهش

میباشد چه نام دارد؟

الف- نوسانات عام ب- خطای تجهیزات ج- خطای خاص و سیستماتیک د- خطای انسانی

۱۳- در قانون مدیریت پسماندهای عفونی (ویژه) برای دفن پسماندها عمق ترانشه و عمق آب آهک چقدر است؟

الف) ۲ متر - ۰٫۵ متر ب) ۳ متر - ۱ متر ج) ۴ متر - ۰٫۵ متر د) ۴ متر - ۱ متر

۱۴- کدام یک از موارد زیر در حل اختلاف زناشویی نشان دهنده مهارت حل مسئله است ؟

الف: شناسایی مشکل - نوشتن راه حل

ب: نوشتن راه حل و ارزیابی - انتخاب یک راه حل مناسب

ج: شناسایی مشکل - نوشتن راه حل نوشتن راه حل و ارزیابی - انتخاب یک راه حل مناسب

د: شناسایی مشکل - نوشتن راه حل مناسب

۱۵- مهمترین دوران زندگی برای هویت یابی چه دوره ای است ؟

الف: دوران بزرگسالی **ب: دوران نوجوانی** ج: ۱۲ سالگی د: دوران جنینی

۱۶- حداکثر میزان آهن مورد نیاز روزانه در تمامی افراد در هر گروه سنی چقدر است؟

الف) ۴۵-۴۰ میلی گرم ب) ۶۰-۵۰ میلی گرم ج) ۴۰-۳۵ میلی گرم د) ۳۰-۲۵ میلی گرم

۱۷- در وضعیت جاری سطوح مراقبت اولیه بهداشتی ؛ کدامیک از فرایندهای مدیریت اطلاعات سلامت وجود ندارد ؟

الف) استفاده ب) تحلیل اطلاعات **ج) تولید دانش** د) انتشار

۱۸- مادری نوزاد ۲ روزه با علائم بی حالی، کاهش قدرت مکیدن، زردی، تحرک کمتر از معمول و دمای ۳۶ درجه به خانه بهداشت مراجعه کرده طبقه بندی و اقدامات مورد نیاز کدامست؟

الف) احتمال عفونت باکتریال شدید-ارجاع فوری ب) سرماخوردگی-نیاز به ارجاع ندارد
ج) پنومونی شدید-ارجاع فوری د) احتمال عفونت باکتریال شدید-ارجاع غیرفوری

۱۹- زمان شروع قطره آهن در کودکان نارس چگونه است؟

الف) زمانی که وزن آنها به ۲ برابر وزن تولد رسیده باشد ب) از ۲ ماهگی
ج) زمانی که وزن آنها بالای ۲۵۰۰ گرم رسیده باشد **د) موارد الف و ب**

۲۰- تعریف مرده زایی کدام است؟

الف) از شروع هفته ۲۰ بارداری تا زمان زایمان **ب) از شروع هفته ۲۲ بارداری تا زمان زایمان**
ج) از شروع هفته ۳۲ بارداری تا زمان زایمان د) قبل از شروع هفته ۲۲ بارداری

۲۱- در کدامیک از انواع سوختگی ها باید عضو سوخته بالاتر از سطح بدن قرار گرفته و از کمپرس آب سرد و استفاده کرد؟

الف) آفتاب سوختگی متوسط ب) سوختگی شیمیایی ج) آفتاب
سوختگی شدید د) سوختگی با نفت و بنزین

۲۲- بهترین وسیله جهت ماساژوبرطرف کردن خارش لثه کودک حین دندان درآوردن کدام است؟

الف) دندان گیرهای پلاستیکی **ب) مسواک انگشتی**
ج) انگشتان مادر د) پارچه خیس

۲۳- کدامیک از جملات ذیل صحیح میباشد؟

الف- سیاستهای سلامت بایستی بیشتر بر درمان تاکید داشته باشد
ب- در میان عوامل مختلف ، سیستم های مراقبت از سلامت بیشترین تاثیر را بر سلامت جامعه دارند
ج- شرایطی که مردم در آن متولد شده رشد کرده و زندگی میکنند تاثیر چندانی بر سلامت آنها ندارند
د- **بیشتر مشکلات کنونی سلامت ناشی از عوامل و شرایط اجتماعی است**

