

# آزمون کارشناسی ارشد وزارت بهداشت سال ۱۳۸۸

فایل ترجمه

EMAD JAFARI

 emadjafari.com

 0939 759 0359

 emadjafari\_english

 emadjafari\_english

نوبت صبح سال 88

متن اول

تفکر انتقادی جزئی مهم در بین حوزه های آکادمیک و رشته های علمی است. پروسه ی تفکر انتقادی در چارچوب شک علمی، شامل اکتساب دقیق و تفسیر اطلاعات و استفاده از آن برای رسیدن به نتیجه ای که به صورت مناسب توجیه شده است. مفاهیم و اصول تفکر انتقادی می توانند در یک چارچوب، صرفاً با باز خورد بر ماهیت کاربرد آن استفاده شود، بنابراین، تفکر انتقادی، یک سیستم مرتبط و حالت های همپوشان تفکر مانند تفکر انسان شناسی، تفکر جامعه شناسی، تفکر فلسفی، تفکر ریاضی، زیست محیطی، تفکر موسیقی، تفکر مانند یک نقاش، مجسمه ساز، مهندس، شخصی و تجاری و... را شکل می دهد. به عبارت دیگر، با وجود اینکه اصول تفکر انتقادی، اصولی جهانی هستند، اما کاربرد آن هادر زمینه های مختلف، نیازمند فرآیندی بر اساس زمینه سازی بازتابی است. تفکر انتقادی مهم است زیرا افراد را قادر می سازد تا تفکر هاراباز سازی کند، توضیح دهد، ارزیابی کند و تجزیه و تحلیل نماید و از این روریسک پذیرفتن، انجام و یا حتی فکریک ایده اشتباه را کاهش می دهد. به هر حال حتی با وجود دانش استفاده از روش های تحقیق و استدلال منطقی اشتباهات ممکن است رخ بدهند و دلیلی آن یابه خاطر ناتوانی فرد متفکر در به کار بستن آن روش هاست یابه دلیل ویژگی های شخصیتی مانند خودمحوری است. تفکر انتقادی شامل شناسایی سوگیری ها، تبلیغ سوگیرانه، خود فریبی، انحراف، اطلاعات نادرست و غیره است. بر اساس تحقیقات انجام شده در روانشناسی برخی معلم هاین اعتقاد دارند که مدارس باید بر آموزش مهارت های تفکر انتقادی و پرورش ویژگی های روشنفکری تمرکز کنند.

1. متن بیان می کند که تفکر انتقادی در شک علمی فرآیندی است که به ..... می انجامد.

الف. نتیجه گیری منطقی

ب. جمع آوری اطلاعات

ب. بازتاب علمی

د. زمینه یابی

2. استفاده از مفاهیم تفکر انتقادی..... است.

الف. قابل تعمیم دادن

ب. متکی به بافت

ج. از ماهیت متضاد

د. در شک علمی

3. تفکر موسیقی، زیست محیطی، جامعه شناسی و غیره ذکر میشوند تا نشان دهند که اصول تفکر انتقادی.....

الف. شکل های تحریف شده منطبق هستند

ب. به یک نتیجه گیری منطقی رسیده اند

ج. اهمیت خود را در رشته های آکادمیک از دست داده اند.

د. باید برای کاربردشان سازگار شوند

4. در تفکر عادی، نویسنده معتقد است که شخص به احتمال زیاد.....

الف. با افکار غیر واقعی شروع میکند

ب. فرآیند تفکر را بطور مناسبی آنالیز و ارزیابی میکند

ج. در یک شواهد و قراین فکری مشارکت میکند

د. دانش روش ها یا استدلال منطقی را به دست می آورد

5. خودمحوری، تعصب، اطلاعات غلط و غیره به عنوان ..... ذکر شده اند.

الف. نمونه هایی از عدم توانایی متفکرین  
ب. خطرات موجود در تفکر عادی

ج. اجزای موجود در تفکر انتقادی  
د. فرآیند زمینه یابی بازتابی

6. نویسندگان پیشنهاد میکنند که تفکر انتقادی باید.....

الف. شکل های خلاصه شده صفات هوشی باشند  
ب. با تبلیغ شناخته شوند

ج. قسمت اساسی برنامه درسی مدارس باشد  
د. به زمینه روانشناسی مدرن مسیر میدهد

### متن دوم

بیماری های مرتبط با مصرف قند متعدد هستند. یکی از این خطرات مصرف قند چاقی است. در کشورهای غربی که سطح فعالیت فیزیکی کاهش یافته و مصرف قند تهم افزایش یافته است، قند قطعا مانند اسلحه ای است که منجر به افزایش وزن میشود. وزن به دست آمده از قند به صورت ضخیم کننده ی شریان های قلب، خود را نشان میدهند که میتواند مستقیما منجر به ایجاد بیماری های قلبی شوند. به علاوه، قند نقش اساسی در رشد و ایجاد برخی از انواع دیابت ایفا میکند. قند، خصوصا قند موجود در آبمیوه ها به عنوان ، یکی از علل پوسیدگی دندان ها شناخته میشود. مصرف قند همچنین ممکن است باعث افزایش احتمال ابتلا به بیماری های لته شود. علاوه بر این، قند درباره ی نحوه ی رفتار ما نیز نقش دارد. این مطلب بیان شده که افزایش قند ممکن است منجر به افسردگی شود. همچنین هنگامی که میزان قند خون از مقدار زیاد به مقدار کم افت کند ممکن است باعث پیش فعالی یا نوسانات رفتار میشود تحقیقات اخیر نشان داده است که مقدار قند زیاد در بدن میتواند باعث کاهش پاسخ ایمنی بدن شود. افرادی که میزان قند زیادی مصرف میکنند در مقایسه با افرادی که از مصرف قند اجتناب میکنند احتمال بیشتری جهت ابتلا به عفونت های باکتریال دارند. قند همچنین میتواند منجر به بروز اختلالات گوارشی نیز شود، زیرا مصرف قند زیاد میتواند منجر به ترشح مقدار بیشتری اسید در معده شود، که این میتواند منجر به اسهال، به خصوص در افرادی که مبتلا به سندرم روده تحریک پذیر هستند، شود با توجه به عوارض گفته شده ی مصرف قند، به نظر میرسد باید تلاش کنیم تا مصرف آن را به میزان حداقل حفظ نماییم.

7. براساس این متن .....

الف. بیش فعالی بدنی و نوسانات خلقی غربی ها باعث افزایش وزن آنها شده است

ب. اترواسکلوروزیس احتمالا به دلیل مصرف قند بسیار زیاد رخ دهد.

ج. بیماری های لته ای بطور قطع، در بین افرادی که قند زیاد مصرف میکنند اتفاق می افتد

د. سندرم کولون تحریک پذیر عموما زمانی که فرد غذاهای اسیدی مصرف میکند اتفاق می افتد

8. مناسب ترین عنوان برای این متن میتواند ..... باشد

الف. قند و مصرف آن برای گروه های سنی متفاوت

ب. راهنمایی هایی برای افراد برای اجتناب از چاقی

ج. مسایل بهداشت عمومی مرتبط با قند

د. قند و اثرات آن بر روی پاسخ سیستم ایمنی بدن

9. به نظر نویسنده متن.....

الف. وزن به دست آمده از طریق مصرف قند اجتناب ناپذیر است

ب. مصرف بیش از اندازه قند، افراد مستعد را در معرض خطرات پیش بینی نشده قرار میدهد

ج. برای جلوگیری از چاقی قندهای تصفیه شده باید در رژیم غذایی ما گنجانده شوند

د. مصرف بیش از حد قند افراد را در معرض خطرات پیش بینی نشده میکند

10 این پاراگراف به صورت غیر مستقیم بیان میکند که .....

