



دفتر خدمات سلامت
تحت نظارت دانشگاه علوم پزشکی شیراز
شماره مجوز: ۹۵۹۷۶۹۷
مدیر دفتر: نکوئی



بانک سوالات



مباحث



دفتر خدمات سلامت

تحت نظارت دانشگاه علوم پزشکی شیراز

شماره مجوز: ۹۵۹۷۶۹۷۰

مدیر دفتر: نکویی

- بهداشت فردی
- آلودگی هوا
- بهداشت آب و فاضلاب
- قوانین و مقررات
- بیماری های واگیر و غیر واگیر
- کنترل دخانیات
- روش های گندزدایی
- بهداشت حرفه ای
- کنترل ناقلین و مدیریت پسماند
- مواد غذایی



بهداشت فردی

تعریف سلامتی از دیدگاه سازمان جهانی بهداشت کدام است ؟

جواب : بنا بر تعریف سازمان جهانی بهداشت (who) ، سلامت تنها فقدان بیماری یا نقص عضو در بدن نیست بلکه داشتن هیچ‌گونه مشکل روانی، اجتماعی، جسمانی برای هر فرد جامعه و رفاه کامل اوست.

عوامل موثر بر سلامتی را نام ببرید.

جواب: سطح سواد و تغذیه - وسعت و کیفیت ارائه خدمات بهداشتی - شیوه های زندگی مردم - عوامل محیطی - عوامل ژنتیکی و فردی

مواردی که به منظور بهداشت پوست می بایست رعایت شوند نام ببرید.

جواب: اجتناب از شنیدن صداهای بلند در بلند مدت - نظافت گوش (بایستی تمامی جوانب لاله گوش شستشو شود البته مواظب باشیم که کف صابون و یا آب وارد مجرای شنوایی نشود.)- مراجعه به پزشک در صورت نیاز

مواردی که به منظور بهداشت گوش می بایست رعایت شوند نام ببرید.

جواب: استحمام - شستشو و تعویض لباسها- استفاده از آب ولرم - استفاده از لوازم شخصی - رژیم غذایی صحیح و سرشار از ویتامین - پرهیز از مصرف مواد آلرژی زا - اجتناب از آفتاب زدگی-دوری از گرد و غبار و آلودگی های محیطی

مواردی که به منظور بهداشت مو می بایست رعایت شوند نام ببرید.



ویرایش با WPS Office

جواب : شانه زدن روزانه-استفاده از شامپوی مناسب-رعایت بهداشت در آرایش و کوتاه کردن مو

