

## فصل دوم: تغذیه سالم و بهداشت مواد غذایی (بارم نوبت خرداد ۳,۵ نمره)

### درس پنجم: بهداشت و ایمنی مواد غذایی (بارم نوبت اول ۱,۵ نمره)

مفهوم "خ" در سال طرح سوال: سوالات نهایی خارج از کشور می باشد.

"ش" در شماره صفحه: شکل می باشد. "ف" در شماره صفحه: فعالیت می باشد.

شماره صفحه	متن و پاسخ سوالات	سال طرح سوال
	تعریف بهداشت مواد غذایی	
۴۱	بیشترین آلودگی در مواد غذایی بر اثر بی احتیاطی در مراحل <u>فرآوری</u> / مصرف ایجاد می شود.	دی ۱۴۰۱ (خ)
	اصول بهداشتی در جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی	
۴۱	برای افراد شاغل در مکان های تهیه، تولید و توزیع غذا، داشتن ..... و رعایت بهداشت از اهمیت زیادی برخوردار است. <u>کارت بهداشت</u>	دی ۹۷
۴۱	از نکات بهداشت فردی که افراد موثر در فرآیند تولید غذا باید رعایت کنند دو مورد را بنویسید. <u>۱. پوشیدن لباس تمیز و پوشاندن موی سر ۲. نداشتن زیور آلات ۳. پوشاندن بینی و دهان هنگام عطسه و سرفه ۴. گذاشتن پوشش بهداشتی بر روی خراش ها و زخم های دست و انگشتان ۵. شست شوی صحیح دست ها قبل از کار ۶. کوتاه نگهداشتن ناخن و در صورت امکان استفاده از دستکش بهداشتی</u>	خرداد ۹۹
۴۱	از جمله نکات بهداشت فردی افراد موثر در فرآیند تولید غذا، نداشتن زیور آلات است. <u>درست</u>	شهریور ۹۸ (خ)
۴۱	شست و شوی صحیح دست ها قبل از کار مربوط به کدام اصول بهداشتی است؟ <u>۱. رعایت بهداشت محیط ۲. رعایت بهداشت مواد غذایی از تهیه تا مصرف ۳. رعایت بهداشت فردی ۴. رعایت بهداشت در مرحله طبخ</u>	خرداد ۹۹ (خ)
۴۲	کدام یک از نکات رعایت بهداشت مواد غذایی از تهیه تا مصرف است؟ <u>۱. دفع صحیح زباله و مواد دفعی ۲. نگهداری غذا به صورت داغ یا سرد ۳. شست و شوی صحیح دست ها قبل از کار ۴. تهیه آب سالم و کافی</u>	دی ۱۴۰۱ (خ)
۴۲	در مرحله طبخ و نگهداری غذا، چه زمانی پخت غذا کامل است؟ <u>زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت های آن حداقل ۷۰ درجه سانتی گراد حرارت دیده باش</u>	خرداد ۱۴۰۱
۴۲	زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت های آن حداقل ..... درجه سانتی گراد حرارت دیده باش <u>۷۰</u>	خرداد ۹۹
۴۲	زمانی پخت غذا کامل است که تمام قسمت های آن حداقل (۶۰ - <u>۷۰</u> ) درجه سانتی گراد حرارت دیده باش	شهریور ۱۴۰۱
۴۲	منظور از نگهداری غذا به صورت کاملاً سرد، نگهداری آن در دمای زیر (۴/ صفر/ <u>۱۰</u> ) درجه سانتی - گراد می باشد.	خرداد ۱۴۰۲
۴۲	دفع صحیح زباله و مواد دفعی از اصول رعایت بهداشت ..... می باشد که در جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی مؤثر است. <u>محیط</u>	شهریور ۱۴۰۲
۴۲	دفع صحیح زباله و مواد دفعی از اصول رعایت بهداشت ..... در محل تهیه، تولید، توزیع و نگهداری مواد غذایی است. <u>محیط</u>	دی ۱۴۰۲
۴۲ و ۴۱	کدام یک از موارد زیر مربوط به رعایت بهداشت فردی در فرآیند تولید غذا نیست؟ <u>۱. گذاشتن پوشش بر روی زخم دست ۲. نداشتن زیور آلات ۳. پیشگیری از ورود گرد و غبار در غذا ۴. پوشاندن موی سر</u>	شهریور ۱۴۰۱
۴۲	دو مورد از اصول رعایت بهداشت محیط در محل تهیه، توزیع و نگهداری مواد غذایی را بنویسید.	خرداد ۱۴۰۲ (خ)