۲۴- کدام توصیه تغذیه ای برای بیماران دیابتی پیشنهاد نمی شود ؟

الف) وعده مکرر غذا و حجم کم آن

ب) مصرف میوه مانند انار و مرکبات که غنی از انواع آنتی اکسیدان هستند

ج) مصرف چربی های اشباع

د) مصرف غذاهای آب پز

۲۵- تعریف Unmet need در برنامه تنظیم خانواده شامل زنان همسراری است که :

الف) در دوران باروری هستند و تمایل ندارند بچه دار شدن خود را به تعویق بیاندازند و یا بچه دار نشوند ولی در حال حاضر از روش پیشگیری از بارداری اعم از مدرن و غیرمدرن استفاده می کنند .

ب) در دوران باروری هستند و تمایل دارند بچه دار شدن خود را به تعویق بیاندازند و یا بچه دار نشوند و در حال حاضر از روش پیشگیری از بارداری مدرن استفاده نمی کنند .

ج) در دوران باروری هستند و تمایل ندارند بچه دار شدن خود را به تعویق بیاندازند و یا بچه دار نشوند لذا در حال حاضر از روش پیشگیری از بارداری اعم از مدرن و غیرمدرن استفاده نمی کنند .

د) در دوران باروری هستند و تمایل دارند بچه دار شدن خود را به تعویق بیاندازند و یا بچه دار نشوند و در حال حاضر از روش پیشگیری از بارداری اعم از مدرن و غیرمدرن استفاده نمی کنند .

تابستان ۸۸

۲۶- فشار خون زنان باردار و کودکان بالای ۵ سال بهتر است در چه وضعیتی اندازه گیری شود؟

الف) ایستاده

ب) نشسته

ج) خوابیده

د) خوابیده به پهلو

۲۷- یکی از عوامل مهم در ایجاد کاتاراکت عبارت است از:

الف) قرار گرفتن در معرض اشعه ماورای بنفش

ب) سابقه بیماری فشار خون

ج) استفاده از آنتی هیستامین ها

د) استفاده از داروهای آرام بخش و ضد افسردگی

۲۸- کدام گزینه در مورد فیبرهای غذایی نادرست است؟

الف) فیبرهای غذایی به دلیل پرکردن حجم معده موجب احساس سیری می شوند .

ب) حبوبات ، میوه ها و سبزیجات حاوی فیبر بالایی می باشند.

ج) فیبرهای غذایی در بدن تولید انرژی بالایی می کنند.

د) فیبرهای غذایی در کاهش سطح کلسترول خون و کاهش قند خون در افراد دیابتی موثری می باشد.

۲۹- مواد غذایی غیر مجاز مادران شیرده کدامیک از موارد ذیل می باشند ؟

الف) چای نعنای و گل گاوزبان، کافئین، سیر و انواع کلم و پیاز

ب) دم کرده ای گیاهی ، سیر ، نمک ید دار تصفیه شده

ج) جگر، غذاهای حاوی اولیه و پر چاشنی ، شکلات کا کائوی

د) بستنی ، تربچه ، مکمل کلسیم ، پیاز چه

۳۰- کدامیک از گزینه های ذیل صحیح می باشد؟

- الف) انرژی مورد نیاز برای شیر دهی ۲ برابر بیشتر از انرژی مورد نیاز در دوران ارداری می باشد.
ب) حجم شیر مادر، پروتئین و کلسیم موجود در شیر مادر تحت رژیم غذایی مادر می باشد.
ج) تغذیه صحیح در دوران شیردهی موجب حفظ ذخایر بدنی مادر می شود.
د) ترکیب شیر مادر در دقایق اول حاوی چربی بیشتر و پروتئین کمتر است

۳۱- هدف از انجام مشاور در برنامه تنظیم خانواده چیست؟

- الف) بهبود کیفیت ارائه خدمات
ب) قادر ساختن مراجعان به انتخاب مسئولانه و آزادانه
ج) مشاور بتواند یک روش پیشگیری از بارداری را برای داوطلب انتخاب کند.
د) موارد الف و ب صحیح است

۳۲- کدامیک از موارد ذیل از اصول مشاور ه در تنظیم خانواده نمی باشد.

