

LTMS



بروزترین مرجع

دوره های ضمن خدمت فرهنگیان

ltmsyar.ir

همه آنچه برای انجام دوره های ضمن خدمت لازم است را
تنها از سایت و کانال ما دنبال کنید :

t.me/ltmsyarir

www.LTMSYAR.ir

(برای ورود به سایت و کانال تلگرام لینک های بالا را بفشارید.)

سوالات دوره: پیشگیری از بیماری های تنفسی حاد استان: کرمانشاه مدت دوره: ۸ ساعت

کد دوره: ۹۹۵۰۶۷۵۹ تاریخ آزمون: ۱۵ اسفند ۹۸ ساعت آزمون: ۱۵ تا ۱۶:۳۰ ، ۲۰ تا ۲۰:۳۰ و ۲۲ تا ۲۲:۳۰

(Ltms.medu.ir)

مدیران گروه:

خانم ها:

➤ شیخی

➤ مهدی پور

آقایان:

➤ نواندیش

➤ نیکوکار

➤ طوفانی

ردیف	سوال	پاسخ صحیح
(۱)	در چه مواقعی استفاده از ماسک توصیه می گردد؟	همه موارد
(۲)	----- گروهی از اسیدهای چرب غیر اشباع است که سیستم ایمنی بدن را از طریق بهبود فعالیت B _ cell ها تقویت می نماید.	اسید چرب امگا ۳
(۳)	----- یک ویتامین محلول در آب است که از طریق تجمع در سلول های فاگوسیتیک سبب بهبود وضعیت کموتاکسی و در نهایت از بین بردن باکتری و ویروس ها می شود؟	ویتامین C
(۴)	----- با حفظ یکپارچگی غشای باکتریها و ویروس ها کمک می نماید.	ویتامین E
(۵)	----- در تولید سلول های سفید خون نقش حیاتی دارد و از این طریق سبب تقویت سیستم ایمنی می شود؟	کوبالامین
(۶)	----- یک آمینو اسید است که فعالیت سیستم ایمنی بدن را از طریق افزایش فعالیت T- cell بهبود میبخشد.	آرژنین
(۷)	افزایش پروتئین دریافتی به چه میزان جهت تقویت سیستم ایمنی و مقابله با عفونت های ویروسی توصیه می شود؟	۱۰ درصد
(۸)	اقدامات مداخله ای بهداشتی در مدارس عبارت است از :	همه موارد

ویتالمین E	بادام، بادام زمینی، فندق و روغن های گیاهی مانند روغن آفتابگردان منابع کدام ویتالمین هستند؟	(۹)
وایتکس	برای «ضد عفونی کردن سطوح»	(۱۰)
باتایید پزشک معالج و مرکز بهداشت و تایید اداره کل آموزش و پرورش و طبق دستورالعمل	برای تعطیل شدن یک مدرسه در اثربیماری های واگیر چه اقداماتی باید انجام شود	(۱۱)
همه موارد	برای تقویت سیستم ایمنی بدن خوردن کدام میوه ها ضروری است	(۱۲)
۱ پیمانه وایتکس و ۴۹ پیمانه آب سرد	برای تهیه محلول با غلظت ۱۰/۰	(۱۳)
۱ پیمانه وایتکس و ۹ پیمانه آب سرد	برای تهیه محلول کلر با غلظت ۰/۵ درصد از چه ترکیبی از آب و وایتکس استفاده می شود؟	(۱۴)
۱ پیمانه وایتکس و ۹۹ پیمانه آب سرد	برای تهیه محلول کلر پنج صدم درصد از چه ترکیبی از آب و وایتکس استفاده می شود؟	(۱۵)
وایتکس - الکل ۷۰ درصد	برای ضد عفونی سطوح مقاوم و حساس به ترتیب چه موادی بکار میرود	(۱۶)
۱۵ تا ۲۵ قطره مایع ظرفشویی در ۵ لیتر آب به مدت ۵ دقیقه.	برای مرحله انگل زدایی از چه محلولی و به چه مدت استفاده می شود؟	(۱۷)
۲ قاشق چایخوری وایتکس در ۵ لیتر آب به مدت ۵ دقیقه	برای مرحله ضد عفونی از چه محلولی و به چه مدت استفاده می شود؟	(۱۸)