	<b>تهیه آب سالم و کافی - دفع صحیح زباله و مواد دفعی - مبارزه با حشرات و جوندگان ناقل بیماری - پیشگیری از ورود گرد و غبار و مواد خارجی در غذا</b>	
<b>فساد مواد غذایی چیست و عوامل ایجاد آن کدامند؟</b>		
۴۳	چه زمانی می‌گوییم ماده غذایی دچار فساد شده است؟ ۲ ویژگی کافی است. <b>زمانی که یک ماده غذایی از نظر رنگ، بو، طعم و مزه دچار تغییراتی شود و ارزش غذایی آن از بین برود یا کاهش یابد</b>	خرداد ۹۹ (خ)
۴۳	زمانی که یک ماده غذایی از نظر رنگ .....، طعم و مزه دچار تغییراتی شود و ارزش غذایی آن از بین برود یا کاهش یابد، می‌گوییم ماده غذایی دچار فساد شده است. <b>بو</b>	خرداد ۹۹
۴۳	با توجه به اینکه برخی از قسمتهای کپک و ریشه‌های آن قابل مشاهده نیست و در عمق مواد خوراکی نفوذ می‌کنند، برای مصرف مواد غذایی که دچار کپک شده‌اند، چه توصیه‌ای دارید؟ <b>مواد غذایی کپک زده، حتی بعد از برداشتن کپک آن مصرف نشود.</b>	دی ۱۴۰۲
۴۳	از عواملی که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شوند، دو مورد را نام ببرید. <b>عوامل شیمیایی - عوامل بیولوژیکی - عوامل فیزیکی - عوامل مکانیکی</b>	دی ۹۹
۴۳	استفاده غیر مجاز از سموم دفع آفات نباتی در هنگام کشاورزی از عوامل شیمیایی فساد در مواد غذایی است. <b>درست</b>	خرداد ۱۴۰۱ (خ)
۴۳	هر یک از موارد زیر مربوط به کدام یک از عوامل ایجاد فساد در مواد غذایی است؟ افزودنی‌های مواد غذایی <b>شیمیایی</b>	شهریور ۱۴۰۱ (خ)
۴۳	کدام یک از عوامل زیر جزء <b>عوامل بیولوژیکی</b> ایجاد فساد در مواد غذایی می‌باشد؟ <b>۱. جوندگان ۲. افزودنی‌ها ۳. رطوبت ۴. ضربه دیدن</b>	دی ۹۹ (خ)
۴۴ و ۴۳	هر یک از موارد زیر اشاره به کدام عامل ایجاد فساد مواد غذایی دارد؟ الف - استفاده غیر مجاز از حشره‌کش‌ها در هنگام کاشت <b>شیمیایی</b> ب - سرپوشیده نگه داشتن مجاری فاضلاب <b>بیولوژیکی</b> ج - نگهداری مواد غذایی فاسد شدنی در یخچال <b>فیزیکی</b>	دی ۱۴۰۱
۴۴	نور و زمان از عوامل (مکانیکی - <b>فیزیکی</b> ) هستند که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شوند.	شهریور ۹۸ (خ)
۴۴	رطوبت از جمله عوامل (مکانیکی / <b>فیزیکی</b> ) است که باعث ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شود.	خرداد ۹۹
۴۴	حرارت، مربوط به کدام یک از عوامل فساد مواد غذایی است؟ <b>عوامل فیزیکی</b>	خرداد ماه ۱۴۰۲ (خ)
۴۴	نگهداری مواد غذایی فاسد شدنی در یخچال، برای مقابله با کدام عامل ایجاد فساد در مواد غذایی می‌باشد؟ <b>۱. مکانیکی ۲. فیزیکی ۳. شیمیایی ۴. بیولوژیکی</b>	خرداد ماه ۱۴۰۲
۴۴	هر یک از موارد زیر مربوط به کدام یک از عوامل ایجاد فساد در مواد غذایی است؟ <b>رطوبت فیزیکی</b>	شهریور ۱۴۰۱ (خ)
۴۵	ضربه دیدن میوه‌ها در حین برداشت از عوامل ( <b>مکانیکی</b> - فیزیکی) است که باعث فساد آنها می‌شود.	خرداد ۹۹
۴۵	ضربه دیدن در حین برداشت، انتقال نگهداری مواد غذایی از عوامل ..... فساد مواد غذایی است. <b>۱. مکانیکی ۲. فیزیکی ۳. شیمیایی ۴. بیولوژیکی</b>	دی ۹۷
۴۵	میوه‌های ضربه دیده با گذشت زمان فاسد می‌شوند <b>نفوذ کپک‌ها و باکتری‌ها از محل نقاط آسیب دیده به درون میوه</b>	خرداد ۹۹ (خ) خرداد ۱۴۰۱ خرداد ماه ۱۴۰۲
۴۵ و ۴۴	از عوامل مکانیکی ایجاد فساد مواد غذایی، می‌توان به تخریب بافت ماده غذایی اشاره کرد <b>نادرست</b> <b>اگر درجه حرارت (عامل فیزیکی) محیط برای بافت و نوع ماده غذایی مناسب نباشد، بافت آن تخریب شده یا تغییرات نامطلوب در ماده غذایی ایجاد میشود.</b>	شهریور ۱۴۰۱
۴۵ تا ۴۳	جدول زیر در رابطه با عوامل ایجاد فساد مواد غذایی است هر یک از موارد ستون "الف" با یکی از موارد ستون "ب" ارتباط منطقی دار آنها را پیدا کنید و در برگه پاسخ نامه بنویسید	دی ۹۸