- الف) مشاور باید با احترام و علاقه با مراجعه کننده برخورد کند
ب) مشاور باید همه اطلاعات را هر چند هم زیاد باشد به داوطلب بگوید.
ج) مشاور باید از وسایل کمک آموزشی جهت نشان دادن وسایل پیشگیری از بارداری استفاده کند.
د) مشاوره باید با زبان قابل فهم و مطابق با فرهنگ منطقه با داوطلب صحبت کند.

۳۳- کدام وسیله کمک آموزشی در آموزش مطالب پیچیده بسیار مفید بوده و قسمتهای مهم محتوای آموزش را بهتر نمایان میکنند؟

- الف) فلاش کارت ب) پوستر ج) اشیاء یا مدل د) پمفلت

۳۴- کدامیک از موارد ذیل از عوامل مهم تاخیر رشد داخل رحمی محسوب می شوند؟

- الف: کم خونی مادر ، کوتاه قدی مادر ، ناهنجاریهای ژنتیکی
ب: فشارخون بالادر مادر، زایمانهای مکرر ، اضطراب
ج : عوامل تنش زای روانی ، کارهای سخت و مشاغل سنگین ، عفونت های حاد
د: الف و ب

۳۵- اقدامات لازم در صورت بروز تشنج ناشی از تب کدامیک از موارد ذیل است ؟

- الف : کودک را به آرامی به یک طرف برگردانند تا استفراغ یا بزاق براحتی خارج گردد.
ب: چیری دردهان کودک نباشد.
ج: کودک را به یک پهلو و دور از اشیاء سخت و تیز بخوابانند.
د : همه موارد

۳۶- برای محافظت از خود باید از چه فاصله ای از تماس نزدیک با افراد ناخوش اجتناب کنیم ؟

- الف) ۱ متر ب) ۱/۵ متر ج) ۲ متر د) ۳ متر

۳۷- ویروس آنفولانزا از طریق پختن در چه دمایی از بین می رود ؟

الف (۱۰۰ درجه ب (۷۰ درجه ج (۹۰- درجه د (۷۵ درجه

۳۸- یکی از مهمترین راههای احترام به کودک که در مهارتهای حل مسئله می تواند کار ساز باشد کدام است؟

الف: اجازه بدهیم اشتباه کند تا تجربه کند.
ب: اجازه بدهیم با ما موافقت نکند.
ج: اجازه بدهیم حرفهایش را بزند و حرفهایش را قطع نکنیم.
د: اجازه بدهیم تجارب جدید را امتحان کند.

۳۹- مهمترین زمان برای ذخیره چربی برای تولید شیر مادر در چه زمانی است؟

الف) شش ماهه دوم بارداری ب) شش ماهه اول بارداری ج) ماه اول پس از زایمان د) شش ماهه اول پس از زایمان

۴۰- کدامیک از جملات زیر در مورد بیماری کم کاری مادرزادی تیروئید غلط می باشد؟

الف- بهترین زمان برای غربالگری نوزادان روز سوم تا پنجم تولد است.
ب- حداکثر زمان برای شروع درمان ۲۸ روز است.
ج- از عوامل موثر در بروز این بیماری کمبود ید و ازدواج های فامیلی است.
د- بیماران از مواد غذایی مثل سویا، کلم و شلغم بیشتر استفاده کنند.

۴۱- در اندازه گیری فشار خون رعایت کدام یک از موارد زیر مهم می باشد؟

الف- اطمینان از سالم و دقیق بودن فشار سنج

ب- اتاق معاینه باید ساکت و آرام و دارای دمای مناسب باشد.

ج- حداقل نیم ساعت قبل از اندازه گیری فشار خون فرد معاینه شونده باید فعالیت شدید نداشته باشد.

د- پنج دقیقه قبل از اندازه گیری فشارز خون فرد معاینه شونده باید از مصرف غذاهای سنگین ،قهوه و الکل اجتناب کند.

۴۲- جمله (به علایق بچه ها احترام بگذاریم و عقاید خود را به آنها تحمیل نکنیم) یعنی چه ؟

الف: منظور از احترام گذاشتن به فکر بودن است

ب: منظور از احترام گذاشتن خشن نبودن و حمله نکردن به دیگران است.

ج: منظور از احترام گذاشتن نشان دادن علاقه - خشن نبودن - حمله نکردن و به فکر بودن است.

