

## کتاب جامع بهداشت عمومی، ویراست چهارم، ۱۳۹۸

### تمرین‌های پس از مطالعه

#### عنوان درس: بیماری‌های غیرمسری و مزمن، گفتار ۲۳، فصل ۹

دکتر ندا حاتمی

۱ - شایعترین علت مرگ در اثر بیماری‌های غیرمسری، مربوط به کدامیک از موارد زیر است؟

الف) سرطان‌ها

ب) دیابت

ج) بیماری‌های قلبی - عروقی

د) بیماری‌های ریوی

۲ - کلیه موارد زیر، صحیح است به جز؟

الف) از مهمترین راه‌های کنترل بیماری‌های غیرمسری، تمرکز بر کاهش عوامل خطر است

ب) مصرف تنباکو، رژیم غذایی ناسالم و عدم فعالیت فیزیکی باعث افزایش مرگ در اثر این بیماری‌ها می‌شود

ج) از اهداف عمده‌ی SDGs کاهش همه موارد مرگ ناشی از بیماری‌های غیرواگیر می‌باشد

د) مهمترین عامل خطر بیماری‌های قلبی عروقی، پرفشاری خون است

۳ - سرطان کدامیک از ارگان‌های زیر، شایعترین سرطان تشخیص داده شده می‌باشد؟

الف) ریه      ب) پستان      ج) پروستات      د) روده بزرگ

۴ - کلیه مطالب زیر، صحیح است به جز؟

الف) افزایش شیوع دیابت با افزایش شیوع چاقی مرتبط است

ب) از اهداف SDGs کاهش بیماری در اثر آلودگی آب و هوا و خاک می‌باشد

ج) عوامل خطر اصلی بیماری‌های ریوی، شامل آلودگی هوا و استعمال دخانیات می‌باشد

د) قرار گرفتن در معرض دود سیگار در افراد غیرسیگاری، خطر بیماری‌های ریوی را افزایش نمی‌دهد

۵ - کلیه مطالب زیر صحیح است به جز؟

الف) تقریباً نیمی از موارد مرگ‌هایی که به قند بالا نسبت داده می‌شود، قبل از ۷۰ سالگی رخ می‌دهد

ب) طبق پیش‌بینی WHO، تا سال ۲۰۳۰، دیابت به اولین علت عمده مرگ تبدیل خواهد شد

ج) علاوه بر ژنتیک، عوامل محیطی هم بر بروز دیابت موثر می‌باشند

د) دیابت، عامل عمده عوارضی مانند کوری و سکته مغزی است

## ۶- کلیه موارد زیر، جز عوامل خطر دیابت هستند به جز؟

- الف) نمایه توده بدنی بیشتر یا مساوی ۲۳ کیلوگرم بر متر مربع
- ب) فشار خون مساوی یا بالاتر از ۱۴۰ بر روی ۹۰ میلی متر جیوه
- ج) سابقه بیماری عروقی
- د) عدم فعالیت فیزیکی مستمر

## ۷- کلیه مطالب زیر، صحیح است به جز؟

- الف) از معیارهای تشخیص دیابت، هموگلوبین A1C بیشتر یا مساوی ۶/۵ است
- ب) از معیارهای تشخیص دیابت، گلوکز پلاسمای بعد از مصرف ۷۵ گرم گلوکز بیشتر یا مساوی ۲۰۰ است
- ج) از معیارهای تشخیص دیابت، گلوکز تصادفی یا رندوم بالای ۲۰۰ همراه با علائم پرنوشی و پرادراری است
- د) از جمله عوامل خطر دیابت، LDL کلسترول بالا است

۸- خانم جوانی در آزمایشاتی که به درخواست خودش انجام شده، به طور اتفاقی متوجه قند ۲۲۰ می‌شود، در صورتی که اطلاعات دیگری از وضعیت وی در دست نباشد، کدامیک از تعریف‌های زیر در مورد وی صحیح‌تر است؟

- الف) مبتلا به دیابت نوع ۲
- ب) مبتلا به دیابت نوع ۱
- ج) سالم
- د) مبتلا به پیش دیابت