الف. چاقی تنها نتیجه مصرف بیش از حد قند در هر گروه سنی است

ب. مصرف بیش از حد قند میتواند تغییرات رفتاری را به همراه داشته باشد

ج. مصرف بیش از حد قند قطعاً میتواند منجر به افزایش ترشح اسید معده شده و نهایتاً باعث بیماری اسهال میشود

د. بیماری های لته ای عموماً به عنوان نتیجه مصرف بیش از حد قند رخ میدهند

11. معنی جمله آخر این است که.....

الف. توصیه هایی در مورد مصرف قند باید به همه داده شود

ب. ما باید همه را در مورد خطرات ناشی از مصرف قند آگاه کنیم

ج. باتوجه به خطرات مصرف بیش از حد قند، بهتر است که فرد مقدار مصرف آن را کاهش دهند.

د. مصرف قند منطقی به حداقل رساندن کاهش آن را به مردم

### متن سوم

به علاوه ی ژنتیک، رژیم غذایی نیز در بسیاری از حیوانات تاثیر قابل توجهی رانشان داده است بر طول عمر نشان داده است. به خصوص، محدودیت کالری (که شامل محدود کردن کالری، به مقدار 50-30 درصد کمتر مقدار مورد نیاز، زمانی که هنوز مقدار دریافت مواد مغذی مناسب است می باشد)، افزایش بیش از 50 درصدی طول عمر را در موش نشان داده است. محدودیت کالری در بسیاری دیگر از گونه های موش (شامل گونه های متفاوت بع عنوان مخمر و دوسوفیلا) کار می کند (مفید است) و بر اساس مطالعه انجام شده بر روی میمون ها Rhesus در موسسه ملی بهداشت (ایالات متحده)، افزایش طول عمر در نخستی ها (هر چند که نتایج قطعی نیستند) را نشان داده است.

با وجود این که افزایش طول عمر هنگامی مورد توجه بوده است که محدودیت دریافت کالری در اوایل عمر آغاز شده است. از آنجا که در سطح مولکولی، سن به عنوان زمان محاسبه نمی شود، بلکه به عنوان تعداد سلول های دو برابر شده می باشد، این اثر کاهش کالری، می تواند با کاهش رشد سلولی تداخل نماید، بنابراین، منجر به طولانی شدن مدت زمان تقسیم سلولی شود. کارخانه های داروسازی امروزه به دنبال یافتن راه هایی برای پیروزی از اثرات محدودیت کالری در گسترش طول عمر، بدون نیاز به کاهش شدید مصرف غذا می باشند.

12. از متن این پاراگراف فهمیده میشود که بحث بر روی اثرات.....

الف. فاکتورهای تغذیه ای در امید به زندگی است

ب. فاکتورهای محیطی بر روی مسایل سلامتی است

ج. عوامل ارثی بر روی طول عمر است

د. سبک زندگی بر روی سلامتی مردم است

13. بر اساس این متن، محدودیت کالری.....

الف. اثر مثبت بر روی طول عمر دارد

ب. همبستگی منفی با طول عمر دارد

ج. اغلب از طول عمر مستقل است

د. به لحاظ ژنتیکی معین کننده طول عمر می باشد

14. از این متن قابل برداشت است که زمان بین تقسیم سلولی.....

الف. شامل یک فاصله زمانی ثابت می باشد

ب. به دلیل سوتغذیه میتواند کوتاه شود

ج. به واسطه کاهش دریافت کالری تحت تاثیر قرار نمیگیرد

د. به دلیل افزایش دریافت غذا کوتاه تر میشود

15. تاثیر محدودیت کالری.....

الف. اگر در اوایل زندگی شروع شده باشد بارز خواهد بود

ب. می تواند از طریق واسطه گری در تقسیم سلولی افزایش یابد

ج. به برخی از گونه ها در محیط های خاص محدود شده است.

د. میتواند در هر سنی دیده شود

16. این مطلب گفته شد که کارخانه های داروسازی..... هستند

الف. در حال متقاعد کردن مردم برای کاهش مصرف غذا

ب. به دنبال یک دارو که بتواند از اثر کاهش دریافت کالری پیروی کند

ج. در حال جست و جوی راه های جدید برای گسترش اثرات محدودیت کالری

د. مخالف هر گونه کاهش در مصرف غذا در سنین پایین

EMAD JAFARI

english for medical students

## متن چهارم

پزشکان از یونان باستان، جایی که طب منطقی (علمی) و ورزشکاران سازمان یافته سرچشمه گرفت، با پیامدهای پزشکی رقابت های ورزشی دست و پنجه نرم کرده اند. از نظر تاریخی، رابطه ورزش و پزشکی به دلیل اهداف رقیب تا حدودی خصمه بود. هدف ورزش پیروزی است، در حالی که هدف پزشکی سلامتی است و دنبال کردن پیروزی می تواند سلامتی را تهدید کند. دو پزشک معروف، به عنوان پدران طب ورزشی شناخته میشوند جالینوس، کسی که تمرینات بالینی را به عنوان یک پزشک برای گلا دیاتور آغاز کرد، و بقراط، که هر دو نگران شیوه زندگی ورزشکاران حرفه ای بوده اند. پزشکی بر اساس علم، نظریه اعتدال را بسیار منطقی می شمرد، بنابراین، شیوه زندگی نامتعادل ورزشکاران که شامل تمرینات شدید، رژیم های افراطی و نگرانی ها و دل مشغولی های مرتبط با پیروزی میشود، این ها همه رفتارهایی بالقوه خطرناک و ناسالم هستند. بر اساس این مخالفت، طب ورزشی بیش از یک نقش مشاهده ای و شاید با بی میلی نقش مهم در دوره قبل از پیشرفت داشته است که در تمام سده نوزدهم نیز این امر ادامه داشته است.

17. اهداف دنبال شده توسط پزشکان و ورزشکاران.....

الف. پایه و اساس درستی را برای همکاری دو طرفه بوجود آورده است

ب. در طول زمان همزیستی موفقیت آمیزی داشته اند

ج. از زوایای مختلفی مشتق شده است (باهم متفاوتند).

د. به یک همبستگی درونی خوبی منجر شده است

18. به گفته پزشکان، نگرانی های فکری ورزشکاران برای برنده شدن در بازی.....

الف. هدف نهایی آنهاست

ب. ممکن است سلامتی آنها را در معرض خطر قرار دهد

ج. مهم ترین مسعله است

د. ممکن است حامی سلامت باشد

19. جالینوس و بقراط دو پزشکی بودند که..... به سبک زندگی ورزشکاران حرفه ای.

الف. اعتنا نکردند

ب. تایید کرده بودند

ج. محقق (برقرار) کردند

د. بی توجهی کرده بودند

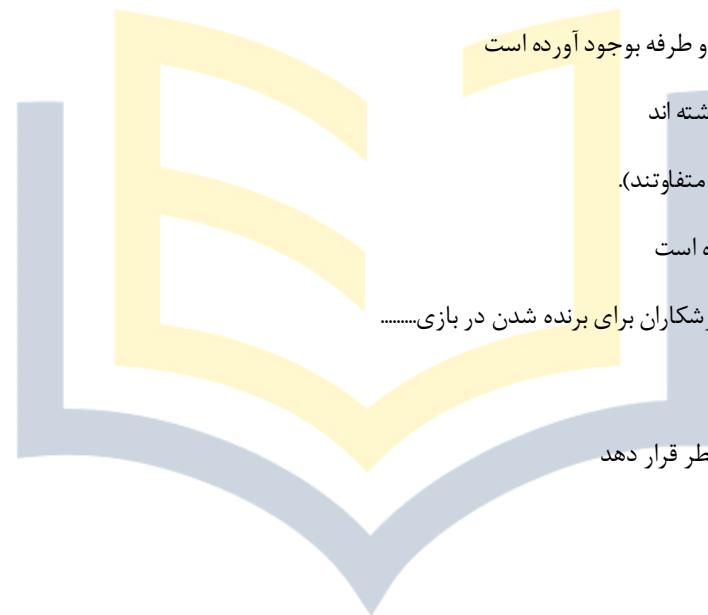
20. متن به طور مفهومی، گفته است که طب ورزشی باید.....