د: افسردگی - دلسردی و اضطراب بچه ها را درمان کنیم

۴۳- کدام نوع بروسلا عامل اصلی بروز تب مالت انسانی در ایران می باشد ؟

الف . بروسلا ملی تنسیس ب . بروسلا آبور توس ج . بروسلا سوئیس د . بروسلا کنیس

۴۴- جدول جمعیتی روستای حسن آباد در ابتدای سال ۱۳۹۰ بدین شرح است.

کل	زن	مرد	
۴۱۰	۲۱۰	۲۰۰	۰-۹
۳۸۰	۱۹۰	۱۹۰	۱۰-۱۹
۳۹۰	۲۰۰	۱۹۰	۲۰-۲۹
۳۴۰	۱۸۰	۱۶۰	۳۰-۳۹

۳۰۰	۶۰	۱۴۰	۴۰-۴۹
۲۰۰	۱۰۰	۱۰۰	بالای ۵۰

در بررسی بعمل آمده هم اکنون ۲۲ نفر از افراد بالای ۳۰ سال مبتلا به عفونت رحم میباشند میزان شیوع عفونت رحم در جمعیت بالای ۳۰ سال چه میزان است؟

الف - ۲,۶٪ ب - ۴٪ ج - ۵٪ د - ۸٪

۴۵- جهت از بین بردن تخم های شپش (رشک ها) از کدام روش زیر استفاده می کنید ؟

الف . شامپو پرمترین یک درصد ب . تکرار درمان بعد از یک هفته
ج . استفاده از سرکه و شانه زدن بعد از ۳۰ دقیقه د . جوشاندن البسه و حوله به مدت ۳۰ دقیقه

۴۶- در خصوص انگل شپش کدامیک از موارد ذیل صحیح نمی باشد؟

الف) تخم های شپش ماده به نام رشک کوچک و سفید رنگ بوده و قدرت چسبندگی به ساقه مو دارد.
ب) شپش در آب زنده می ماند به همین دلیل از طریق استخر شنا منتقل می شود.
ج) شپش قادر به پریدن و جهیدن نیست و حرکت لغزشی دارد.
د) شپش حشره ای کوچک بدون بال و خونخوار است و می تواند سر ، تنه و عانه را آلوده کند.

۴۷- در خصوص غربالگری شپش کدام مورد صحیح نمی باشد؟

الف) وقتی یک مورد شپش در کلاس کشف شد تمام دانش آموزان مدرسه باید بررسی شوند.
ب) زمانی که بیش از سه کلاس در یک مدرسه درگیر باشد باید تمام کلاسهای مدرسه غربالگری می شوند.
ج) وقتی یک مورد شپش در کلاس کشف شد تمام دانش آموزان همان کلاس باید معاینه شوند.
د) با یافتن دانش آموز یافرد مبتلا باید وی را به اولین مرکز بهداشتی درمانی ارجاع داد.

۴۸- برای نشان دادن اطلاعات عددی ورقمی به فراگیران در کلاس درس از کدامیک از رسانه های زیر استفاده می نمایید ؟

الف - چارت دیواری ب - پوستر ج - نمودار د - فلاش کارت

۴۹- مهمترین و شایعترین بار منتسب به عوامل خطر در مطالعه ملی بار بیماریها مربوط به کدام عامل خطر است؟

الف - چاقی و اضافه وزن ب - پرفشاری خون ج - فعالیت فیزیکی ناکافی د - بالا بودن کلسترول خون

۵۰- جمعیت روستای علی آباد ۲۰۰۰ نفر میباشد که از این تعداد ۱۲۰۰ زن و ۸۰۰ نفر مرد میباشد در ۶ ماه اول سال جاری تعداد

۱۵ نفر از اهالی به بیماری سالک مبتلا شدند میزان بروز بیماری در ۶ ماه اول سال در این روستا چه میزان میباشد؟

الف - ۷۵٪ ب - ۱٪ ج - ۱,۲۵٪ د - ۱,۵٪

بهار ۸۹

۵۱- کدام گزینه نادرست است؟

(الف) با مصرف روزانه نمک ید دار می توان از گواتر و سایر اختلالات ناشی از کمبود ید جلوگیری کرد.