## ۹- گزینه صحیح را مشخص کنید.

- الف) هموگلوبین A1C انعکاسی از غلظت نسبی گلوکز در یک ماه اخیر است
- ب) سابقه زایمان نوزاد با وزن چهار و نیم کیلو، از عوامل خطر بروز دیابت است
- ج) یک نوبت گلوکز ناشتای پلاسمای معادل ۱۲۶ به معنای ابتلا به دیابت است
- د) آکانتوزیس نیگریکانس از عوامل پیشگیری کننده از دیابت است

## ۱۰- در مورد تشخیص پیش دیابت، همه گزینه‌های زیر صحیح است به جز؟

- الف) گلوکز ناشتای پلاسمای بین ۱۰۰ تا ۱۲۵ از معیارهای تشخیصی است
- ب) گلوکز پلاسمای با تست تحمل گلوکز خوراکی بین ۱۴۰ تا ۲۰۰ از معیارهای تشخیصی است
- ج) هموگلوبین A1C بین 5.7 تا 6.4 از معیارهای تشخیصی است
- د) پیش دیابت، به عوارضی که پیش از دیابت رخ می‌دهد گفته می‌شود

## ۱۱- در مورد دیابت نوع یک، همه مطالب زیر، صحیح است به جز؟

- الف) در دیابت نوع ۱، علاوه بر ژنتیک، عوامل محیطی نیز نقش دارند
- ب) همه موارد تیپ یک دیابت، با کتواسیدوز حاد دیابتی بروز می‌کنند
- ج) بیماری‌زایی اصلی دیابت نوع ۱ شامل تخریب سلول‌های ترشح کننده انسولین در لوزالمعده است
- د) ایمونوگلوبولین ضد جزایر لانگرهانس در ۶۰ تا ۹۰ درصد موارد، در اوایل شروع بیماری وجود دارند

### ۱۲- در مورد دیابت، کدامیک از موارد زیر، صحیح است؟

- الف) بیماری زایی اصلی در ایجاد دیابت تیپ ۲، مقاومت به انسولین است
- ب) عوامل مساعد کننده ژنتیکی در دیابت نوع ۱ نسبت به ۲، قوی تر عمل می کنند
- ج) در مناطق شهری، شیوع دیابت کمتر از مناطق روستایی است
- د) برخی از بیماری ها مثل کوشینگ، می توانند دیابت نوع ۱ ایجاد کنند

### ۱۳- کلیه موارد زیر جزو عوارض میکروواسکولر دیابت هستند به جز؟

- الف) درگیری اعصاب
- ب) درگیری کلیوی
- ج) درگیری چشمی
- د) درگیری عروق مغز

### ۱۴- عبارت ذیل، در مورد دیابت، در کدامیک از سطوح چهارگانه پیشگیری می گنجد؟

"تشخیص زودرس و درمان به موقع به منظور تغییر در سیر طبیعی بیماری و کند کردن پیشرفت آن"

- الف) اول
- ب) دوم
- ج) سوم
- د) چهارم

### ۱۵- کلیه موارد زیر، از عوامل خطر دیابت هستند به جز؟

- الف) سن بالای ۲۰ سال
- ب) نمایه توده بدنی بالای ۳۰
- ج) سابقه خانوادگی دیابت بارداری
- د) سابقه تولد نوزاد با وزن بیش از ۴ کیلوگرم

### ۱۶- در خانم ۲۷ ساله‌ای که سابقه قبلی و خانوادگی دیابت بارداری ندارد و نمایه توده بدنی ۲۲ دارد، لازم است غربالگری از نظر دیابت بارداری در چه هفته‌ای از بارداری انجام شود؟

- الف) هفته ۲۸-۲۴
- ب) دیرتر از هفته ۲۸ بارداری
- ج) زودتر از بازه ی ۲۸-۲۴ هفته
- د) این شخص، نیاز به غربالگری ندارد

### ۱۷- گزینه صحیح را انتخاب کنید؟

- الف) بعد از زایمان در فردی که سابقه دیابت بارداری داشته، بررسی سالانه از نظر وقوع دیابت دائمی لازم است
- ب) در اکثر زنانی که دچار دیابت بارداری می شوند، بعد از زایمان، قند همچنان بالا می ماند
- ج) در خانم‌های با سابقه GDM، در سال‌های بعد، خطر بروز دیابت شیرین، ناچیز است
- د) همواره قدم اول برای درمان دیابت بارداری، شروع انسولین است