الف. از مداخله در زندگی شخصی ورزشکاران پرهیز کند

ب. نقش مشاهده ای خود را حفظ کنند

ج. نقش خود را به رفتارهای پرخطر محدود کند

د. نقش فعال تری را برای خود برگزیند



EMAD JAFARI

english for medical students

متن پنجم

بیمارانی که به دنبال داروی مخدر هستند، ممکن است در توصیف نشانه های درد، اضطراب یا بی خوابی جهت دستبندی به یک نسخه، مهارت داشته باشند. مطالعات متعدد نشان میدهد که فارغ التحصیلان پزشکی آمادگی لازم را جهت برخورد مناسب با بیمارانی که احتمالاً وابستگی دارویی دارند ندارند. مطالعه ای متمرکز که روی پزشکان عمومی در استرالیا انجام شده است، نشان میدهد که آنها مشکلات مهمی در تعیین مشروعیت چنین درخواست هایی دارند. به علاوه هنگامی که فهمیدند (یا شدیداً شک کردند) که بیماران وابسته به دارو هستند، و رفتارهای داروخواهانه نشان میدهند، این تعامل را ناخوشایند یافتند و مشکلاتی در ارزیابی مراقبت درمانی که بدون تجویز داروهای سایکواکتیو باشد، داشتند. در تحقیقی که اخیراً انجام شده است عملکرد نسبتاً ضعیف پزشکان و نیاز به ارتقا دانش و مهارت آنها برای گرفتن بازخورد موثر با بیمارانی که به دنبال دارو هستند به خوبی نشان داده شده است. در یک ارزیابی مستقل از 15 بیمار دچار جراحی، معلوم شد که تمامی این بیماران به طرز جداگانه ای وابسته به دارو شده اند. در حالی که فقط یکی از این بیماران پیش از جراحی وابستگی دارویی داشته است. با وجود الزامات قانونی برای اجازه مصرف مواد مخدر برای بیش از دو ماه، و همچنین برای بیمارانی که وابستگی دارویی دارند، مجوز تجویز داروی مخدر به طور متوسط تا 12 ماه پس از مراجعه ای منظم بیمار صادر شده است.

21. در متن بصورت غیر مستقیم اشاره شده است که.....

الف. بیشتر افرادی که به دنبال دارو هستند یک تصویر غیرواقعی از وابستگی دارویی نشان میدهند

ب. وابستگی دارویی به شکل ضعیفی در استرالیا و سایر کشورها کنترل شده است

ج. بیماران در تجویز داروها ماهر هستند

د. پزشکان عمومی در استرالیا ناماهر هستند

22. ما از این متن میفهمیم که تجویز داروهای مخدر نیازمند..... است

الف. پزشک باتجربه

ب. تمرین خاص

ج. لایسنس رسمی

د. تعامل با بیماران

23. ما خواندیم که بیماران با جراحی.....

الف. برای تسکین اضطراب خود به دنبال مواد مخدر هستند

ب. سابقه ای وابستگی دارویی داشتند

ج. دچار وابستگی دارویی میشوند

د. درخواست کمک مالی میکنند

24. بر اساس متن، پزشکان عمومی.....

الف. قادر به برعکس ساختن روند وابستگی دارویی هستند

ب. تجویز دارو بدون مجوز هستند

ج. در شناسایی صحیح معتادان دارویی موفق نیستند

د. رفتار ناخوشایندی در برخورد با بیماران معتاد به دارو داشتند

EMAD JAFARI  
english for medical students

25. این متن عموماً..... است.

الف. واقعی

ب. خیالی

ج. غیر اخلاقی

د. غیر قابل فهم

26. اگر یک ماده سمی روی پوست ریخته شده باشد، بایستی با..... آن ناحیه در آب، آن را حذف کرد.

الف. غرق شدن، در آب انداختن

ب. طغیان کردن

ج. غرق شدن

د. فرو بردن در آب

27. یک لخته خونی داخل رگ میتواند باعث اختلال در جریان خون به مغز شده که آن نیز به نوبه خود میتواند منجر به سکته ی مغزی شود.

الف. اختلال

ب. انقباض

ج. ارزیابی

د. بهبود

28. حین مرحله اولیه ازدست دادن مایعات بدن، بدن تنظیماتی را انجام میدهد تا وضعیت مایعات کاهش یافته را جبران کند.

الف. جبران

ب. به زحمت درست شده

ج. مشارکت در

د. آلوده کردن

29. مکانیزم های زنده اغلب کارآمدتر از بدل های مصنوعی ساخته شده توسط انسان هستند.

الف. ساخته شده،طراحی شده

ب. رقابت

ج. محکوم شده

د. فشرده شده

30. باوجود اینکه هر ساله افراد زیادی سرتاسردنیا از گرسنگی می میرند، در بعضی از کشورها، میزان زیادی از محصولات کشاورزی خراب میشوند.

الف. میزان زیادی

ب. مازاد

ج. تراکم

د. باروری

31. تغذیه مناسب و ورزش منظم به فرد کمک میکند تا نه تنها ناتوانی های فیزیکی بلکه اختلالات ذهنی را نیز تحمل کند.

الف. تحمل کنند

ب. ملاحظه کنند

ج. برخورد کنند

د. روبه روشوند

32. (به) بیمارانی که ساعت ها وقت صرف دیدن تلویزیون میکنند، از سوی پزشکان توصیه میشوند که سبک زندگی غیرمتحرکشان را تغییر دهند و مقداری ورزش کنند..

الف. غیرمتحرک، ساکن

ب. گرانبها

ج. قوی

د. بی قرار



33. هنگامی که برق قطع شد، غذای موجود در یخچال شروع به خراب شدن کرد، و پس از چند روز یک بوی مشمعز کننده‌ای از خود ساطع کرد.

الف. معطر  
ب. عطری

ج. ولخرجی کردن  
د. مشمعز کننده

34. جراحی باید به تعویق بیافتد تا زمانی که وضعیت سلامتی بد بیمار استیبل (ثابت) شود.

الف. انجام دادن  
ب. تصویب کردن

ج. تصدیق کردن  
د. به تعویق انداختن

35. دولت در تلاش برای افزایش دانش یلامت مردم مبلغ 10 میلیون دلار برای آموزش بهداشت و سلامتی،.....

الف. بی اعتبار شدن  
ب. عزل شدن

ج. اختصاص دادن  
د. اصلاح شدن

36. به منظور اینکه خشم خود را..... کنید، تکنیک ساده مدیریت استرس مانند فکر کردن به چیزی که به شما احساس خوشایندی می دهد، مثل یک منظره زیبا در طبیعت را امتحان کنید.

الف. زیاد  
ب. تشدید

ج. تخلیه  
د. نشان دادن

37. مهم است بیاد داشته باشید که، بخشش لزوماً "به معنی ..... با کسی که شما را ناراحت کرده یا نادیده گرفتن کار او نیست .

الف. آشتی کردن  
ب. همکاری کردن

ج. بحث کردن  
د. مبارزه کردن

38. ترکیبی از آنفولانزا و اینومونی در حقیقت، هشتمین ..... عامل مرگ و میزرد بین آمریکایی ها است.

الف. عامل  
ب. واقعیت

ج. پایه  
د. وضعیت

39. با وجود اینکه غیرممکن است که دست ها را از عوامل میکروبی عاری کنیم، اما زمان هایی وجود دارند که شستن دست ها برای محدود کردن انتقال باکتری ها، ویروس ها و میکروب های دیگران برای شما ..... ضروری است .

الف . غیر منطقی  
ب. ضروری

ج . غیر اخلاقی  
د. اختیاری

40. اگر چندین بار..... استفراغ سریع کنید، ممکن است یک رگ خونی را در مسیر غذا پاره کنید.