(ب) با مصرف مرتب نمک بتدریج از درجه گواتر کاسته می شود.

(ج) نور و حرارت موجب از بین رفتن ید موجود در نمک می شود.

(د) با تبلور مجدد نمک میزان ید موجود بهتر و به مدت بیشتری حفظ می گردد.

۵۲- در ثبت دفتر مراقبت ممتد مادران کدامیک از موارد زیر صحیح نیست؟

(الف) تاریخ مراقبت های ویژه در قسمت توضیحات دفتر درج شود.

(ب) کد یا کدهای موارد در معرض خطر با موارد کد صفر ثبت شود.

(ج) در صورت نداشتن هیچک از موارد کد صفر ثبت شود.

(د) هدف از تکمیل دفتر، نمایش اطلاعات اصلی مراقبت خانمهای باردار از قبل از بارداری تا پس از زایمان در یک لیست خطی میباشد

۵۳- مناسب ترین و آسان ترین راه کنترل خونریزی کدام است؟

(الف) فشار مستقیم توسط دستها و یا یک پانسمان فشاری و بالا گرفتن ناحیه متاثر (ب) استفاده از تورنیکه

(ج) فشار مستقیم توسط دستها (د) استفاده از تورنیکه و بالا گرفتن ناحیه متاثر

۵۴- تکنیک های حمل یک نفره مصدوم کدام است؟

(الف) حمل عصایی - حمل به پشت یا کول کردن

(ب) حمل قطاری یا زنبه ای - حمل آغوشی دو نفره یا چهار دست

(ج) حمل یک دست و یک پا (آتش نشان) - حمل سینه خیز یا کششی

(د) الف و ج

۵۵- کدام یک از انواع هیپاتیت از طریق اب و مواد غذایی منتقل می شود ؟

(الف) هیپاتیت A (ب) هیپاتیت D (ج) هیپاتیت C (د) هر سه مورد

۵۶- کدام نوع هیپاتیت فقط به صورت همزمان با هیپاتیت نوع B رخ می دهد ؟

(الف) هیپاتیت D (ب) هیپاتیت C (ج) هیپاتیت A (د) هیپاتیت E

۵۷- کدامیک از موارد زیر در خصوص کاهش عوارض نامطلوب پس از ایمنسازی نادرست است ؟

(الف) - تکان دادن کافی واکسن قبل از استفاده

(ب) - عدم استفاده از واکشن MMR و مننژیت حداکثر ۴ ساعت پس از بازسازی

ج) انجام تزریق زیر جلدی واکسن های MMR و ثلاث

د) عدم تماس مستقیم واکسن های ثلاث، توام و هیپاتیت با کیسه یخ و دیواره یخچال

۵۸- کدامیک از موارد زیر جز گزارش فوری عوارض نامطلوب پس از ایمن سازی نمی باشد؟

الف) بستری شدگان در بیمارستان ب) آبسه های محل تزریق

ج) فلج های ناشی از دریافت واکسن خوراکی پولیو د) موارد فوت طی ۳۰ روز نو دریافت واکسن

۵۹- برای جلوگیری انتشار بیماری سالک از طریق انسان به انسان بهترین کار چیست؟

الف) سمپاشی اماکن مسکونی ب) حذف محل تجمع زباله و نخاله های ساختمانی

ج) پوشاندن زخم فرد مبتلا د) از بین بردن سگ های ولگرد

۶۰- مخزن اصلی بیماری سالک در نوع شهری بیماری در کدام گزینه ذیل آمده است؟

الف) جوندگان صحرایی **ب) انسان بیمار** ج) سگ د) گربه سانان

۶۱- دوره کمون بیماری سالک روستایی نسبت به نوع شهری چگونه است؟

الف) کوتاهتر است ب) طولانی تر است

ج) در هر دو نوع یکسان است د) دوره کمون بیماری نوع شهری از چند هفته تا حداکثر دو ماه می باشد.

۶۲- درخصوص بینایی سنجی دانش آموزان کدام مورد صحیح نمی باشد؟

الف) اگر دیدهر چشم کمتر از ۹/۰ باشد دانش آموز نیاز به ارجاع دارد.

ب) اگر دید یک چشم بیش از ۱/۰ با چشم دیگر تفاوت داشته باشد نیاز به ارجاع دارد.

