

درس و آزمون ویژه دانشجویان پزشکی، دندانپزشکی و بهداشت

جلد ۱۵



بهداشت

از مجموعه درسنامه های جامع علوم پایه میر
بر اساس مراجع معرفی شده از سوی معاونت آموزشی وزارت بهداشت
به انضمام ۵۵۶ آزمون استاندارد با پاسخ تشریحی

مؤلفین:
دکتر منصور میرزایی
صادق شفاانی
مهدی حشمتی فر

فوریت های شب امتحان



نسخه روز آمد شده ۱۳۹۰



کتاب

ناشر کتب علوم پزشکی

www.mirbook.ir

تهران - خیابان انقلاب - خیابان قدس

ساختمان آنا تول فرانس (پلاک ۳)

تلفن: ۶۶۹۶۶۵۸۵ - ۶۶۹۵۲۹۲۶ - ۶۶۴۸۵۵۶۲

فاکس: ۶۶۴۸۵۵۳۹

فوریتهای شب امتحان

درس و آزمون بهداشت

تألیف: دکتر منصور میرزایی - صادق شفاغی - مهدی حشمتی فر

۱۳۹۰

چاپ اول از ویرایش دوم، ۲۰۰۰ نسخه، ۳۹۸۰ تومان، شابک: ۳-۳۰۲-۴۹۸-۹۶۴-۹۷۸

تمام حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به مؤسسه انتشاراتی کتاب میر می باشد و هرگونه بهره برداری و تکثیر به هر نحو ممکن بدون مجوز کتبی خلاف بوده، موجب پیگرد قانونی می باشد.

میرزایی قس، منصور، ۱۳۴۹ -

سرشناسه:

عنوان و نام پدیدآور: درس و آزمون بهداشت از مجموعه دروسهای جامع علوم پایه میر بر اساس مراجع معرفی

شده از سوی معاونت آموزشی وزارت بهداشت / مولفین منصور میرزایی، صادق شفاغی، مهدی حشمتی فر.

ویراست ۲.

وضعیت ویراست:

تهران: کتاب میر.

مشخصات نشر:

۴۰، ۳۶، ۳۲ ص: مصور، جدول، نمودار.

مشخصات ظاهری:

فوریتهای شب امتحان: [ج. ۱۵].

فروست:

۳۹۸۰۰ ریال: ۳-۳۰۲-۴۹۸-۹۶۴-۹۷۸

شابک:

فیبا

وضعیت فهرست نویسی:

یادداشت: چاپ قبلی کتاب حاضر تحت عنوان "درس و آزمون بهداشت" توسط همین ناشر در سال

۱۳۸۶ منتشر شده است.

درس و آزمون بهداشت.

عنوان دیگر:

پزشکی - علوم پایه - آزمون ها و تمرین ها

موضوع:

بهداشت - آزمون ها و تمرین ها

موضوع:

شفاغی، صادق، ۱۳۴۷ -

شناسه افزوده:

حشمتی فر، مهدی، ۱۳۶۶ -

شناسه افزوده:

فوریتهای شب امتحان: [ج. ۱۵].

شناسه افزوده:

۱۳۹۰ ج. ۱۵، ۸۸۷/۵/۸۸۴۴

رده بندی کنگره:

۶۱۰/۷۶

رده بندی دیویی:

۲۲۲۸۰۲۴

شماره کتابشناسی ملی:

کلیه امور تألیف اثر و مراحل حروفچینی، گرافیک و لیتوگرافی

در واحد تولید مؤسسه کتاب میر انجام پذیرفته است.

درس و آزمون^۱ یا "فوریتهای شب امتحان" (Injection Series) ؟

رقابت شدید و مطالبات روزافزون موجب آن شده است که دانشجو ناچار شود زمان را فشرده سازد، چرا که نسل امروز در کنار آموزش دروس تخصصی خویش می‌بایست به توانمندیهای بسیار دیگری نیز دست یابد. از سوی دیگر کیفیت آموزش نیز در سالهای اخیر دستخوش تحولات چشمگیری گردیده است. دیگر هیچ استادی مطالعه کورکورانه کتب مرجع را به دانشجو توصیه نمی‌کند، و مطالعه هدفمند جایگزین آن شده است.

این مجموعه کتب بر اساس این باورها تدوین شده‌اند. به عبارتی دیگر مجموعه کتب «درس و آزمون» کاربردی دوگانه دارد:

کاربرد اول - اگر دانشجو به هر دلیلی در طول ترم موفق به صرف زمان کافی برای مطالعه درسی نشده باشد کتب *Injection Series* بهترین انتخاب برای شب‌های امتحان است؛ چرا که کامل و در عین حال موجز بودن مطالب، انطباق آنها با آخرین ویرایش مراجع معرفی شده، مجزا شدن مطالب مهم و بسیار مهم با قلم‌های مجزا و همچنین امکان مرور نمونه سوالات سالهای اخیر، همه آن چیزی است که در کوتاه مدت می‌تواند حلال مشکلات دانشجویی باشد که به بهترین بهره‌وری در حوالی امتحان نیازمند است.