الف. انتقال  
ب . رقابت

ج. واگذاری  
د. پشت سر هم



# عماد جعفری

مدرس زبان علوم پزشکی  
برگزار کننده دوره های  
مختلف زبان علوم پزشکی

 [emadjafari.com](http://emadjafari.com)

 0939 759 0359

 [emadjafari\\_english](https://www.instagram.com/emadjafari_english)

 [emadjafari\\_english](https://www.telegram.com/emadjafari_english)

عصر پنج شنبه 88

متن اول

برخلاف بیشتر صفات تعریف کردن تناسب بدنی یک موضوع انتزاعی نیست، درحقیقت تعیین اینکه تناسب بدنی چیست می تواند مسئله مرگ و زندگی باشد، برخی خصوصیات فیزیولوژیکی که در اغلب موارد به عنوان معیارهای اندازه گیری آمادگی جسمانی شناخته میشوند، عبارتند از: استقامت قلبی تنفسی، قدرت و استقامت عضلانی، ترکیب بدنی، انعطاف پذیری و فعالیت ذهنی. این اجزای تناسب بدنی اساساً تحت تاثیر ورزش منظم و فعالیت ذهنی می باشد. علاوه بر مزایای ظاهری تناسب بدنی، ورزش منظم با بهبود حس عزت نفس مرتبط است. اضطراب و افسردگی را کاهش می دهد، علاوه بر آن تحمل را بالا می برد و ریسک احتمال به بیماری قلبی را می کاهش دهد. این عالی است که ما تناسب بدنی مناسبی داشته باشیم، اما خوب نیست که در رابطه با تناسب بدنی فردی وسواس باشیم. داشتن تناسب بدنی مناسب، یکی از اجزای متعدد سبک زندگی مناسب است. با این حال، فشار اجتماعی به عنوان عاملی است که به شکل قوی یا ضعیف، اهمیت تناسب بدنی را تحریف می کند. به عنوان نتیجه، در اکثر اوقات در بسیاری از کشورهای توسعه یافته حتی برخی از کشورهای در حال توسعه، اختلالات جسمی و روانی مانند بی اشتها و چاقی در داخل جمعیت دیده می شود.

1. این متن پیشنهاد میکند که آمادگی جسمانی .....

الف. به لحاظ کمی اندازه گیری میشود

ب. به لحاظ کیفی تعریف میشود

ج. به سختی به طور مناسب قابل اندازه گیری است

د. قابل اندازه گیری نیست

2. تفسیر اشتباه و غلط از آمادگی جسمانی.....

الف. مبری از هر علت ناراحتی جدی است

ب. میتواند منجر به یک سبک زندگی وخیم و مرگ آور شود

ج. برای نویسنده اهمیت ناچیزی دارد

د. در یک سبک زندگی سالم، غیر قابل اجتناب است

3. آمادگی جسمانی میتواند با برخی از ..... اندازه گیری شود.

الف. امور ذهنی

ب. بی نظمی های روانی

ج. مولفه های شخصی

د. ویژگی های فیزیولوژیکی

4. ورزش به عنوان یک..... برای آمادگی جسمانی پیشنهاد میشود.

الف. تنها گزینه

ب. راه حل اصلی

ج. تهدید بالقوه

د. عمل اضافی

5. متن از..... بیشتر بعنوان یکی از فواید فیزیولوژیکی ورزش اشاره میکند

الف. آمادگی جسمانی، تناسب فیزیکی

ب. سطح اضطراب

ج. استقامت عضلانی

د. عزت نفس

6. اهمیت تناسب بدنی..... است.

الف. در معرض تحریفات اجتماعی

ب. از نظر اجتماعی خیلی خوب درک شده

ج. علت اصلی بی اشتها

د. مترادف چاقی

متن دوم

تعریف رایج پذیرفته شده ی استرس این است که فرد باور دارد که تقاضاها از او از منابع شخصی و اجتماعی فرد فراتر از آن چیزی است که فرد قادر به پاسخ دادن باشد. به طور خلاصه، این امر به هنگامی مربوط است که ما احساس کنیم آن تقاضا از کنترل ما خارج است. هنگامی که افراد تحت استرس و فشار قرار میگیرند، ممکن است دو قضاوت اساسی انجام دهند اول این که آنها به دلیل موقعیت موجود احساس خطر می نمایند، و دوم این که آنها باور دارند که قادر به مقابله با این خطر نیستند. میزان استرسی که یک فرد احساس میکند، بستگی به موقعیتی دارد که میتواند به آن صدمه بزند و همچنین به شدت موقعیتی که فرد در آن گرفتار شده است. احساس و درک، راه حل اساسی این مسئله است زیرا موقعیت ها به خودی خود پر از استرس نیستند، بلکه این تفسیر ما از موقعیت ها است که باعث احساس سطوحی از استرس میشود. این کاملا واضح است که ما گاهی شایسته ی چیزی که به خودمان میگوییم هستیم بعضی موقعیت ها واقعا خطرناک هستند و ممکن است ما را از نظر فیزیکی اجتماعی و یا شغلی تهدید کند. اینجا تنش و احساسات بخشی از سیستم هشدار دهنده ی زود هنگام میباشد که تهدید را به ما هشدار میدهد، با این وجود، بیشتر اوقات، ما با خودمان بسیار خشن و غیرعادلانه هستیم، طوری که هرگز نباید با دوستان و یا همکاران باشیم، این مورد همراه با دیگر تفکرات منفی میتواند باعث استرس شدید و ناخوشایند شود که میتواند بشدت اعتماد بنفس ما را کاهش دهد.

7 براساس این متن، احساس استرس معمولا بعد از ..... پیش می آید.

الف. کنترل شخصی یک موقعیت

ب. ناتوانی یک فرد در مواجهه با یک وضعیت خطرناک

ج. بسیج منابع اجتماعی و شخصی یک فرد

د. ادراک تقاضاهای یک خطر خاص

8. سطح شخصی استرس در واقع به..... بستگی دارد.

الف. وضعیت پر تنش فرد

ب. راهی که فرد موقعیت را تعبیر میکند

د. موقعیت های اجتماعی و فردی آن شخص

ج. تعریف شخصی از استرس

9. بر اساس این متن، استرس..... اتفاق می افتد.

ب. زمانی که یک موقعیت از ما، فراتر از چیزی که در حد توان ماست میخواهد

الف. بعد از کاهش اعتماد بنفس در ما

د. همانطور که بسیج نابع اجتماعی بیشتر از حد متعارف تقاضا میکند

ج. وقتی که موقعیت ها در حق ما پرتنش هستند

10. عقیده اصلی این متن این است که .....

الف. بعضی وقت ها استرس غیرقابل مدیریت و بسیار شدید است که این وضعیت ممکن است باعث کاهش اعتماد بنفس ما شود

ب. اگر چه وضعیت تهدید کننده برای هر کسی وجود دارد، اما قضاوت های فردی اشخاص، کمک کننده هستند

ج. ارتباط کمی بین چگونگی درک ما از جهان و میزان استرس احساس شده وجود دارد

د. ضعف اعتماد بنفس ناشی از استرس شدید است که بعد از تفکر منفی رخ میدهد

11. احساس استرس و ضعف اعتماد بنفس.....