کدامیک از گزینه ها تعریف سلامتی از دیدگاه سازمان جهانی بهداشت نمی باشد؟

الف) نداشتن بیماری و نقص عضو

ب) نداشتن مشکلات روانی و اجتماعی

ج) داشتن شغل متناسب با تخصص فردی

د) داشتن رفاه و آسایش کامل جسمی،روحي و روانی



سلامت چیست؟

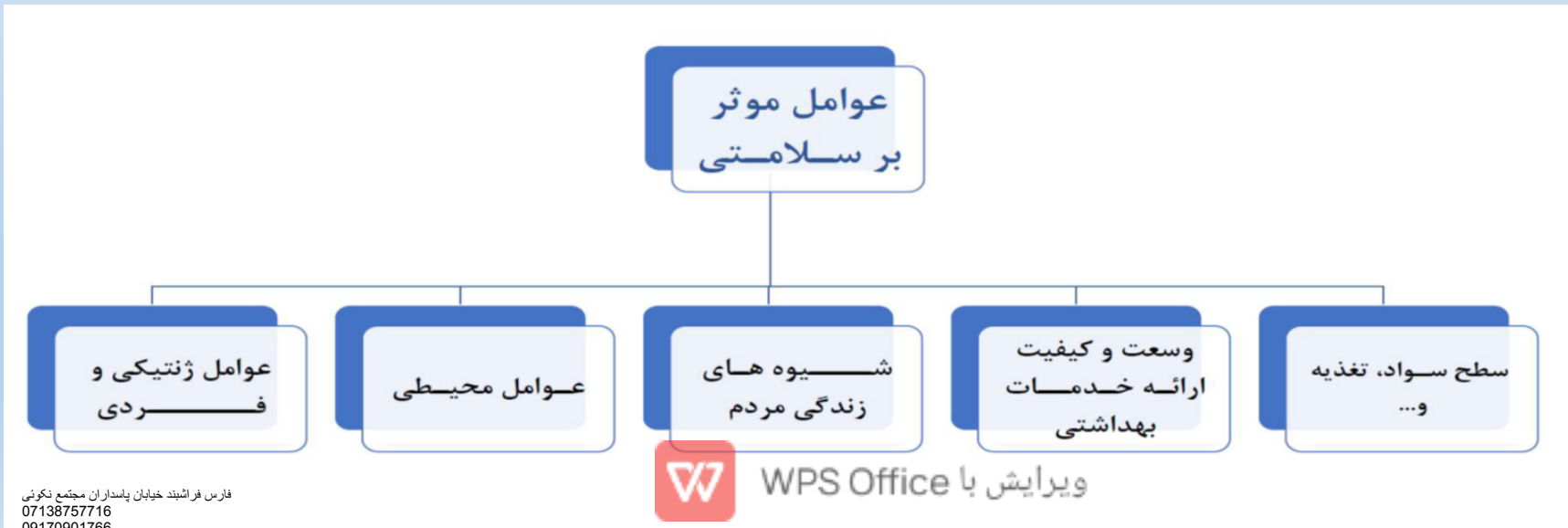
بنابر تعریف سازمان جهانی بهداشت (who) ، سلامت تنها فقدان بیماری یا نقص عضو در بدن نیست بلکه نداشتن هیچ گونه مشکل روانی، اجتماعی، جسمانی برای هر فرد جامعه و رفاه کامل اوست.



ویرایش با WPS Office

عوامل موثر بر سلامتی انسان کدام است؟

- الف) سطح سواد و تغذیه
- ب) عوامل محیطی
- ج) عوامل ژنتیکی و فردی
- د) همه موارد



همه موارد از رعایت بهداشت پوست است به غیر از:

- الف) استفاده از آب ولرم
- ب) استفاده از نخ دندان
- ج) نظافت حمام
- د) شستشو و تعویض لباس ها



در رعایت بهداشت لباس کار کدام مورد نادرست است؟

- الف) لباس کار باید الزاما به رنگ سفید یا روشن باشد
- ب) از کلاه جهت جلوگیری از ریزش مو استفاده گردد
- ج) جهت جلوگیری از کثیف شدن آستین لباس به طرف بالا برگردانده و لوله شود
- د) استفاده از کفش متناسب با کار

بهداشت لباس:

- استفاده از روپوش به رنگ سفید یا روشن، فاقد لک و پارگی و متناسب با نوع کار
- استفاده از کلاه (مانع ریختن مو و عرق میشود)
- پیشبند (تعویض راحت - جلوگیری از سوختگی های غیرمنتظره)
- کفش متناسب با کار



بهداشت مو با تمام کارهای زیر صورت میگیرد به جز:

الف (شانه زدن روزانه

ب) استحمام روزانه و شستن موها دوبار در روز

ج) رعایت بهداشت در آرایش و کوتاه کردن مو

د) استفاده از شامپوی مناسب



بهداشت مو:

- شانه زدن روزانه
- استفاده از شامپوی مناسب
- رعایت بهداشت در آرایش و کوتاه کردن مو



ویرایش با WPS Office

تمام موارد زیر از رعایت بهداشت فردی حین کار است به جز:

- الف) شستشو و ضدعفونی دست ها بطور مرتب در مشاغل مرتبط با مواد غذایی
- ب) تعویض دستکش ها بعد از هر بار تماس با وسایل و ابزار کار
- ج) عدم لمس و خاراندن پوست صورت ، موی سر و سایر اعضای بدن
- د) پوشاندن دهان با همان دستکش به هنگام سرفه و عطسه

رعایت اصول بهداشت فردی در حین کار :

- ۱- استفاده از دستکش در حین تماس با مواد غذایی
- ۲- تعویض دستکش ها پس از هر بار تماس با وسایل و ابزار کار
- ۳- در هنگام کار از خاراندن پوست صورت ، موی سر و سایر اعضای بدن خودداری گردد.
- ۴- شستشو و ضد عفونی دستها بطور مرتب در مشاغل مرتبط با مواد غذایی



ویرایش با WPS Office

بهترین روش برای درمان و کاهش چربی خون است .

الف (تغییر سبک زندگی و رعایت رژیم غذایی مناسب

ب) مصرف روغن حیوانی

ج) مصرف روغن نباتی

د) عمل جراحی

بهترین روش برای کاهش و درمان چربی خون تغییر سبک زندگی و رعایت رژیم غذایی مناسب است. برچسب‌های ارزش‌های غذایی را بررسی کنید: در مصرف خوردنی‌هایی که چربی اشباع و کلسترول بالا (رنگ زرد و قرمز در جدول ارزش غذایی) دارند، زیاده‌روی نکنید یا بپرهیزید. خوردن غذاهای دارای نمک زیاد هم برای سلامت کلی قلب و عروق توصیه نمی‌شود. اضافه وزن خطر کلسترول بالا، فشار خون و دیابت نوع ۲ را بالا برده و احتمال گرفتگی رگ‌های قلبی را افزایش می‌دهند. کاهش وزن، به خصوص سوزاندن چربی‌های شکمی، کلسترول خوب را بالا برده و میزان چربی خون را کاهش می‌دهد.



ویرایش با WPS Office

کدام یک از علائم هشداردهنده سرطان نمی باشد؟

- الف (تغییر در خال های پوستی
- ب (زخم های بدون بهبود
- ج (توده در هر جای بدن
- د (سر درد

علائم هشدار دهنده سرطان :

- ابتلای به سرطان در اقوام درجه یک
- تغییر در خال های پوستی
- زخم های بدون بهبود
- توده در هر جای بدن
- سرخه یا گرفتگی صدای طولانی مدت
- احتلال بلع یا سوزش مفاصل طولانی
- استفراغ یا سرفه خونی
- اسهال یا یبوست طولانی
- خونریزی غیر طبیعی ادرار، مدفوع، واژن، نوک پستان
- بی اشتها یا کاهش وزن بی دلیل



همه افراد زیر در معرض دیابتند به غیر از:

الف (عدم تحرک فیزیکی

ب (بالای 45 سال

ج (داشتن سابقه بیماری عروقی

د (فشار خون پایین

افراد در معرض دیابت:

۱- اضافه وزن

۲- سابقه دیابت خانوادگی

۳- بالای ۴۵ سال

۴- فشار خون بالا

۵- چربی خون

۶- عدم تحرک فیزیکی

۷- مبتلا بودن به کیست های متعدد نخاعی

۸- داشتن سابقه بیماری عروقی

دیابت میتواند عامل موارد زیر باشد:

۱- تخریب اعصاب

۲- نارسایی کلیه

۳- نابینایی

۴- بیماری های قلبی و عروقی مغزی



کدامیک از علل آلودگی هوا در فضای بسته می باشد؟

الف (استعمال دخانیات

ب (آلودگی های خانگی

ج (آلودگی ناشی از وسایل نقلیه موتوری

د (آلودگی صنعتی

مهمترین علل آلودگی هوا:

در فضای باز: آلودگی ناشی از وسایل نقلیه موتوری، آلودگی های صنعتی، آلودگی های خانگی

در فضای بسته: وسایل گرمایی بدون دودکش، استعمال دخانیات (دود سیگار، قلیون، تنباکو) وسایل پخت و پز، ذرات جامد، گاز رادون، بوی رنگ، دی اکسید کربن، متواکسید کربن، اکسید ازت و ...



