

## سوالات مسابقه هفته سلامت ۱۴۰۰

۱- صورت مخفف سازمان جهانی بهداشت و تاریخ تاسیس آن، به ترتیب، کدامیک از گزینه‌های زیر می‌باشد؟

الف- WHO - ۷ آوریل

ب- WHO - ۱۷ آوریل

ج- ILO - ۸ نوامبر

د- ILO - ۱۸ سپتامبر

۲- منظور از افسران جنگ سلامت در شرایط کنونی جهان در محیط خانواده ها و مراکز سلامت، چه کسانی هستند؟

الف- پزشکان

ب- پرستاران

ج- زنان

د- تمامی موارد

۳- علائم هشداردهنده در کرونا چیست؟

الف- تنگی نفس شدید

ب-، سرگیجه، ضعف عمومی شدید و عدم تعادل در راه رفتن

ج- تشنج و خلط تیره

د- همه موارد

۴- چه افرادی نیاز به تست کرونا دارند؟

الف- افراد بالای ۶۰ سال با بیماری‌های زمینه علامت‌دار

ب- کودکان و نوجوانان

ج- خانم‌های باردار دارای علامت

د- موارد الف و ج

۵- علائم انتقال بیماری کرونا، تا چند روز پس از تماس و ارتباط با فرد مبتلا، بروز پیدا می‌کند؟

الف- ۴ الی ۵ روز

ب- ۴-۶ روز

ج- ۷ الی ۱۰ روز

د- ۷ الی ۱۴ روز

۶- چگونه بیماری ویروس کرونا منتقل می‌شود؟

الف- قطرات تنفسی سرفه و عطسه فرد آلوده

ب- لمس سطوح آلوده به ویروس

ج- لمس صورت (چشم ها و دهان)

ج- همه موارد

۷- بهترین روش ها برای محافظت از ابتلا به بیماری ویروس کرونا چیست؟

الف- دستها را مرتباً با استفاده از آب و صابون یا مالش دست الکل بشویید

ب- از تماس نزدیک با کسی که علائم شبیه آنفولانزا را دارد اجتناب کنید

ج- از دست زدن به صورت خودداری کنید

د- همه موارد

۸- بیماری ویروس کرونا چه کسی را تحت تأثیر قرار می دهد؟

الف- کودکان، نوجوانان و جوانان

ب- میانسالان

ج- افراد دارای بیماری های خاص

د- همه افراد

۹- برای از بین بردن بیماری ویروس کرونا الکل چند درصد برای ضد عفونی کننده ها دست مورد نیاز است؟

الف- ۴۰ درصد

ب- ۵۰ درصد

ج- ۶۰ تا ۷۰ درصد

د- ۹۰ درصد

۱۰- برای از بین بردن بیماری ویروس کرونا برای چه مدت باید دستان خود را بشویید؟

الف- ۱۰ ثانیه

ب- ۱۵ ثانیه

ج- حداقل ۲۰ ثانیه

د- ۳۰ ثانیه

۱۱- زمان مناسب برای بیرون آوردن یک فرد مبتلا به ویروس کرونا از قرنطینه چه موقعی است؟

الف- تب بیمار بدون تب بر قطع شده باشد.

ب- بیمار هیچ علائم بیماری، از جمله سرفه از خود نشان ندهد.

ج- جواب تست بیمار - دو بار با فاصله ۲۴ ساعت - منفی باشد.

د- همه موارد

۱۲- منظور از سندرم پست کووید چیست؟

الف- دوره ی نقاهت از بیماری که یک ماه به طول می انجامد.

ب- علائم بیماری با گذشت سه هفته از بیماری، از بین می رود.

ج- مرحله‌ی بحرانی پس از ابتلا می‌باشد.

د- پس از ابتلا، علائم بیماری، بین ۳ هفته تا سه ماه طول می‌کشد.