الف. مورد اول(استرس) پیامد از مورد دوم(ضعف اعتماد بنفس) است

ب. مورد دوم میتواند نتیجه ی نهایی مورد اول باشد

ج. هر دو بصورت همزمان رخ میدهند

د. هر دو واژه های متناقض هستند

### متن سوم

نورون های حسی به وسیله واحدهای حسی منظم و متنوع، مغز را از آنچه که در درون و بیرون بدن اتفاق می افتد، آگاه می کنند. برخی از این سلول ها که در سطح یا در لایه های پوست قرار دارند ممکن است به طور خاص، در برابر آسیب هایی که به بافت می رسد(علت درد) یا در تماس با نور(تولید کننده حس لمس)، با فشار، دما و همچنین سرما و گرما حساس باشند. گیرنده های دیگری در زبان و بینی هستند که به مواد شیمیایی که بو و مزه تولید می کنند پاسخ می دهند. در شبکیه چشم، گیرنده های میله مانندی وجود دارند که به شدت نور حساسند، در حالی که گیرنده های مخروطی شکل در مقابل رنگ ها حساسند. گیرنده های گوش به لرزه های حاصل از امواج صوتی در برخورد با پرده صماخ پاسخ می دهند. گیرنده های دیگر که در عمق دیواره روده وجود دارند، زملی که روده به علت برخورد با گازها یا غذاهای غیر قابل هضم، منقبض می شود این گیرنده ها پیامدهای زیادشونده و کم شونده درد را انتقال می دهند که به عنوان کرامپ (گرفتگی) تفسیر می شوند. دیگر گیرنده های موجود در عضلات، لیگامان و تاندون ها، سیگنال ها را در هنگام انقباض ماهیچه تحت فشار یا کشش قرار می گیرد، به مغز انتقال می دهند.

12. این پاراگراف به ..... به عنوان یک وکنش مرتبط با واحدهای گیرنده، اشاره ای نکرده است.

الف. مزه ب. بو

ج. رنگ د. گاز

13. بعضی از گیرنده ها آسیب پذیر هستند به این علت که .....

الف. آن ها خیلی حساس هستند

ب. مواد شیمیایی مختلف به آن ها آسیب می رساند

ج. آن ها در سطح خارجی پوست وجود دارند.

د. آن ها در مقابل ارتعاش تحمل کمی دارند.

14. گیرنده های روده در مقابل انقباضات شدید روده ..... هستند.

الف. شروع کننده ب. پاسخ گو

ج. مهار کننده د. بی تفاوت

15. هر موقع که یک عضله منقبض می شود.....

الف: گیرنده ها غیرفعال می شوند ب. یک مفصل دور می شود

ج. فشار یا کشش رخ می دهد د. سیگنال به مغز ارسال می شود

### متن چهارم

واضح نیست که چگونه می توان مدت زمان خواب را کنترل کرد به همان ترتیبی که در آن کیس مشاهده می شود. با وجود اینکه حتی ممکن است روش زندگی منظم، میزان مشخصی از خستگی را به همراه داشته باشد، بنابراین به مقدار منظمی از خواب نیاز پیدا می کند. در حقیقت این اندازه از نظم و ترتیب قابل دستیابی نیست. به عنوان مثال ممکن است فردی دیرتر به رختخواب برود، به این علت که کاریاب برخی از فعالیت های او قوت فراغتش از حد معمول طولانی تر شده است. احتمال دارد که این موضوع او را از حالت معمول خسته تر کند و بنابراین ممکن است ماحدس بزنیما او بیشتر خواهد خوابید. این موضوع منجر به این خواهد شد که وقتی علاقه مند شد ریتمش آرام تر شود و وقتی خسته شد، سریع تر شود (زیرا او به خاطر نبود کاری برای انجام دادن، زودتر به رختخواب می رود). بنابراین نیاز به خواب کمتری دارد. این باور که بازه فعالیت طولانی تر، خواب های طولانی تر را به دنبال خواهد داشت و بالعکس، تأیید تجربی ندارد. برعکس دیده شده که اوقات طولانی روز از الگوی خواب های کوتاه تر پیروی می کند و بالعکس.

16. متخصصان خواب..... الگوهای مرتب خواب را

الف. اخیراً کاهش کرده اند

ب. شکست خورده اند در کنترل

د. به طور موفقیت آمیزی دستکاری کرده اند

ج. امیدشان را از دست داده اند برای کشف

17. بعد از فعالیت طولانی مدت، برخلاف انتظار ما برخی افراد.....

الف. ممکن است مدت زمان خواب کوتاه تری داشته باشند

ب. مشاهده شده که به خواب طولانی تری نیاز دارند

ج. زودتر به خواب میروند

د. با دقت کمتری کار میکنند

18. عبارت ریتم هایش که زیر آن خط کشیده شده به..... فرد اشاره دارد.

ب. ریتم کار کردن

الف. ریتم سخن گفتن

د. ریتم متداول

ج. ریتم خوابیدن

19. دیرتر از موقع معمول رفتن به رختخواب میتواند به خاطر..... باشد.

الف. اشتیاق برای کاری که او درگیر آن است

ب. خستگی ایجاد شده به دلیل زیاد خوابیدن

ج. میل به خوابیدن زودتر از زمان معمول

د. فقدان خواب مزمن

20. تجربیات نشان داده اند که ساعات کمتر به احتمال زیاد منتهی به..... میشود.

ب. ساعت خواب بیشتر

الف. خواب کوتاه تر

د. دیر به رختخواب رفتن

ج. عمیق خوابیدن

متن پنجم

در معرض غیرمستقیم قرار گرفتن با دود سیگار اغلب غیرقابل اجتناب می‌باشد. همچنین دود سیگار غیرمستقیم، که به عنوان دود تنباکوی محیطی، سیگار کشیدن غیرفعال و غیرارادی شناخته شده است. دو شکل متفاوت دارد یکی پپ و دیگری سیگار بدون توجه به این که چگونه نامیده میشوند، هر دو نوع دود سیگار غیرمستقیم، در بردارنده مواد شیمیایی مضر زیادی است، دود تنباکو دارای بیش از 4000 ترکیب شیمیایی است که بیش از 250 تا از آن ها سمی هستند. در دود سیگار بیش از 50 ماده شیمیایی به عنوان علت سرطان شناخته شده یا مشکوک به آن هستند. دود سیگار غیرمستقیم، افزایش مواد شیمیایی سمی، باعث بیماری های متعددی میشوند و یا در آن دخالت دارند. Surgeon general در سال 2006 گزارش داد که شواهد علمی نشان داده اند که هیچ سطح ایمنی برای مواجهه با دود سیگار دیگران وجود ندارد، چنانچه استنشاق ذرات خطرناک موجود در دود سیگار غیرمستقیم که ساعت ها ادامه یابد، حتی برای 20 تا 30 دقیقه میتواند از طرق گوناگونی به شما آسیب بزند، درحالی که در طول سال ها میتواند بسیار خطرناک تر باشد. با در نظر گرفتن نسل جوان تر، کودکان و بچه ها و کسانی که هنوز در حال رشد فیزیکی هستند و سرعت تنفس بیشتری دارند، نسبت به دود سیگار غیرمستقیم، آسیب پذیرتر از بزرگسالان هستند. اگر شما فرزندان خود را را به یک مرکز نگهداری کودک می سپارید، یک مرکز با سیاست سیگار ممنوع را انتخاب نمایید.

21. دود سیگار غیرمستقیم از هر نوع ..... .

الف. حاوی 250 نوع ماده شیمیایی سرطان زا است

ب. منتهی به آلودگی های محیطی است

ج. سطوح مواجهه ایمن دارد

د. حاوی مواد شیمیایی سمی بسیاری است

22. طبق متن، داده های مستند..... را مشخص کرده اند.

الف. شواهد تایید کننده اینکه دود سیگار استعمال شده عامل سرطان است

ب. مواد شیمیایی سمی استنشاق شده در سالیان طولانی ناشی از سیگار کشیدن طولانی میباشد

ج. تنفس کودکان در دود سیگار غیرمستقیم ممکن است نا ایمن باشد

د. هر سطحی از دود سیگار غیرمستقیم ممکن است نا ایمن باشد

23. دود سیگار غیرمستقیم حاوی ذرات خطرناکی است که.....