پیشگیری سطح یک	بررسی مداوم و تاریخچه سلامتی دانش آموزان، تشخیص به هنگام و مداخلات سریع توسط مربیان بهداشت مدارس مبتنی بر کدام سطح پیشگیری می باشد؟	(۱۹)
۱۵ دقیقه	به طور معمول پس از شستن و یا ضدعفونی کردن دستها چند دقیقه تمیز می ماند؟	(۲۰)
آموزش به دانش آموزان وضدعفونی کردن مرتب سطوح و کلاسها واستراحت دادن به دانش آموزان بیمار وراه ندادن دانش آموزان بیمار به کلاس درس	بهترین راه پیشگیری از کرونا ویروس درسطح مدارس کدام است	(۲۱)
به فرم شدید و حتی منجر به مرگ و میر	بیماری کرونا در گروههای پرخطر به چه صورتی دیده می شود؟	(۲۲)
الف) هر سنی ایجاد بیماری می نماید	بیماری کورونا در چه سنی ایجاد بیماری می نماید؟	(۲۳)
سلنیوم	پروتئین حیوانی، موز ، لبنیات، قارچ ، برنج قهوه ای منابع کدام املاح هستند؟	(۲۴)
د) همه موارد	تعطیلی مدارس پس از طی چه مرحله ای صورت خواهد پذیرفت؟	(۲۵)
یک روز/هفت روز	توصیه می شود دانش آموزان یا همکارانی که بصورت انفرادی دارای علایم بیماری هستند تا روز بعد از قطع تب یا بطور متوسط از شروع بیماری بمدت روز در محل کار یا تحصیل حضور نیابند.	(۲۶)
همه موارد فوق	توصیه های بهداشت محیطی در مدارس عبارت است از:	(۲۷)

تهیه الکل ۷۰ درصد به چه روشی انجام می شود؟	مخلوط کردن یک پیمانه الکل ۹۶ درصد با سه پیمانه آب	(۲۸)
تهیه محلول سفیده کننده هیپو کلریت سدیم (وایتکس ۰,۱ درصد) به چه روشی انجام می شود؟	مخلوط کردن ۵۰ سی سی وایتکس ۱ درصد در یک لیتر آب	(۲۹)
چه افرادی مشکوک به بیماری کورونا محسوب می شوند؟	همه موارد	(۳۰)
چه فاصله ای را باید از افرادی که دارای علائم تنفسی مانند سرفه و عطسه هستند رعایت کرد؟	حداقل ۱ متر	(۳۱)
چه کسانی باید فوری به به پزشک مراجعه کنند	کسانی که علائم تنفسی مثل سرفه و تنگی نفس دارند	(۳۲)
چه کسانی بیشتر مستعد ابتلا به ویروس کرونا هستند؟	سالمندان، افراد دارای بیماریهای زمینه ای و کودکان	(۳۳)
در ارتقاء سطح سلامت مدرسه کدام برنامه بنیادی تر است؟	آموزش بهداشت گروهی	(۳۴)
در بیماریهای تنفسی واگیردار، هنگام تماس نزدیک رعایت چه نکاتی لازم است؟	رعایت فاصله یک متری، دست ندادن و روبوسی نکردن	(۳۵)
در چه مواردی برای محافظت از خود در برابر بیماری به ماسک نیاز داریم ؟	همه موارد	(۳۶)
در زمان شیوع بیماری های حاد تنفسی شستشوی دست ها چه زمانی بایستی انجام شود؟	همه موارد	(۳۷)