ج) اگر دید هر دو چشم با هم کمتر از ۱۰/۰ دهم باشد نیاز به ارجاع دارد.

د) جهت تشخیص اختلال بینایی دانش آموزان عینکی باید بدون عینک مورد معاینه قرار می گیرند.

۶۳- کدام یک از گزینه های زیر، از محدودیت های سخنرانی است؟

الف- به مهارتهای کلامی کافی نیاز دارد. ب- فراگیران فعال هستند

ج- برای آموختن موضوعات عملی و مهارتی مناسب می باشد د- ارتباط دو طرفه می باشد.

۶۴- کدامیک از وظایف شورای بهداشت روستا نمیباشد؟

الف- جمع آوری اطلاعات در مورد بهداشت روستا ب- مشخص کردن مشکلات بهداشتی

ج- الویت بندی مسائل بهداشتی و تعیین منابع **د- اجرای برنامه های بهداشتی**

۶۵- کلیه موارد باعث موفقیت شورای بهداشت روستا میشوند بجز:

الف- افراد منتخب مورد اعتماد مردم و با نفوذ باشند

ب- کلیه اعضا در اجرای برنامه های آموزشی بهداشتی فعالیت کنند

ج- لیست مشکلات بهداشتی در جلسات طرح شود و راه حل مناسب بیان شود

د- در ابتدای جلسه مصوبات قبلی مورد بررسی قرار گیرد

۶۶- ارسال فرم بهسازی و بهداشتی مراکز و اماکن مشمول و غیر مشمول قانون اصلاح ماده ۱۳ و فرم تنظیم خانواده به ترتیب چگونه است؟

الف- ماهیانه - فصلی ب- شش ماهه - فصلی ج- فصلی - فصلی د- فصلی - شش ماهه

۶۷- کدامیک از عرقهای گیاهی زیر خاصیت گرم دارد ؟

الف - عرق برگ چنار ب - عرق برگ مورد ج - عرق بید د- عرق اسطوخودوس

۶۸- برای رفع سکسکه از کدامیک از عرقهای زیر میتوان استفاده کرد ؟

الف - عرق بومادران ب - عرق خارشتری ج - عرق شوید د - عرق گزنه

۶۹- کدامیک از موارد زیر جزو عوامل محرک ایجاد آسم نیست ؟

الف - هوای سرد ب - هوای مرطوب ج - آسپیرین د - عطرها

۷۰- کدام یک سنتز DNA را مختل می کند؟

الف) CO ب) O_۳ ج) SO_۲ د) VOC

۷۱- منبع تولید گاز SO_۲ کدام است؟

الف) وسایل نقلیه موتوری ب) احتراق نفت کوره ج) سوختن گازوئیل د) همه موارد

۷۲- کدام یک باعث گشادی مردمک چشم و تولید نیتروز آمین می شود؟

الف) O_۳ ب) CO ج) VOC د) NO_۲

۷۳- کدام یک موجب کاهش بازدهی محصولات کشاورزی و از بین رفتن جنگل ها و اکوسیستم های گیاهی می شود؟

الف) PM_{۱۰} ب) SO_۲ ج) NO د) O_۳

۷۴- راههای ایجاد مهارت در مطالعه کردن چیست؟

الف: علامت گذاری - یادداشت کردن ب: علامت گذاری - فکر کردن

ج: خط کشیدن زیر عبارات د: تند خوانی - سوال کردن

۷۵- کدام از موارد زیر محیطی دلنشین و قابل پیش بینی در خانواده را فراهم می کند؟

الف : صمیمی بودن افراد خانواده ب : قانون مندی

ج: با قاطعیت حرف زدن د: کنجکاو بودن

بهار ۱۳۹۰

۷۶- افراد در شرف باز نشستگی چه نکاتی را باید بیاموزند؟

- الف) چگونه از دوران بازتشیستی خود بهتر و مفیدتر استفاده کنند. (ب) چگونه با افراد خانواده برخورد کنند
ج) چگونه نقش های جدیدی را در خانواده بپذیرند (د) همه موارد

۷۷- واکسن های بازسازی و واکسن های چند دوزی را به ترتیب چه مدت می توان و استفاده نمود؟