الف. 250 نوع دارد

ب. در کودکانی که آسیب پذیری کمتری دارند استنشاق شده است

ج. نتایج خطرناک، کوتاه و طولانی مدت دارد

د. به مدت 20 تا 30 دقیقه در محیط اطراف شناور هستند

24. متن بیان میکند که اطفال.....

الف. در مقایسه با بزرگسالان دود غیرمستقیم کمتری تنفس میکنند

ب. در مقایسه با بچه ها نسبت به دود غیرمستقیم حساس ترند

آزمون کارشناسی ارشد وزارت بهداشت سال ۱۳۸۸

ج. به علت رشد کمتر ریه هایشان قادرند از مواجهه با دود سیگار غیرمستقیم دوری کنند

د. به دلیل سرعت تنفس بالاترشان در برابر دود سیگار غیرمستقیم حساس ترند

25. برای حفاظت از بچه هایتان در برابر دود سیگار غیرمستقیم.....

الف. باید آن ها را به موسسات مراقبت روزانه بسپارید

ب. بررسی کنید و یک مهدکودک که سیگار کشیدن را ممنوع کرده است را انتخاب کنید

ج. اطمینان حاصل کنید که مدیر موسسه مراقبت روزانه سیگاری نیست

د. یک راهبرد سیگار ممنوع را در مرکز مراقبت روزانه اجرا کنید

26. نارسایی قلبی زمانی روی میدهد که قلب در تامین برون ده قلبی کافی برای نیازهای بدن ناتوان باشد.

الف. تلاش

ب. برون ده

ج. ترشح

د. حرکت

27. یک تومور میتواند با رادیوتراپی با شیمی درمانی نابود شود اگر با جراحی نتوانند به طور کامل برداشته یا جدا شود.

الف. تصویب شدن

ب. کاهش یافتن

ج. جداسازی شدن

د. جدا کردن، قطع کردن

28. توانایی تعیین محل یک منبع صدا تقریباً به طور کامل به خطر این واقعیت است که انسان ها دو گوش دارند.

الف. مسیر

ب. تولید

ج. تعیین محل کردن

د. تحریف کردن، کج کردن

29. از زمانی که بزرگراه ها شروع توسعه یافتن کردند و محدودیت های سرعت افزایش داده شدند، آمار تصادفات جاده ای افزایش یافت، که آن منجر به تلفات بیشتر

بیمارستانی شد.

الف. افزایش یافتن

ب. افت ناگهانی یافتن

ج. کاهش پیدا کردن

د. توقف پیدا کردن

30. هیچ جایی روی زمین وجود ندارد که انسان ها به طور کامل از اثرات سمی و آزار دهنده نیش حشرات در امان باشند.

الف. غریزی

ب. محدودکننده

ج. تسکین

د. آزار دهنده

31. بسیاری از نارسای های قلبی از تجمع پلاک های چربی در عروق خونی ناشی میشوند.

الف. جایگزینی

ب. تشدید

ج. تجمع

د. مشارکت



32. با وجود این که این بچه ها در یک خانواده مرفه بزرگ شده بودند، اما از سو تغذیه شدید رنج میبردند.

الف. گسترده ب. هسته ای

ج. مرفه د. محروم

33. پزشک معتقد بود که با وجود اثرات نامطلوب، این دارو برای بیماری ضروری بود.

الف. برگشت پذیر ب. سودمند

ج. بی ضرر د. نامطلوب، جانبی

34. مهار بعضی از بیماری های عفونی به یک برنامه واکسیناسیون شدید نیاز دارد

الف. مهار کردن ب. نهفتگی

ج. ارزیابی د. ظهور

35. یک متغیر برجسته در رشد شخصیت، ژن های فردی هستند.

الف. جایگزین ب. متغیر

ج. ویژگی د. بروز

36. آنچه که پزشک رانگران می کند. نوسانات گسترده فشارخون او است. تغییرات کاملاً نامنظم هستند.

الف: پراکنده ب. راه اندازی

ج. نوسان د. فوری

37. در مورد استفاده ی ورزشکاران از دارو..... جروبحث زیادی وجود داشت که به دلیل مخالفت جاری در مورد این موضوع به وجود آمده بود.

الف. اتفاق آرا ب. تجانس

ج. یکنواختی د. مشاجره ، جروبحث

38. استنشاق موادمسمی دودسیگار دیگران می تواند..... شمارابه اندازه یک فردسیگاری ناسالم بیمار کند.

الف . عمدا ب. به ندرت

ج . به راستی د. به سختی

39. در کودکانی که آسم دارند، دودسیگار دیگران ، می تواند..... آن هارابیشتر و شدیدتر کند.

الف . شرایط ب. فرصت های

ج. حملات بیماری د: ماجراهای

40. به خاطر اینکه هنگام ساعات ..... اشعه های خورشید شدیدترین قدرت رادارند، سعی کنید تفاعل های بیرون خله رادرساعات دیگری از روز برنامه ریزی کنید.

الف. اوج ب. غروب آفتاب ج. هفته د. دافت

صبح جمعه 88

متن اول

تحقیقات گسترده بین المللی وجود دارند که روش هایی را نشان می دهد که براساس آن ها وضعیت سلامتی گروه های سنی متفاوت، از طریق شرایط اجتماعی و اقتصادی و مراقبت های درمانی یارفتارهای پرسنل بهداشتی به طور معنی داری تعیین می شود. عوامل اجتماعی سلامت، در واقع شرایط اجتماعی و اقتصادی هستند که سلامت افراد و جوامع را تحت تاثیر قرار می دهند. با وجود اینکه افراد همه گروه های سنی، باید سلامتی کامل داشته باشند، ولی افراد جوان با چالش های خاصی مواجه هستند. همان طور که آن ها از دوران کودکی به سوی میانسالی می روند، با بروز بلوغ، تغییرات بدن در راستای تطابق بارشده فیزیکی و روحی آغاز می شود. اما این تغییرات نشان دهنده یکی از آسیب پذیرترین مراحل زندگی اجتماعی فرد جوان نیز است. در این دوران زنان تمایل به درگیری بیشتر با تصویر بدنی و موضوعات عزت نفس شان نسبت به مردان دارند که می تواند باعث ناهنجاری های خطرناک در غذا خوردن و حتی مرگ شود. از سوی دیگر سوء مصرف مواد، افسردگی، خودزنی، و خودکشی در مردان نسبت به زنان میزان بیشتری دارد که اگر درمان نشده باقی بمانند؛ ممکن است منجر به آسیب های دائمی ذهنی و جسمی شود.

1. از پاراگراف لول استنباط میشود که مرحله عبور از کودکی به بزرگسالی.....

الف. کاملا به آرامی روی میدهد

ب. مشابه به سایر مراحل زندگی است

ج. دارای اهمیت خاصی است

د. به آسانی بر خطرات روانی-اجتماعی غالب میشود

2. متن اشاره میکند که در دوران بلوغ، فرد.....

الف. به طور خاص در برابر ناراحتی های اجتماعی ایمن است

ب. در برابر خطرات روانی-اجتماعی آسیب پذیر است

ج. هنوز به نسبت به ناراحتی های اجتماعی متفاوت است

د. احتمال زیاد وجود دارد که به دنبال انجمن های اجتماعی اقتصادی است

3. متن..... هنجارها و ارزش هایی که به وسیله مردان و زنان در دوران بلوغ دنبال میشود.....

الف. بین..... تفاوت قائل شده است

ب. درباره..... ساکت مانده است

ج. ثابت کرده به..... توجه داشته است

د. قطعاً..... رد کرده است

4. اختلالات خورد و خوراک در میان زنان در دوران بلوغ معمولاً..... پیامدهای معمول اعتماد به نفس و تصویر بدن در این دوران است.

الف. مستقل از

ب. بی ربط به

ج. در نتیجه

د. کاربردی برای

5. مسائلی مثل افسردگی و صدمه به خود در طی دوران بلوغ.....