کدامیک از موارد زیر از آلاینده های اصلی هوا می باشند؟

الف) CO2

ب) SO2

ج) PM

د) همه موارد

آلاینده های اصلی هوا
Air Pollution



NO_x

گاز قهوه ای رنگ و بدبو
موجب تحریک چشمها و ریه شده و به بروز
خستگی و افزایش موارد بیماری می انجامد.
بیشتر توسط خودرو های سنگین و لکوموتیو
تولید می شود.



SO₂

گاز بی رنگ و بی بو
موجب تحریک مجاری تنفسی، برونشیت و
آسم می شود.
در اکثر موارد بدلیل احتراق گازوئیل و مازوت
ایجاد می شود.



CO₂

گاز بی رنگ و بی بو
موجب سرگیجه، خستگی تحریک اعصاب و
بیهوشی می شود.
بیشتر توسط خودرو ها و موتور های
احتراق داخلی تولید می شود.

ذرات معلق آلاینده در هوا

در تشدید بیماریهای قلبی، کاهش مقاومت سیستم ایمنی بدن، از بین رفتن بافت ریه و سرطان نقش صمدهای دارد.
اکثرا بدلیل حرکت توده های گرد و خاک کنترل نشده و نیز توسط خودروهای سنگین و موتور سیکلت های دو
چرخه ای ایجاد می شود.