آب و نمک	در صورت داشتن علائم شبیه آنفلوآنزا می‌بایست دهان خود را با شستشو دهید.	(۳۸)
آب و نمک	در صورت داشتن علائم شبیه آنفلوآنزا دهان را با چه محلول باید شستشو داد؟	(۳۹)
ژل های ضد عفونی کننده با پایه الکل که نیاز به شستشو با آب ندارند	در صورت عدم دسترسی به آب ، برای شستن دستها از چه موادی استفاده می شود؟	(۴۰)
جداسازی دانش آموزان دارای علائم سرماخوردگی از سایرین در اتاق تحت مراقبت/ اطلاع به اولیا دانش آموزان جهت مراجعه دانش آموز به منزل و انجام فعالیت معاینات بالینی توسط پزشک	در صورت مرجعه دانش آموز با علائم بیماری تنفسی به مدرسه مربی بهداشت چه فعالیتی می نماید؟	(۴۱)
همه موارد	در کدام موارد شستن دست ها ضروری است؟	(۴۲)
همه موارد	در کدام موارد شستن دستها ضروری است؟	(۴۳)
موارد الف و ب	در گروههای آسیب پذیر چه عواملی در انتقال بیماری مهم است؟	(۴۴)
الف و ب	در هنگام عطسه و سرفه کدام آداب بهداشتی زیر باید رعایت شود؟	(۴۵)
هر دو تعطیل می شوند.	در ارتباط با مراسم تجمعی و اردوهای دانش آموزی و استفاده از سالن های ورزشی در زمان شیوع بیماری کرونا چه باید کرد؟	(۴۶)

(۴۷)	درصد مرگ و میر کرونا ویروس چندانست	۲ درصد
(۴۸)	دوره کمون بیماری کرونا چند روز است	چهارده روز
(۴۹)	راههای انتقال بیماری عبارت است از :	همه موارد
(۵۰)	راههای انتقال ویروس کرونا کدامند؟	گزینه های «ب» و «ج»
(۵۱)	راههای پیشگیری از بیماری کرونا کدام است	همه موارد
(۵۲)	شست و شو و ضدعفونی دست ها.....	موارد الف و ب
(۵۳)	شستشوی دست ها با آب و صابون حداقل چقدر زمان نیاز دارد؟	حداقل ۲۰ تا ۳۰ ثانیه
(۵۴)	شستشوی دست ها حداقل چند ثانیه باید طول بکشد	۲۰ ثانیه
(۵۵)	شیوع ویروس جدید کرونا اولین بار کجا بود	ووهان چین
(۵۶)	ضدعفونی و گندزدایی اماکن آموزشی به چه روشی انجام می شود؟	نظافت سطوح دارای تماس مشترک، دستگیره ها، صندلی ها، میزها با مواد شوینده و سپس آب ژاول ۰,۲٪

همه موارد	عادات خوب بهداشتی در کنترل بیماریهای تنفسی واگیردار کدامند؟	(۵۷)
۱ تا ۱۴ روز	علائم بیماری تنفسی تب دار چند روز پس از ورود به بدن شروع می شود؟	(۵۸)
همه موارد	علائم بیماری کرونا ویروس کدام است	(۵۹)
تب و شروع حاد علایم تنفسی	علائم عمومی بیماری کرونا عبارت است از :	(۶۰)
همه موارد	کدام افراد بیشتر مستعد ابتلا به بیماری هستند ؟	(۶۱)
خانم های باردار	کدام افراد در معرض خطر ابتلای بیشتری به بیماری کورونا نمی باشد؟	(۶۲)
تماس با اورژانس	کدام اقدامات زیر در مدارس پیرامون شناسایی دانش آموزان دارای علائم بیماری تنفسی الزامی نیست؟	(۶۳)
بیماریهای تنفسی تب دار	کدام بیماری می تواند باعث ایجاد طغیان و یا همه گیری شوند؟	(۶۴)
همه موارد	کدام موارد از اصول مراقبت و پیشگیری از ابتلا به کورونا ویروس جدید در مدارس می باشد؟	(۶۵)
خون	کدام موارد از راههای اصلی انتقال ویروس کووید ۱۹ <u>نمی باشد</u> ؟	(۶۶)
نارسایی کلیه	کدام موارد از علایم شایع ابتلا به ویروس کووید ۱۹ <u>نمی باشد</u> ؟	(۶۷)
۹ روز	کدام مورد در خصوص مدت زمان زنده ماندن ویروس کووید ۱۹ بر روی سطوح صحیح می باشد؟	(۶۸)