الف. میان مردان شایع ترند

ب. میان زنان متداول ترند

ج. امروزه میان هر دو جنس کمتر معمول اند

د. به طور مساوی در میان مردان و زنان پخش شده اند

نوجوانی خودیک ساختار فرهنگی است که در محیط ها وبافت های اجتماعی تغییر می نماید. دوره نوجوانی به لحاظ وضعیت سلامتی در کشورها ومناطق آینده به هر حال می تواند دروازه وزود دوره نوجوانی می تواند دروازه خروج به سمت سلامت بزرگسالی در نظر گرفته شود به سلامت جمعیت نوجوان وجوان باید بدون توجه به تعدادشان توجه شود. اگر چه غالباً "نوجوانان (19 تا 10 ساله) نادیده گرفته می شوند به همین ترتیب جوانان (24 تا 15 ساله) اغلب به دلیل دسته بندی نامناسب ویا راحت تری بودن کار، از غربالگری اطلاعات حذف می شوند. حتی در مرکز مرجع تحقیقات جهانی بیماری ها، اطلاعات مربوط به بیماری های مهم برای گروه 29 تا 15 ساله به صورت تجمیعی در نظر گرفته می شود، اما بهر حال امروزه تحقیقات جمعیت وسلامتی ملی بیش از پیش به گروه جوانان توجه می کنند. در بسیاری از کشورها شامل هندوستان، حدود یک سوم جمعیت بین 24 تا 10 سال است. در کشورهای دیگر مانند فرانسه، هرم جمعیت سال هاست

که به شکل یک استوانه دارای جمعیت جوان کمتری است، که از جمعیت در حال پیر شدن حمایت می کنند. این پدیده در جوامع اقتصادی نوظهور مثل جمهوری کره متداول تر است. برخی جوامع اقتصادی در حال گذار به طور خاص روسیه، در حال تجربه یک افت سریعی در زاد و ولدهستند - حتی زیر خط جایگزین - اما همچنان دارای جمعیت جوان قابل ملاحظه می باشد.

6. طبق این متن انتخابی، نوجوانی .....

الف. در بیشتر ساختار و زمینه های زیاد تخمین زده شده است

ب. در فرهنگ های گوناگون به طور متفاوت دیده می شود

ج. در سرتاسر جهان توجه کافی به آن مبذول می شود

د. در فرانسه بیشتر از کره جنوبی ارزش دارد

7. نویسنده معتقد است که نوجوانان و جوانان .....

الف. مستحق توجه بیشتری نسبت به سایر گروه های سنی هستند

ب. باید شامل یک گروه بزرگ با مباحث کلیدی مورد توجه باشند

ج. در برخی جوامع پیشرفته بازدهی خودشان را از دست داده اند

د. تا حدودی به عنوان گروه های مشخص و جداگانه نادیده گرفته شده اند

8. توجه به شرایط کلیدی نوجوانان و جوانان .....

الف. به خاطر جمعیت زیادی که دارند به ملاحظه بیشتری نیاز دارد

ب. منجر به رشد سریع اقتصادی در برخی کشورها شده است

ج. باید از اندازه جمعیتشان مستقل باشد (وابسته به اندازه جمعیتشان نباشد)

د. با افزایش مراقبت از جمعیت سالخورده جایگزین شده است

9. دلیل اینکه چرا نوجوانان وجوانان نادیده گرفته شده اند .....

الف. قرار گرفتن آنها در یک جمعیت کوچک است

ب. قرار گرفتن آنها در یک گروه سنی بزرگ تر است

ج. بهره‌وری برخی اقتصادهای گذرا میباشد

د. آمارگیری و مراقبت بهداشتی که در مورد آنها صورت میگیرد کمتر است

10. پاراگراف دوم به این حقیقت اشاره میکند که در بعضی کشورها جمعیت جوان.....

الف. به سرعت در حالت افزایش است

ب. از جمعیت مسن بیشتر شده است

ج. در حال مدیریت اقتصاد است

د. به صورت قابل ملاحظه‌ای کاهش یافته است

### متن سوم

التزام به تامین و حفظ سلامت عموم، یک التزام ذاتاً اخلاقی است. این التزام با خودتعهد در مراقبت برای رفاه سایرین به همراه دارد و همچنین به طور ضمنی دارای جزئی از قدرت است که بتواند این التزام را عملی نماید. نیاز به اعمال قدرت برای تامین سلامت و به طور همزمان اجتناب از سوءاستفاده‌های بالقوه قدرت، هسته اصلی اصول اخلاقی بهداشت عمومی است. تا همین اواخر ماهیت اخلاقی بهداشت عمومی موضوعی بود که بیشتر به طور ضمنی در نظر گرفته می‌شد؛ به جای این که به طور مستقیم بیان شود. با این وجود جامعه به میزان زیادی به توجه بارز به اخلاقیات نیاز دارد. این نیاز بر خاسته از این مواد است، پیشرفت‌های تکنولوژیک که امکانات جدیدی را به وجود می‌آورند، و با خود دوراهی‌های اخلاقی بر سر راه انسان قرار می‌دهند، همچنین چالش‌های جدیدی را برای سلامت به وجود می‌آورند، مانند پیدایش ویروس نقص ایمنی انسانی، سوءاستفاده از قدرت مثل آنچه که در مطالعه سفلیس در پروژه Tuskegee رخ داد و همچنین جوامع شدیداً "چند قطبی" که در آنها ما دیگر نمی‌توانیم به سادگی ارزش‌های یک فرهنگ و مذهب تنها را قبول کنیم، بیکه باید ارزش‌های مشترک را در میان این تنوع درک کنیم و بفهمیم.

11. یک قسمت مهم از اصول اخلاقی سلامت عمومی..... برای اجرای سیاست‌های موثر را در بر میگیرد.

الف. التزام

ب. بیمه

ج. حفاظت

د. توانایی

12. اظهار شد است که مسائل پیچیده اخلاقی.....

الف. منجر به سواستفاده از قدرت میشود

ب. نتیجه پیشرفت‌های فنی می‌باشد

ج. منجر به چالش‌های جدید در مباحث سلامت میشود

د. در حال ایجاد امکانات در استراتژی‌های سلامت میباشد

13. اعتقاد نویسندگان بر این است که در یک جامعه تعددگرا (کثرت‌گرا).....

الف. فرد باید از یک فرهنگ واحد پیروی کند

ب. مسائل متعدد پیچیده‌ای وجود دارد

ج. تعداد بیشتری از سواستفاده از قدرت وجود دارد

د. ارزش‌های مشکوک به جلوگیری از بروز مسائل پیچیده کمک میکند

14. پیشرفت‌های فنی جدید.....

الف. توجه مستقیم به اصول اخلاقی را موجب میشود

ب. از جوامع کثرت‌گرا برخاسته است

ج. به انسان کمک میکند تا بر چالش‌های جدید در زمینه سلامت غلبه کند

د. به ماهیت اخلاقی سلامت عمومی کمک کرده است

15. (در خط 2) برمیگردد به.....