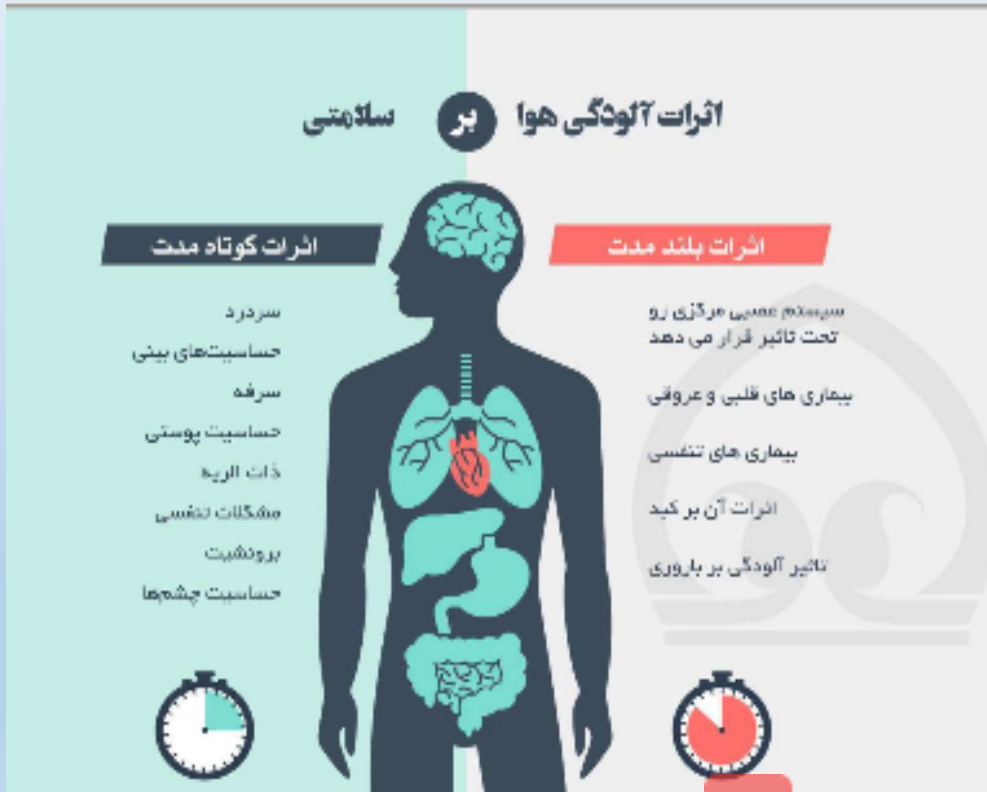
PM



ویرایش با WPS Office

کدام یک از موارد زیر جزء اثرات کوتاه مدت آلودگی هوا بر سلامت انسان نیست ؟

- الف) حساسیت های بینی
- ب) تأثیر آن بر باروری
- ج) سرفه
- د) حساسیت چشم ها



کدامیک از راه های کنترل آلودگی هوا در فضای بسته نیست ؟

الف) کلیه وسایل حرارتی بایستی طوری تنظیم گردد که با شعله آبی بسوزد.

ب) درز و شکافهای در و پنجره ها کامل پوشانده نشود تا تهویه طبیعی هوا انجام گردد.

ج) تنظیم موتورخانه های مرکزی برج ها و مجتمع های بزرگ

د) استفاده و یا نگهداری سموم و مواد شیمیایی مثل حشره کش ، آفت کش و... تهدیدکننده سلامتی است و باید در محل مناسب و در ظروف سربسته نگهداری شود

برای کنترل آلودگی هوا در محیط های بسته باید به چند نکته مهم توجه شود:

در صورت استفاده از بخاریهای بدون دودکش و چراغهای خوراک پزی باید دقت شود که با شعله آبی بسوزد، روشن کردن آنها در خارج از محیط های بسته انجام شود.

در هنگام نصب بخاریها و وسایل گرمایش دودکش دار، از بازبودن مسیر دودکش مطمئن گردیده و کلاhek مناسب در انتهای دودکش نصب شود. جهت اطمینان از محکم بودن اتصالات دودکش ، بایستی آنها را بطور مرتب کنترل کرد.

از استعمال دخانیات در محیط های بسته خودداری شود.

در قسمت های مورد نیاز نسبت به تامین تهویه طبیعی و مصنوعی اقدام شود.



منابع تامین آب را نام برده و به اختصار توضیح دهید

منابع تأمین آب

ریزشهای جوی ناشی از گردش آب در طبیعت، بر روی سطح زمین باعث به وجود آمدن آب اقیانوسها، دریاها، رودخانه ها، نهرها و آبهای زیرزمینی شده است.

ریزشهای جوی منجر به تشکیل منابع آبهای سطحی و زیرزمینی میگردد :

۱. آبهای سطحی:

قسمتی از آب حاصل از نزولات جوی نظیر آب باران و آب حاصل از ذوب برف در سطح زمین روان شده و جریانهای سطحی را بوجود می آورد. این جریانها به هم میپیوندند و رودخانه ها را تشکیل میدهند.

۲. آبهای زیرزمینی (چاه، چشمه، قنات) :

بخشی از آب های سطحی ناشی از بارش باران و برف و تگرگ در اثر نیروی جاذبه وارد محیط متخلخل خاک شده و به سمت پایین حرکت می کند. وقتی این آب ها به یک لایه نفوذ ناپذیر مانند رس یا سنگ برخورد می کند در روی این لایه انبار می شود و مخازن طبیعی آب یا همان سفره های آب زیر زمینی را تشکیل می دهد.