مرس	کدام نوع بیماری از طریق شیرشتر به انسان منتقل شد	(۶۹)
ویتامین B6	کدام ویتامین در تولید سلول های سفید خون از جمله	(۷۰)
ویتامین A	کدام ویتامین محلول در چربی است که کمبود آن زمینه را برای بروز عفونت فراهم می کند؟	(۷۱)
دست دادن و روبوسی	کدامیک از عادات بهداشتی به منظور پیشگیری از بیماریهای تنفسی واگیردار مناسب نمی باشد؟	(۷۲)
همه موارد	کدامیک از موارد زیر از اصول پیشگیری در مدارس می باشند؟	(۷۳)
ویتامین D	کدامیک از ویتامین ها از ابتلا به عفونت های تنفسی بویژه عفونت های ویروسی جلوگیری می نماید؟	(۷۴)
ویتامین E	کدامیک از ویتامین های محلول در چربی است که عملکرد آنتی اکسیدان قوی دارد؟	(۷۵)
دانش آموزان و کارمندان با وجود بیماری می توانند در مدرسه حضور داشته باشند.	کدامیک از موارد زیر از اصول پیشگیری از ابتلا به کرونا ویروس نمی باشد؟	(۷۶)
موارد الف و ب	کدامیک منابع ویتامین B6 است؟	(۷۷)
خانواده بزرگی از ویروسهاست که هفتمین رده جدید آن در شهر ووهان چین پیدا شد و خیلی سریع منتشر می شود	کرونا ویروس چیست؟	(۷۸)

کمیبود ----- از طریق کاهش تعداد ماکروفاژها و منوسیت ها باعث تضعیف سیستم ایمنی بدن می شود؟	روی	(۷۹)
کمیبود کدام ویتامین باعث پیشرفت سریع عفونت های ویروسی می شود؟	ویتامین B12	(۸۰)
گروههای پرخطر درمدارس عبارتند از:	همه موارد	(۸۱)
گزارش دهی درمدارس به چه صورت می باشد؟	جدا سازی دانش آموزان دارای علائم سرماخوردگی از سایرین دراتاق تحت مراقبت/ اطلاع به اولیا دانش آموزان جهت مراجعه دانش آموز به منزل و انجام معاینات بالینی توسط پزشک	(۸۲)
ماهی های چرب، لبنیات، زرده تخم مرغ منابع کدام ویتامین هستند؟	ویتامین D	(۸۳)
محلول تهیه شده آب ژاول برای گندزدایی سطوح ظرف چه مدت باید استفاده شود؟	۲۴ ساعت	(۸۴)
محلول کلر با غلظت ۱/۰ درصد برای ضدعفونی چه سطوحی استفاده می شود؟	سطوح عادی	(۸۵)
محلول کلر با غلظت ۰/۱ درصد برای ضد عفونی چه سطوحی استفاده می شود؟	سطوم عادی	(۸۶)
محلول کلر پنج صدم درصد برای چه مواردی استفاده می شود؟	لباس های فرد بیمار	(۸۷)

پاک سازی- انگل زدایی- ضدعفونی – شستشوی نهایی و آبکشی	مراحل شستشو و ضدعفونی میوه و سبزیجات:	(۸۸)
مراقب سلامت بدون بیماری در اتاق مجزا	مراقبت از دانش آموزان با علائم سرماخوردگی در منزل توسط چه فردی انجام می شود؟	(۸۹)
آب	مصرف کدام یک در بیماری های ویروسی توصیه می شود؟	(۹۰)
تاکنون واکسن یا داروی ضدویروس برای درمان این دسته از ویروسها یافت نشده فقط درمان علامتی است.	نحوه درمان بیمار مبتلا به ویروس کرونا کدام است؟	(۹۱)
ویتامین A	نقش کدام ریز مغذی زیر در تقویت سیستم ایمنی مهم تر میباشد؟	(۹۲)
غذاهای فرآورده شده	هنگام ابتلا به بیماری های ویروسی مصرف کدام یک توصیه نمیشود؟	(۹۳)

LTMS



بروزترین مرجع

دوره های ضمن خدمت فرهنگیان

ltmsyar.ir

همه آنچه برای انجام دوره های ضمن خدمت لازم است را
تنها از سایت و کانال ما دنبال کنید :

t.me/ltmsyarir

www.LTMSYAR.ir

(برای ورود به سایت و کانال تلگرام لینک های بالا را بفشارید.)