کاربرد دوم - اما آنچه که مؤلفین این مجموعه بیشتر بر روی آن تکیه دارند، بهره‌گیری از کتب «درس و آزمون» جهت مطالعه هدفمند است. در این رویکرد دانشجو در ابتدا حل نمونه سوالات سالهای اخیر یا تکمیلی می‌پردازد. در حقیقت از آنها به عنوان پیش‌آزمون (*Pre-Test*) جهت آشنایی با موضوع و کم و کیف هر درس سود می‌برد. مطالعه این آزمون‌ها مطالعات بعدی دانشجو را هدفمند، سریع و عمیق می‌سازد و در نهایت خلاصه درس دانشجو را از شر خلاصه برداری فارغ می‌نماید و به سهولت مروری سریع بر آموخته‌های قبلی را در حوالی ایام امتحان ممکن می‌سازد.

این مجموعه ۱۶ جلدی کلیه دروس علوم پایه پزشکی، دندانپزشکی و بسیاری از دروس رشته‌های داروسازی، علوم آزمایشگاهی و سایر رشته‌های پیراپزشکی را تحت پوشش قرار می‌دهد و امید است که مورد توجه دانشجویان گرامی واقع گردد.

اینجانب چون همیشه به پیشنهادات و انتقادات اساتید محترم و دوستان دانشجو ارج می‌نهم و چشم انتظار این نقطه نظرات می‌باشم.

دکتر منصور میرزایی

mirzaei.mansoor@gmail.com

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
بخش اول - خلاصه درس	
سلامتی و بیماری	۲
آموزش بهداشت	۴
بهداشت برای همه و مراقبت‌های اولیه بهداشتی	۶
بهداشت محیط	۸
بهداشت حرفه‌ای	۱۱
اصول اپیدمیولوژی	۱۲
انواع مطالعات اپیدمیولوژی	۱۵
غریبالگری	۱۷
اپیدمیولوژی بیماری‌های عفونی	۱۹
ایمن سازی و واکسیناسیون	۲۱
تنظیم خانواده	۲۸
بهداشت خانواده	۳۱
بهداشت زنان	۳۳
بیماری‌های اسهالی	۳۸

بخش دوم - آزمون‌های طبقه‌بندی شده دوره‌های اخیر

مفهوم سلامتی و بیماری	۲
آموزش، برنامه‌ریزی و مدیریت بهداشت	۲
خدمات بهداشتی جامعه	۲
سازمانهای بهداشت بین‌المللی	۳
اپیدمیولوژی	۳
اپیدمیولوژی بیماری‌ها	۵
واکسیناسیون و ایمنی - سطوح پیشگیری	۷

بخش سوم - آزمون‌های طبقه‌بندی شده تکمیلی (۸۷-۸۲)

مفهوم سلامتی و بیماری	۳
خدمات بهداشتی جامعه	۳
سازمانهای بهداشت بین‌المللی	۴
اپیدمیولوژی	۴
اپیدمیولوژی بیماری‌های عفونی	۶
واکسیناسیون و ایمنی - سطوح پیشگیری	۸
روشهای تحقیق اپیدمیولوژی	۹
غریبالگری	۱۰
بهداشت محیط	۱۰
بهداشت حرفه‌ای	۱۱
تنظیم خانواده	۱۱
بهداشت خانواده	۱۲
جمعیت‌شناسی	۱۲
بیماری‌های اسهالی	۱۳
بهداشت زنان	۱۳

خلاصه درس

بهداشت

فهرست مطالب	
۲۱	ایمن سازی و واکسیناسیون
۲۷	نمونه سوالات
۲۸	پاسخنامه
۲۸	تنظیم خانواده
۳۱	نمونه سوالات
۳۱	پاسخنامه
۳۱	بهداشت خانواده
۳۲	نمونه سوالات
۳۳	پاسخنامه
۳۳	بهداشت زنان
۳۸	نمونه سوالات
۳۸	پاسخنامه
۳۸	بیماریهای اسهالی
۴۰	نمونه سوالات
۴۰	پاسخنامه
۲	بهداشت
۲	سلامتی و بیماری
۴	نمونه سوالات
۴	پاسخنامه
۴	آموزش بهداشت
۵	نمونه سوالات
۶	پاسخنامه
۶	بهداشت برای همه و مراقبت های اولیه بهداشتی
۸	نمونه سوالات
۸	پاسخنامه
۸	بهداشت محیط
۱۰	نمونه سوالات
۱۱	پاسخنامه
۱۱	بهداشت حرفه ای
۱۲	نمونه سوالات
۱۲	پاسخنامه
۱۲	اصول اپیدمیولوژی
۱۴	نمونه سوالات
۱۴	پاسخنامه
۱۵	انواع مطالعات اپیدمیولوژی
۱۶	نمونه سوالات
۱۷	پاسخنامه
۱۷	غریبالگری
۱۸	نمونه سوالات
۱۹	پاسخنامه
۱۹	اپیدمیولوژی بیماریهای عفونی
۲۱	نمونه سوالات
۲۱	پاسخنامه