15 - کدامیک از دلایل تصفیه بهداشتی فاضلاب نمی باشد؟

الف) استفاده مجدد از آن برای مصارف خانگی و آشامیدنی

ب) اطمینان از آلوده نشدن منابع آب طبیعی به میکروب ها و گسترش بیماری در عموم

ج) جلوگیری از بوی نامطبوع و ازدیاد حشرات و جوندگان با رهاسازی در محیط

د) استفاده مجدد از آن برای مصارف غیر خانگی مثل فضای سبز

تحت هیچ شرایطی استفاده مجدد از فاضلاب برای مصرف خانگی و آشامیدنی مجاز نمی باشد



16- کدام یک از مشخصات فیزیکی آب آشامیدنی می باشد ؟

الف) حد مطلوب دمای آب آشامیدنی بین 30 تا 40 درجه سانتی گراد است

ب) رنگ آب میتواند شفاف نباشد

ج) شفاف و بی بو

د) وجود نمک های آهن و منگنز مشکلی ندارد

مشخصات فیزیکی آب آشامیدنی

• تالوصحم ناهایگ هیزجت ، اه کبلج لماش بولطمان یوب و معط داجیا لماوع : **وب و معط**
دشاییم بآ ندوب دکار و (اه ناتمولاه یرت) ینز رلک زا یشان

" آب آشامیدنی باید بدون هرگونه رنگ، طعم و بوی نامطلوب باشد "

• قلعم داوم رثا رد الومعم و دنک یم صخشم ار بآ ندوب لالز و تیفافش نازیم : **ترودک**
. دوش یم داجیا

• ای و زنگتم و نهآ یاه کمن دوجو، یهایگ تاییکرت دوجو لیلد هب دناوت یم بآ گنر : **گنر**
. دنک رییغت یتعنص یاه هدنیالآ

• هجرد 20 ات 10 نیب ار یندیماشآ بآ یامد بولطم دح تشادهب یناهج نامزاس : **بآ یامد**
.تسا هدرک داهنشپپ دارگ یتناس



17- کدام یک از منابع اصلی آلاینده آب می باشند؟

الف) آلودگی های فیزیکی شامل گل ولای و شاخ و برگ

ب) آلودگی های شیمیایی شامل شوینده ها ، سموم دفع آفات

ج) موارد الف و ب صحیح میباشد.

د) هیچکدام

منابع آلاینده آب

- آلودگی های فیزیکی : گل و لای ، شاخ و برگ درختان و اجساد حیوانات
- آلودگی های شیمیایی : شوینده ها ، سموم دفع آفات ، کودهای شیمیایی
- آلودگی های بیولوژیکی : آلودگی های میکروبی مثل ویروس ها ، باکتری ها و انگل ها



18- بیماری های منتقله از آب از کدام مورد زیر ایجاد می گردد؟

الف) از طریق عدم رعایت بهداشت بدلیل عدم دسترسی به آب سالم

ب) از طریق آشامیدن آب آلوده

ج) از طریق استنشاق هوای آلوده به ذرات بخار آب حاوی مواد ایجاد کننده بیماری

د) همه موارد

به طور کلی بیماری های منتقله از آب از چند طریق ایجاد می گردند:

۱. از طریق آشامیدن آب آلوده مانند وبا، حصبه، اسهال خونی باکتریال و اسهال کودکان
۲. از طریق عدم رعایت بهداشت به دلیل عدم دسترسی به آب کافی و سالم مانند شیستوزومیازیس
۳. بیماریهای منتقله توسط میزبان واسط در آب مانند شیستوزوماها متوبیوم از طریق حلزون
۴. بیماریهای منتقله توسط حشرات ناقل آبی یا مرتبط با آب مانند مالاریا توسط پشه آنوفل
۵. بیماریهای منتقله توسط استنشاق هوای آلوده به ذرات بخار آب حاوی ارگانوسمهای ایجادکننده بیماری مانند باکتری لژیونلا که از سیستم های تهویه مرکزی و کولر آبی و طویله ها از آنها هم منتقل میشود.