۱۸- نمایه توده بدنی در فردی با قد ۱۷۰ سانتی متر و وزن ۹۰ کیلوگرم چقدر است و در چه تعریفی قرار می‌گیرد؟

- الف) ۲۸- دارای اضافه وزن (ب) ۲۸- چاق  
ج) ۳۱- دارای اضافه وزن (د) ۳۱- چاق

۱۹- کدامیک از موارد زیر، صحیح است؟

- الف) دور کمر بالای ۹۰ سانتی متر در یک مرد، یک عامل خطر برای عوارض چاقی است  
ب) سن بالای ۴۵ سال در یک خانم چاق یا وجود سابقه خانوادگی بیماری قلبی در مادر وی در سن ۷۰ سالگی، از عوامل خطر عوارض چاقی محسوب می‌شود  
ج) کاهش وزن باعث کاهش LDL، HDL و تری گلیسیرید می‌شود  
د) اختلال در متابولیسم لپتین، از عوامل موثر در بیماریزایی چاقی است

۲۰- گزینه صحیح را انتخاب کنید؟

- الف) هدف اولیه درمان کاهنده وزن در افراد چاق باید کاهش وزن به میزان ۱۰ درصد از میزان وزن پایه باشد  
ب) کاهش وزن باید در حد ۲ کیلوگرم در هفته شروع شود  
ج) در نظر گرفتن جراحی باریاتریک، سطح دوم پیشگیری محسوب می‌شود  
د) تشویق به تغذیه سالم و فعالیت فیزیکی منظم، سطح دوم پیشگیری محسوب می‌شود

۲۱- در مورد تعریف فشارخون بالا بر اساس دستورالعمل ACC 2017 همه موارد صحیح است به جز؟

- الف) فشار خون طبیعی: فشار سیستولی زیر ۱۲۰ و دیاستولی زیر ۸۰ میلی متر آب  
ب) مرحله ۱ پرفشاری خون: فشار خون سیستولی ۱۳۰ تا ۱۳۹ میلی متر جیوه  
ج) مرحله ۲ پرفشاری خون: فشار خون دیاستولی بیش از ۹۰ میلی متر جیوه  
د) مرحله ۱ پرفشاری خون: فشار خون دیاستولی ۸۵ میلی متر جیوه

۲۲- از مداخلات تایید شده برای پیشگیری و درمان فشار خون، کدام مورد نسبت به بقیه باعث کاهش بیشتر فشار خون می‌شود؟

- الف) کاهش وزن  
ب) کاهش مصرف سدیم روزانه  
ج) رژیم غذایی مناسب  
د) افزایش مصرف پتاسیم

۲۳- کلیه مطالب زیر، صحیح است به جز؟

- الف) مهمترین شاخص سنجش کارکرد کلیه‌ها میزان فیلتراسیون گومرولی است  
ب) مرحله ۵ نارسایی کلیه با GFR زیر ۲۵ مشخص می‌شود  
ج) اختلالات چربی خون و سیگار کشیدن از عوامل خطر رخداد CKD است  
د) برای محاسبه GFR از کراتینین استفاده می‌شود

۲۴- کلیه مطالب زیر در مورد بیماری‌های مزمن انسدادی ریه صحیح است به جز؟

الف) اختلالات ژنتیکی و افزایش سن در ابتلا به بیماری انسدادی مزمن ریه نقش دارند

ب) علت اولیه بیماری COPD استعمال دخانیات است

ج) سرطان ریه به طور شایع در بیماران COPD دیده می‌شود

د) با توجه به تاثیر واکسن آنفلوآنزا در کاهش موارد حمله و تشدید COPD، باید سالی دو بار تزریق شود

پاسخ‌ها:

شماره	پاسخ	شماره	پاسخ	شماره	پاسخ	شماره	پاسخ
۱	ج	۸	ج	۱۵	الف	۲۲	ج
۲	ج	۹	ب	۱۶	ج	۲۳	ب
۳	الف	۱۰	د	۱۷	الف	۲۴	د
۴	د	۱۱	ب	۱۸	د		
۵	ب	۱۲	الف	۱۹	د		
۶	الف	۱۳	د	۲۰	الف		
۷	د	۱۴	ب	۲۱	الف		