الف) واکسن بازسازی شده ۶ ساعت و واکسن چند دوزی ۴ هفته از زمان باز شدن

ب) واکسن بازسازی شده ۲۴ ساعت و واکسن چند دوزی ۸ هفته از زمان باز شدن

ج) واکسن بازسازی شده ۱۰ ساعت و واکسن چند دوزی ۲ هفته از زمان باز شدن

د) واکسن بازسازی شده ۸ ساعت و واکسن چند دوزی ۶ هفته از زمان باز شدن

۷۸- بیشترین مقدار توصیه شده روزانه مربوط به کدام گروه غذایی می باشد؟

- الف) شیر و لبنیات (ب) گوشت و حبوبات (ج) میوه ها و سبزیجات (د) نان و غلات

۷۹- هر واحد از گروه شیر و لبنیات معادل

الف) ۲ لیوان شیر، یک لیوان ماست، ۲ لیوان دوغ (ب) یک لیوان شیر، ۲ لیوان ماست، ۲ لیوان دوغ

ج) یک لیوان شیر، ۱ لیوان ماست، ۲ لیوان دوغ (د) ۱ لیوان شیر، یک لیوان ماست، یک لیوان دوغ

۸۰- در صورت عدم دسترسی به گوشت کدام یک از مواد غذایی زیر می تواند جایگزین مناسبی باشد؟

- الف) ماست (ب) تخم مرغ (ج) سیب زمینی (د) کشک

۸۱- با توجه به ممنوعیت واکسیناسیون سرخچه در زنان باردار زنان تا چه مدتی پس از تزریق واکسن نباید باردار شوند؟

- الف) ۶ ماه (ب) ۱۵ روز (ج) ۲۸ روز (د) ۲ ماه

۸۲- کدامیک از گزینه های ذیل از منابع کلسیم می باشند؟

الف) کشک، انواع میوه ها، نان (ب) شیر، انواع گوشت ها و مغزها

ج) نان، برنج، دوغ، گوشت قرمز (د) شیر، ماست، کشک، انواع کلم

۸۳- کدامیک از گزینه های زیر به عنوان آنتی اکسیدان مناسب شناخته نمی شوند؟

- الف) ید (ب) منگنز (ج) سلینوم (د) ویتامین E

۸۴- مهارت تفکر انتقادی زمینه ساز کدامیک از ده مهارت زندگی است؟

ب) مهارت همکاری و کارگروهی
د) مهارت تفکر خلاق و مدیریت استرس

الف) مهارت ارتباط و روابط بین فردی
ج) **مهارت حل مسئله و تصمیم گیری**

۸۵- کدامیک از موارد ذیل جزء اصولی است که در یک مشاوره شیر دهی باید رعایت گردد؟
الف: برقراری ارتباط با مادر و درک نگرانی های او
ب: تشویق مادر و عدم انتقاد از مادر
ج: پاسخ به سئوالات مادر و پرسش سئوالات باز از مادر
د: **همه موارد**

۸۶- اولین و حیاتی ترین گام برای کاهش مرگ و میر شیرخواران و کودکان کدام است؟
الف) پیشگیری از بیماریهای تنفسی
ب) واکسیناسیون
ج) آموزش بهداشت به مادر در دوران بارداری و پس از آن
د) **تغذیه با شیر مادر در یک ساعت اول تولد**

۸۷- کودک در گروه سنی ۵-۱ ساله که دارای ۴۵ بار تنفس در دقیقه است در کدام گروه طبقه بندی می شود ؟
الف : پنومونی شدید
ب: **پنومونی**
ج : سرماخوردگی
د : بیماری ندارد

۸۸- کودک مبتلاً به پنومونی تشخیص نوع درمان شامل کدامیک از موارد ذیل است ؟
الف : دادن آنتی بیوتیک خوراکی بمدت ۵ روز و درمان سرفه با اقدامات بی ضرر خانگی
ب: توصیه به مادر که چه موقع فوراً برگردد
ج: پیگیری بعد از ۲ روز
د: **همه موارد**

۸۹- احتمال انتقال کدام یک بیماری هاری زیر از طریق جفت به جنین وجود دارد ؟
الف (سرخک
ب) **سرخچه**
ج) سیاه سرفه
د) منژیت مننگوکوکسی