19- کدام یک روش گندزدایی فیزیکی آب است؟

الف) روش استفاده از ید، کلر، یون نقره

ب) روش استفاده از اشعه ایکس

ج) روش جوشاندن آب

4) گزینه الف و ج

هدف از گندزدایی آب از بین بردن یا غیر فعال کردن میکروارگانیسم های بیماریزای احتمالی موجود در آب خام می باشد که از روش های زیر انجام میگیرد:

1. روش فیزیکی: ساده ترین روش گندزدایی کردن آب، جوشاندن آن است. عموماً جوشاندن آب به مدت 1 تا 2 دقیقه با تلاطم شدید، بیشتر باکتری ها و ویروس های بیماریزا را از بین خواهد برد.
2. استفاده از مواد شیمیایی: از جمله کلر، ازن، ید و یون نقره که متداولترین آن کلر و مشتقات آن است. کلر به عنوان یک اکسیدکننده قوی سبب از بین رفتن باکتریهای بیماریزا می شود. کلر زنی علاوه بر از بین بردن عوامل میکروبی بیماریزا از آلودگی میکروبی ثانویه نیز جلوگیری می کند و عوامل مولد طعم و بوی نامطبوع را نیز از بین می برد.
3. روش پرتو دهی: در این روش از پرتو های مختلف مانند اشعه ایکس، گاما، ماوراء صوت و فرا بنفش استفاده می شود.

قوانین مقررات

خود اظهاری بهداشتی را تعریف نمایید؟

اظهار مالک، مدیر یا متصدی مراکز و اماکن عمومی یا ارائه دهنده خدمات در فواصل بازرسی بهداشتی مبنی بر انطباق محل، کالا و خدمات ارائه شده با قوانین و مقررات بهداشتی می باشد



وزارت بهداشت مجاز است بازرسی خود را در اجرای وظایف تعیین شده در هر زمان به مراکز و اماکن مشمول این آیین نامه اعزام نماید. مالکین، مدیران، متصدیان و نمایندگان آن ها در مراکز و اماکن ذکر شده می باشند.

الف) مکلف به همکاری

ب) مجاز به همکاری

ج) مختار به همکاری

د) هیچکدام

ماده 3- وزارت مجاز است بازرسی خود را در ارجای وظایف تعیین شده در هر زمان به مراکز و اماکن مشمول این آیین نامه اعزام نماید. مالکین، مدیران، متصدیان و نمایندگان آن ها در مراکز و اماکن ذکر شده مکلف به همکاری می باشند .

کدامیک تعریف کاملتری از خود کنترلی بهداشتی می باشد؟

الف) کنترل و پایش مداوم مالک، مدیر یا متصدی مراکز عمومی از نظر بهداشت فردی

ب) کنترل و پایش مداوم مالک، مدیر یا متصدی مراکز عمومی از نظر انطباق با شرایط بهداشتی واحد خود با قوانین و مقررات بهداشتی

ج) کنترل و پایش مداوم مالک، مدیر یا متصدی مراکز عمومی از نظر قیمت گذاری محصولات

د) ارائه اظهار نامه بهداشتی توسط مالک به مسئول بهداشت محل

خود کنترلی و خود اظهاری بهداشتی

کنترل و پایش مداوم مالک، مدیر یا متصدی مراکز و اماکن عمومی و یا ارائه دهنده خدمات در زمینه کنترل موارد بحرانی و غیربحرانی و انطباق شرایط بهداشتی واحد خود با قوانین و مقررات بهداشتی می باشد.

اظهار مالک، مدیر یا متصدی مراکز و اماکن عمومی یا ارائه دهنده خدمات در فواصل بازرسی بهداشتی مبنی بر انطباق محل، کالا و خدمات ارائه شده با قوانین و مقررات بهداشتی می باشد.



مسئولیت پیگیری و اقدام تا رفع کامل نواقص بهداشتی به عهده..... خواهد بود.

