

مراجعة ختامية للفصل الأول

* السؤال الأول :

أ) اقرني المصطلحات التالية بما يناسبها من وصف مختصر :

- | | |
|---------------------------|--|
| 1- الصحة | هي العوامل التي تؤثر على صحة الفرد مثل (الوراثة ، الاجتماعية ، البيئية ، السلوكية ، ...) |
| 2- العافية | هي الأوعية والوسائل أو القنوات التي تستعمل لنقل المعلومات الصحية إلى المستفيدين |
| 3- محددات الصحة | هي حالة من اكتمال السلامة بدنياً وعقلياً واجتماعياً وليس فقط انعدام المرض أو العجز |
| 4- الأمراض المعدية | هو نمط متكامل من الأنشطة البدنية والنفسية والعاطفية والعقلية التي تسهم في حياة صحية |
| 5- نمط الحياة الصحي | هي الحالة الصحية المثلى للأفراد والمجتمع (يسعى الفرد إليها لتحقيق الصحة) |
| 6- مصادر المعلومات الصحية | هي الأمراض التي تنتشر من فرد لآخر بسبب الكائنات الدقيقة مثل البكتيريا والفيروسات |

ب) ضع علامة (✓) أمام العبارات الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارات الخاطئة وصحي الخطأ إن وجد :

- 1- الأمراض غير المعدية هي الأمراض التي تنتقل من فرد لآخر ، وتنقلها الكائنات الدقيقة ()
- 2- الأمراض المعدية تُعرف باسم الأمراض غير المزمنة ()
- 3- يعتمد مفهوم نمط الحياة الصحي على مجموعة من الممارسات والعادات لدى الأفراد ()
- 4- معظم أسباب الوفاة الرئيسة في المملكة لا ترتبط بعامل الممارسات لدى الفرد ()
- 5- أكثر الأمراض انتشاراً الأمراض غير المعدية على مستوى العالم والمملكة ()

ج) اختاري الإجابة الصحيحة فيما يلي :

1- ما يلي يمثل محددات الصحة ما عدا :

- أ) الاجتماعية والبيئية ب) الحيوية الوراثية ج) السلوكية للفرد د) المرضية
- 2- من الأمراض غير المعدية :

- أ) التهاب الكبد (ب) ب) نقص المناعة (الإيدز) ج) القلب والأوعية الدموية د) الدرن

السؤال الثاني : قومي الحالة الصحية لسكان السعودية ، وكيف يمكن الحد من انتشار هذه الأمراض ؟

* تمثل الأمراض [المعدية - غير المعدية] سبباً للوفاة بنسبة (73 %) في المملكة ويمكن الحد من انتشارها بواسطة ما يلي:
(اختاري الإجابات مما يلي) :

- ☐ الخمول البدني ☐ تجنب استعمال التبغ ☐ تجنب القيادة المتهورة ☐ السهر ☐ التغذية السليمة

إعداد المعلمة / زهراء البردوي