بسمه تعالی  
گروه سلامت و بهداشت استان آذربایجان شرقی

		"ستون الف"	"ستون ب"
		شیمیایی <u>۴</u>	۱. ترشحات دهان سوسک های خانگی
		بیولوژیکی <u>۱</u>	۲. ضربه دیدن میوه ها در هنگام برداشت
		مکانیکی <u>۲</u>	۳. نامناسب بودن درجه حرارت محیط
		فیزیکی <u>۳</u>	۴. استفاده از حشره کش ها در هنگام کاشت
<b>بیماری های ناشی از غذا</b>			
دی ۱۴۰۱	یکی از بیماری های شایع غذازاد، ..... است. <u>مسمومیت غذایی</u>	۴۵-ف	
شهریورماه ۱۴۰۲	گسترش استفاده از غذاهای خیابانی، یکی از علل بیماری های ..... می باش <u>غذازاد</u>	۴۵	
خرداد ۱۴۰۱ (خ)	یک مورد از علل بیماری های غذازاد (بیماری های ناشی از غذا) را بنویسید. <u>پایین بودن سطح بهداشت فردی یا بهداشت محیط، عدم دسترسی به آب سالم، گسترش استفاده از غذاهای خیابانی و نبودن نظارت</u>	۴۵	
شهریور ۹۸ شهریور ۹۹	بیماری های غذازاد <u>بیماری های غذازاد یا بیماری های ناشی از مصرف غذاهای آلوده و غیر بهداشتی (بیماریهای غذازاد یا بیماریهای ناشی از غذا، بیماری هایی هستند که به عللی از جمله پایین بودن سطح بهداشت فردی یا بهداشت محیط، عدم دسترسی به آب سالم، گسترش استفاده از غذاهای خیابانی و نبودن نظارت و... ایجاد می شون)</u>	۴۵	
دی ۹۹ (خ)	مسمومیت های غذایی به علت آلودگی مواد غذایی به چه عواملی ایجاد می شوند؟ دو مورد را بنویسید. <u>مسمومیت های غذایی که به علت آلودگی مواد غذایی به باکتریها، ویروسها و سایر عوامل بیماریزا در اثر عدم رعایت اصول بهداشتی و مصرف غذاهای ناسالم ایجاد می شود.</u>	۴۶	
دی ۱۴۰۲	آلودگی مواد غذایی به باکتریها، ویروسها و سایر عوامل بیماریزا موجب بیماریهای غذایی می شود. <u>نادرست (مسمومیت های غذایی)</u>	۴۶	
خرداد ۹۹	دو مورد از دلایل بروز عفونت های غذایی را نام ببرید. <u>آلودگی مواد غذایی به انواع مواد شیمیایی، سموم قارچی، آفت کش ها، فلزات سنگین و حشره کش ها</u>	۴۶	
شهریورماه ۱۴۰۲	عفونت های غذایی به علت آلودگی مواد غذایی به (ویروس / <u>آفت کش</u> / کرم کدو) ایجاد می شود.	۴۶	
خردادماه ۱۴۰۲	وجود کرم کدو در گوشت گاو، باعث ( <u>بیماری</u> / مسمومیت / عفونت) غذایی می شود.	۴۶	
<b>توصیه های خودمراقبتی برای داشتن تغذیه سالم، ایمن و بهداشتی</b>			
خرداد ۱۴۰۱	برای داشتن تغذیه سالم، باید دریافت فیبر غذایی روزانه را کاهش داد. <u>نادرست (افزایش)</u>	۴۶	