۱۳- در صورت مثبت بودن تست کرونا و داشتن علائم خفیف چه کار باید بکنیم؟

الف- در یک اتاق جداگانه و با تهویه مناسب استراحت کنید

ب- مرتباً دست‌های خود را بشویید و از وسایل و ظروف غذایی مشترک استفاده نکنید

ج- ماسک بزنید و فاصله خود را با اطرافیان تا حد ۲ متر رعایت کنید

د- همه موارد

۱۴- بهترین توصیه برای افرادی که بیماری‌های زمینه‌ای مانند دیابت، فشارخون و ... دارند برای پیشگیری از کووید ۱۹ چیست؟

الف- زدن ماسک، رعایت فاصله اجتماعی و شستشوی مناسب و مرتب دست‌ها

ب- عدم خروج از خانه در موارد غیرضروری

ج- استفاده از مکمل‌های تغذیه‌ای مناسب

د- همه موارد

۱۵- کدام گزینه جزء شایع‌ترین عوامل عفونی ایجادکننده سرطان نیست؟

الف) ویروس ایدز (HIV)

ب) ویروس هپاتیت B (HVB)

ج) ویروس هپاتیت C (HCV)

د) هلیکوباکتری پیلوری (HP)

۱۶- کدام گزینه از راههای انتقال ویروس ایدز است؟

الف) تماس پوستی

ب) تنفس

ج) نیش حشرات

د) تزریق با وسایل مشترک

۱۷- کدام گزینه جزء علل ابتلا به هپاتیت است؟

الف) خوردن و آشامیدن غذای آلوده

ب) مصرف خودسرانه داروها

ج) مصرف مشروبات الکلی

د) همه موارد

۱۸- با اصلاح سبک زندگی از بروز کدام نوع دیابت می‌توان پیشگیری کرد؟

الف) دیابت نوع ۱

ب) دیابت نوع ۲

ج) دیابت بارداری

د) دیابت قابل پیشگیری نیست

۱۹ - (سما) مخفف کدام مناسبت بهداشتی در تقویم است؟

الف) هفته مبارزه با سرطان

ب) هفته ملی سلامت مردان

ج) هفته ملی سلامت زنان

د) هفته پیشگیری از ایدز

۲۰- آب خاکستری چیست؟

الف - آبی که در صنایع و کارخانه ها مورد استفاده قرار می گیرد.

ب - آبی که در سیستم مدیریت پسماند مورد استفاده قرار می گیرد.

ج - آبی که در کشاورزی مورد استفاده قرار گرفته و شامل فضولات حیوانی است.

د- آبی که در ساختمان های مسکونی مورد استفاده قرار می گیرد و شامل فضولات انسانی و حیوانی نیست.

۲۱- دو عامل مهم در نارسایی کلیه کدام است؟

الف) کلسترول - دیابت

ب) فشارخون بالا - دیابت

ج) کلسترول - فشار خون بالا

د) عفونت ها - دیابت

۲۲ - نقش درختان در محیط چیست؟

الف) جذب دی اکسید کربن و تصفیه هوا

ب) جلوگیری از فرسایش زمین و وقوع سیلاب

ج) مامن و آشیانه برای حیوانات

د) همه موارد

۲۳- شایع ترین بیماری مسری عفونی پس از بیماری سل و مالاریا چیست؟

الف- ایدز

ب-هپاتیت B

ج- هپاتیت C

د- کرونا

۲۴- کدامین مورد از موارد زیر، از جمله علل نارسایی کلیه ها می باشد؟

الف- دیابت

ب- بیماری های ارثی

ج- فشار خون بالا

د- تمامی موارد

۲۵- نماد جهانی دیابت و سمبل اتحاد جامعه‌ی دیابتی در جهان چیست؟

الف- حلقه‌ی آبی

ب- روبان قرمز

ج- حلقه‌ی سبز

د- روبان زرد

**شاد و سلامت باشید**

**اردیبهشت ماه ۱۴۰۰**

**معاونت دانشجویی - واحد مشاوره، بهداشت و سلامت پردیس شهید بنت الهدی صدر گیلان**