بهداشت

بهداشت

طیف سلامت

سلامت یک امر مطلق نیست و امری دینامیک (پویا) می باشد. بالاترین حد طیف، سلامت مثبت و پایین ترین نقطه آن مرگ می باشد. ترتیب طیف بدین گونه می باشد: سلامت مثبت، سلامت خوب، بیمار نبودن، بیماری ناشناخته، بیماری متوسط، بیماری شدید و مرگ. باید توجه داشت که گذر از مرحله بهینه سلامت به مراحل پایین سلامت به گونه ای تدریجی صورت می گیرد.

بیماری

سازمان بهداشت جهانی آن را تعریف نکرده است. بیماری مانند سلامتی دارای طیف وسیعی می باشد که از بیماری بدون علائم خاص تا بیماری با علائم بالینی شدید می تواند وجود داشته باشد. تقسیم بندی های متعددی برای بیماری وجود دارد مثلاً ممکن است حاد یا مزمن باشد، شدید یا خفیف باشد، موضعی یا سیستمیک باشد و...

در فرضیه میکروبی بیماریها، میکروبها به عنوان نقش اصلی در ایجاد بیماری شناخته می شوند و طرح بیماریزایی در آن به صورت عامل بیماریزا ← میزبان ← بیماری می باشد. اشکال اساسی این فرضیه در نظر نگرفتن نقش محیط در ایجاد بیماری می باشد به همین دلیل این فرضیه جای خود را به طرح مثلث اپیدمیولوژیک بیماری داد که عامل بیماریزا، میزبان و محیط سه ضلع آن می باشند.

امروزه با پیشرفت علم به این نتیجه رسیده اند که در بروز اکثر بیماریها عوامل متعددی دخیل هستند مثلاً در بروز سرطان یا بیماریهای قلبی عروقی به همین دلیل امروزه طرح چند علیتی یا شبکه علیت در مورد بیماریها مطرح می شود. در طرح چند علیتی از بیماریها، اهمیت عوامل متعدد با یکدیگر متفاوت می باشد و برخی عوامل از اهمیت بیشتری برخوردارند و اگر عاملی در بروز بیماری بسیار مهم باشد گاهی حذف تنها همین یک عامل برای پیشگیری از بیماری کافی است. برای سنجش میزان اهمیت یک عامل می توان از «خطر نسبی» آن عامل در بروز بیماری. استفاده کرد.

سلامتی و بیماری

مفهوم سلامتی

به طور کلی مفاهیم بیماری و سلامتی قابل تفکیک نیستند. سلامتی را می توان از چند دیدگاه تعریف نمود به عنوان مثال در مفهوم زیست پزشکی سلامتی را به عنوان عدم وجود علائم بیماری جسمی در نظر می گیرند. این دیدگاه پایه علم میکروپزشناسی می باشد در مفهوم اکولوژیک سلامتی تعادلی است دینامیک بین محیط زیست و انسان. مفهوم جامع سلامتی از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی اینگونه می باشد:

«سلامتی عبارتست از رفاه کامل جسمی، روحی و اجتماعی و نه فقط نبودن بیماری و معلولیت. سلامتی چیزی است که به افراد اجازه می دهد بتوانند استعدادهایشان را شکوفا کنند. در این تعریف سلامتی مستقیماً قابل اندازه گیری نیست به بیان دیگر این تعریف یک تعریف عملیاتی نیست.

ابعاد سلامتی

۱- بعد جسمی: سلامت جسمی عبارتست از عملکرد کامل و هماهنگ اعضای بدن به طوری که تعادل فیزیولوژیک ایجاد شود.

۲- بُعد روانی: سلامت روانی فرد را قادر می سازد تا با انسانهای دیگر و محیط اطراف به صورت هماهنگ زندگی کند.

۳- بعد اجتماعی: شامل سطوح مهارتهای اجتماعی، عملکرد اجتماعی و توانایی شناخت هر شخص از خود به عنوان عضوی از جامعه می باشد.

ابعاد فراوان دیگری می توان برای سلامتی در نظر گرفت.

عوامل تعیین کننده سلامت

شامل وراثت، محیط زیست فرد، سبک زندگی (روش زندگی مردم)، خدمات بهداشتی، وضعیت اقتصادی - اجتماعی و... می باشد. بالا بودن سطح اشتغال نیز موجب ارتقای سلامتی می شود زیرا بیکاری می تواند باعث بروز مشکلات روانی - اجتماعی گردد.