الف. قانون

ب. التزام

ج. رفاه

د. سلامت عمومی

### متن چهارم

دانشمندان ثابت کرده اند ویروس های آنفلونزا که از انسان تهیه می شود، می تواند باعث بیماری در حیوانات هم شود. به علاوه انسان هم می تواند این بیماری را از حیوانات بگیرد. در واقع تعداد زیادی از پرندگان وحشی بنظر می رسد که ویروس را بدون نشان دادن هیچ علامتی با خود حمل می کنند. برخی دانشمندان به این نتیجه رسیده اند که ممکن است خانواده بزرگی از ویروس های آنفلونزا در گونه پرندگان تحول پیدا کرده باشند. گونه ای که حدود 100 میلیون سال در روی زمین بوده اند و قادرند ویروس را بدون مبتلا شدن به بیماری حمل کنند. حتی مدارک قلع کننده ای وجود دارد که نشان می دهد گونه های این ویروس می تواند از مکانی به مکان دیگر و از قاره ای به قاره دیگر توسط این پرندگان منتقل شوند. همچنین مشخص شده که دو ویروس آنفلونزا هنگامی که هر دویشان در یک حیوان به طور همزمان وجود داشته باشند، می توانند با هم دوباره ترکیب شوند، نتیجه چنین ترکیب های مجددی بوجود آمدن گونه های متفاوتی از ویروس است که شامل ترکیبات متفاوت H, N هستند. این مطلب می تواند این امکان را افزایش دهد که یک ویروس انسانی آنفلونزا بتواند دوباره با یک ویروس آنفلونزای حیوانی رده پایین تر ترکیب شود و یک ترکیب کاملاً جدید را تولید کند. تحقیقات زیادی در حال انجام است که مشخص کند آیا از این طریق است که گونه های جدید بوجود آمده است. امکان دیگری این است که بای مقال ممکن است دو گونه آنفلونزای حیوانی با هم در یک خوک ترکیب شوند و یک گونه جدید را به وجود آورند که می تواند به انسان منتقل شود.

16. برطبق متن دانشمندان کشف کرده اند که ویروس های آنفلونزا.....

الف: سبب نقص سلامتی در پرندگان وحشی می شوند.

ب. لزوماً در پرندگان ایجاد علامت بیماری نمی کند.

ج. به ندرت در پرندگان وحشی ظاهر می شود.

د. وقتی از حیوانات به انسان منتقل می شوند ضعیف می شوند.

17. شناخته شده که ویروس آنفلونزا.....

الف. در گروه خیلی قدیمی از پرندگان کشف شد.

ب. اغلب در پرندگان بیمار شده وحشی یافت می شود

ج پیش از 100 میلیون سال قبل تکامل یافته اند.

د می توانند در مکان های بسیار متفاوتی زنده بمانند.

18. طبق متن تنوع بزرگی از گونه های آنفلونزای توانند پس از..... ظاهر شوند.

الف. اینکه نوع H, N ترکیب شوند.

ب. اینکه ویروس های حیوان بیمارترکیب شوند.

ج. اینکه انواع نامشابه ویروس ها دوباره ترکیب شوند.



الف. منابع رایج ابتلای روزانه هستند

ب. هر دو عفونت های شدیدی هستند

ج. هنگام ترکیب شدن باهم می توانند به شدت خطرناک باشند

د. می توانند با استفاده از صابون های آنتی باکتریال جلوگیری شوند

23. نویسنده به صورت غیر مستقیم بیان کردن که مردم .....

الف. آزمایشی روش های مختلف شستشو آگاه هستند

ب. آب و صابون را برای تمیز کردن دستشان به الکی ترجیح می دهند

ج. از محصولات بهداشتی بر پایه الکل برای تمیز کردن دستگیره های در استفاده می کنند

د. خیلی اوقات درباره شستشوی دست هایشان به اندازه کافی نمی دانند

24. دستمال های کاغذی ..... هستند.

الف. صابون های بر پایه الکل

ب. بهتر از آب و صابون

ج. اغلب به طور تجاری آماده می شوند

د. مانند آب و صابون خوب هستند اما نسبت به محصولات بهداشتی الکی اثر بخشی کمتری دارند

25. متن بیان می کند که شستشوی ..... اغلب می تواند میکروب ها را مقاوم تر کند.

الف. محصولات بهداشتی بر پایه الکل

ب. صابون های آنتی باکتریال

ج. صابون های معمولی

د. تمیز کننده های آنتی باکتریال



EMAD JAFARI

english for medical students

26. همه قربانیان بیماری ها یا جراحات که ..... مدت در معرض محیط سرد قرار گرفته اند باید معمولا "این انتظار را داشت که دچار هایپوترمی شده باشند.

الف . اندک ج . مبتلا شده ب. طولانی د. فوری

27. سالخوردگان مکانیزم های حیاتی را که هنگام تغییر مکان از محیط گرم به سرد، حرارت بدن را افزایش می دهند از دست می دهند

الف . جبران کننده ب. سرگرم کننده

ج. مکمل د. اجتناب کننده

28. هنگامی که فرد ..... و عرق به سطح پوست می رسد این آب هنگام حرکت با دبر روی بدن تبخیر و خشک می شود

الف. منقضی می شود ب. الهام می دهد ج. باز نشست می شود د. عرق می کند

29. گرمای بدن به وسیله تابش به شکل اشعه های حرارتی مادون قرمز که از طرف بدن به محیط اطراف ..... از دست می رود.

الف . ساطع شده از ب. ارائه شده به

ج . ترشح شده از د. پذیرفته شده به

30. با وجود اینکه هیچ کس رد نمی کند که تربیت و محیط نقش مهمی در به وجود آمدن یک مجرم دارند، ..... دانشمندان به طور فزاینده ای در حال افزایش است که بیولوژی هم نقش برجسته ای را ایفا می کند.

الف. شک داشتن ب. شکایت کردن

ج. ممنوع کردن د. درخواست کردن

31. تحقیقات در مورد جراحات سرو مغز انسان بخش هایی از مغز را مشخص کرده که صدمه به آن بخش هاست می تواند ..... رفتار خشونت آمیز را شود.

الف. نقض کردن ب. دوباره برپا کردن

ج . باعث شدن د. حفاظت کردن

32. جوانی دوره مناسبی برای ..... رفتارهای سبک زندگی و تغذیه سالم است که از این طریق می توان از بیماری های مرتبط با تغذیه در دوران میانسالی پیشگیری کرد.

الف. تثبیت کردن ب. بیان کردن ج. محدود کردن د. منع کردن

33. نوعی از ویروس آنفولانزایی که عامل همه گیری سال 1918 بود آنقدر ..... بود که بیش از بیست میلیون انسان مردند.

الف. غیر تهاجمی ب. موقت

ج . مهلک د. نرم خو

34. ریچل کارسون ، که یک زیست شناس آمریکایی بود، <<بهار خاموش>> را نوشت تا در مورد خطرات استفاده نامحدود افت کش های شیمیایی هشدار دهد و در نتیجه جنبشی را برای حفاظت محیط زیست ..... کرد.

الف. کنسل کرد ب. شروع کردن



ج. شکست دادن

د. مانع شدن

35. بعضی از حلال ها بسیار..... هستند بنابراین برای پیشگیری از آتش سوزی، برچسب ها را بخوانید و از دستورالعمل دفع و نگهداری صحیح پیروی کنید.

الف. غیر قابل تحمل

ب. مسئولیت ناپذیر

ج. قابل اشتعال

د. سازگار

36. نشانه ها و علائم رفتار بالقوه خشونت آمیز شامل ..... تنفر و مخالفت بدرخواست های دیگران است .

الف. همکاری

ب. تبعیت

ج. سرسختی

د. تبعیت

37. یک مکانیزم سازش ناهشیار که تحت انکار شناخته می شود، به شما زمان می دهد تا با شرایط نامطلوب خود را سازگار کنید.

الف. ناراحت کننده

ب. متقاعد کننده

ج. قابل قبول

د. استثنایی

38. پس از تجویز داروی مناسب زخم های فرد مجروح به سرعت ..... .

الف. در حال بهبود یافتن

ب. در حال ناپدید شدن

ج. در حال عود کردن

د. در حال تحلیل رفتن

39. کلیه هر محصولی را که بدن نیاز داشته باشد..... و مواد زائد را به صورت ادرار دفع می نماید.

الف. آزاد کردن

ب. دوباره به سطح آوردن

ج. باز جذب میکند

د. حذف کردن

40. در بسیاری از کشورها آموزش بیمار..... مهم فعالیت پرستاری می باشد.

الف. محوطه

ب. کانون

ج. مکان

د. جایزه

EMAD JAFARI

english for medical students