

# بانک سوال رایگان

+ پاسخ  
تشریحی

## یاوران دانش



راه های ارتباطی با ما:

[www.Dyavari.com](http://www.Dyavari.com)

۰۲۱ ۹۱۶ ۹۲۱ ۴۰





۱- بها دادن به خود، به کدام یک از انواع خودمراقبتی بیشتر مربوط می شود؟  
(۱) معنوی (۲) اجتماعی (۳) جسمی (۴) روانی - عاطفی

۲- الگوی خرید سبد غذایی و وضعیت اشتغال، به ترتیب به کدام یک از عوامل مؤثر بر سلامت مربوط است؟  
(۱) سبک زندگی - عوامل محیطی (۲) عوامل محیطی - دسترسی به خدمات بهداشتی و درمانی  
(۳) سبک زندگی - عوامل ژنتیکی و فردی (۴) عوامل محیطی - سبک زندگی

۳- درستی یا نادرستی عبارت زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.  
برای همه افراد این امکان فراهم است که بتوانند با سبک زندگی سالم علاوه بر حفظ و ارتقای سلامت خویش، کیفیت زندگی خود را نیز ارتقا دهند.

۴- درستی یا نادرستی عبارت زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.  
- در درمان، زمان آموزشها بسیار کوتاه و برای همه در هر سطح معلومات میسر است.

۵- حسن می خواهد وزن خود را کاهش دهد، او باید در نظر داشته باشد که «در یک شب نمی تواند به وزن مطلوب برسد». این جمله مربوط به کدام یک از گام های برنامه ریزی برای خودمراقبتی می باشد؟  
(۱) هدف خود را تعیین کند. (۲) از یادآورها استفاده کند.  
(۳) مهارت های لازم برای خودمراقبتی را کسب کند. (۴) برای شروع، گام های کوچک بردارد.

«بانک سوال یاوران دانش»

۶- کنترل خشم، جزء کدام یک از انواع خودمراقبتی محسوب می شود؟  
(۱) جسمی (۲) اجتماعی (۳) روانی - عاطفی (۴) معنوی

۷- شرایط زندگی و امنیت، جزء کدام یک از عوامل مؤثر بر سلامت می باشد؟  
(۱) عوامل ژنتیکی و فردی (۲) عوامل محیطی  
(۳) دسترسی به خدمات بهداشتی درمانی (۴) سبک زندگی

۸- درستی یا نادرستی عبارت زیر را بدون ذکر دلیل مشخص کنید.  
- عوامل مؤثر بر سلامت، همیشه موجب تقویت فرد می شود.

۹- برای جمله زیر دلیل علمی بیان کنید.  
به جای تعریف مطلق بیماری، آن را در یک طیف «از سلامتی تا آستانه مرگ» تعریف می کنند.

۱۰- از مزایای «مدنظر قرار دادن موفقیت ها» در برنامه ریزی خودمراقبتی دو مورد را بنویسید.

۱۱- جای خالی را با کلمه مناسب پر کنید.  
با توجه به دیدگاه اسلام، در تعریف سازمان بهداشت جهانی از سلامت، جنبه ..... آن غفلت شده است.