۹۰- بهترین ابزار برای پایش و کنترل روزانه سلامتی واکسن کدام است ؟
الف (VVM
ب) **دما سنج**
ج) فریز واچ
د) فریز تک

۹۱- کدامیک از واکسن های زیر از نظر حساسیت به نور متفاوت است؟
الف (MR
ب) **OPV (پولیو)**
ج) BCG
د) MMR

۹۲- برای تعیین نیازهای آموزشی ، نیاز به جمع آوری اطلاعات می باشد جمع آوری اطلاعات در کدامیک از موارد ذیل ضروری است ؟

الف- مهمترین مشکلی که توسط اشخاص و گروهها مطرح می شود.

ب- مشکلاتی که آموزش دهنده سلامت مشاهده می کند .

ج رفتارهایی که سبب بروز مشکلات سلامتی منطقه می گردد

د- **همه موارد**

۹۳- کدامیک از معیارهای زیر در اولویت بندی مشکلات سلامت مورد توجه قرار نمی گیرد ؟

الف - فراوانی و وسعت مشکل

ب- مدت زمان وجود یک مشکل در منطقه

ج- شدت و کشندگی مشکل

د- میزان تاثیر آموزش در حل مشکلات منطقه

۹۴- استاندارد غلظت گاز منو اکسید کربن برای تماس ۸ ساعت در هوای آزاد و در محیط کار به ترتیب برابر است با :

الف) **۹ ppm تا ۲۵ ppm** (ب) ۳۵ ppm تا ۵۰ ppm (ج) ۱۰ ppm تا ۲۵ ppm (د) ۹ ppm تا ۳۵ ppm

۹۵- دوره سرایت بیماری اوریون چه زمانی است؟

الف) از ۴۸ ساعت قبل تا ۶ روز بعد از بروز علائم (ب) از زمان بروز علائم تا یک هفته بعد از بروز علائم

ج) از ۲۴ ساعت قبل تا ۳ روز بعد از بروز علائم (د) از ۴۸ ساعت قبل تا ۳ روز بعد از بروز علائم

۹۶- وضعیت نصب دودکش در پشت بام باید چگونه باشد ؟

الف-۱- حداقل یک متر از سطح بام و حداقل یک متر از دیوار جانبی با فاصله داشته باشد

ب- از جنس مقاوم وبدون هیچگونه منفذ و نشتی وانسداد در سرتاسر آن باشد

ج- دارای کلاهک مخصوص به شکل H باشد

د تمام موارد

۹۷ - زنجبیل چه خاصیتی دارد و بیشتر در چه بیمارانی استفاده میشود ؟

الف -مسهل است در بیماران مبتلا به یبوست (ب- ضد سرفه در بیماران سرماخورده

ج - ضد دل پیچه در بیماران اسهالی (د-ضد التهاب در بیماران روماتیسمی

۹۸- پس از وقوع زلزله از سالم بودن چه آبی می توان مطمئن بود؟

الف) آب بسته بندی شده (ب) آب جوشانده شده به مدت ۳-۵ دقیقه

ج) آب سالم سازی شده با کلر مادر یک درصد (د) همه موارد

۹۹- مراحل شش گانه آموزش سلامت به ترتیب کدامند؟

الف) نیاز سنجی، شناسایی محیط، طراحی مداخله آموزشی، اجرای مداخله آموزشی، ارزشیابی، تولید اطلاعات

(ب) شناسایی محیط، نیاز سنجی، طراحی مداخله آموزشی، اجرای مداخله آموزشی، ارزشیابی، تولید اطلاعات

ج) شناسایی محیط، نیاز سنجی، طراحی مداخله آموزشی، اجرای مداخله آموزشی، تولید اطلاعات، ارزشیابی

د) نیاز سنجی، شناسایی محیط، تولید اطلاعات، طراحی مداخله آموزشی، اجرای مداخله آموزشی ارزشیابی

۱۰۰- بهترین زمان جهت آموزش مادران در خصوص شیردهی در چه زمانی به چه صورت است؟

الف) در ابتدای بارداری و به صورت گروهی (ب) در سه ماهه اول بارداری و به صورت انفرادی

ج) در سه ماهه آخر بارداری و به صورت انفرادی (د) بلافاصله پس از زایمان و به صورت انفرادی