الف) بازرس بهداشت

ب) مالک، مدیر یا متصدی مراکز و اماکن مربوطه

ج) کارگران مشغول در صنف

د) کارشناس بهداشت دفتر خدمات سلامت

ماده 23- مسئولیت پیگیری و اقدام تا رفع کامل نواقص بهداشتی بعهده مالک ، مدیر یا متصدی مراکز و اماکن مربوط خواهد بود



مطابق قانون اصلاح ماده 13 چه افرادی مشمول اخذ کارت بهداشت و گواهی نامه معتبر آموزش بهداشت اصناف می باشند؟

الف) متصدی

ب) کارکنان فصلی

ج) کارکنان تمام وقت

د) همه موارد

همه کارکنان مشمول اعم از دائم، موقت، پاره وقت و فصلی یا افرادی که تازه استخدام شده اند قبل از شروع به کار باید کارت بهداشت را دریافت نمایند.



در صورت وجود هریک از نواقص بحرانی واحد/مکان/قسمت مربوطه با مهلت به منظور رفع نواقص بهداشتی، غیرفعال و یا بطور موقت تعطیل گردد.

الف) دو ماه

ب) 5 روز

ج) 48 ساعت

د) 24 ساعت

در صورت وجود هر یک از نواقص بحرانی، واحد/مکان/قسمت مربوطه با مهلت 48ساعته به منظور رفع نواقص بهداشتی، غیر فعال و یا بطور موقت تعطیل گردد .



در صورت عدم رفع هریک از نواقص بحرانی بعد از 48 ساعت، واحد/مکان/قسمت مذکور با دستور مسئول بهداشت محل به مدت حداکثر پلمپ میگردد و پرونده مالک/مدیر/متصدی به دادگاه ارجاع میگردد.

الف) یک ماه

ب) یک روز

ج) یک هفته

د) برای همیشه

در صورت عدم رفع هریک از نواقص بحرانی بعد از 48 ساعت، واحد/مکان/قسمت مذکور با دستور مسئول بهداشت محل به مدت حداکثر یک هفته پلمپ می گردد و پرونده مالک/مدیر/متصدی به دادگاه ارجاع می گردد،



در صورت وجود هر یک از نواقص غیربحرانی، حداکثر به مدت به مالک/مدیر/
متصدی مهلت داده میشود تا نسبت به رفع نواقص بهداشتی در مهلت تعیین اقدام نماید.

الف) یک روز

ب) سه روز

ج) 60 روز

د) 3 ماه

در صورت وجود هر یک از نواقص غیربحرانی، حداکثر به مدت 60 روز به مالک/مدیر/متصدی مهلت داده
می شود تا نسبت به رفع نواقص بهداشتی در مهلت تعیین شده اقدام نماید.



کدامیک از مجازات محو یا شکستن مهر و پلمپ و سرقت نوشته ها می باشد؟

الف) 3 ماه تا 2 سال حبس

ب) جریمه نقدی

ج) تعطیلی دائم واحد صنفی

د) اخطار شفاهی

ماده 543- هرگاه محل یا چیزی بر حسب امر مقامات صالح رسمی مهر یا پلمپ شده باشد و یا کسی عالما و عامدا آن را بشکند یا محو نماید یا عملی مرتکب شود که در حکم محو یا شکستن پلمپ تلقی شود ، از 3 ماه تا 2 سال محکوم به حبس خواهد شد .
در صورتی که مستحفظ آن مرتکب شده باشد به حبس از یک تا دو سال محکوم می شود و اگر ارتکاب به واسطه اهمال مستحفظ واقع گردد مجازات مستحفظ یک تا شش ماه حبس یا حداکثر 74 ضربه شلاق خواهد بود.



در صورتیکه مواد تاریخ مصرف گذشته و یا فاقد مجوزهای لازم در صنف مشاهده شود حکم آن چیست؟

الف) تذکر شفاهی

ب) معدوم نمودن آن با رضایت متصدی و ارجاع پرونده به مراجع قضایی

ج) جریمه نقدی

د) در صورتیکه متصدی مسئولیت آن را به عهده بگیرد موردی ندارد

ماده 31- بازرسین در صورت مشاهده مواد تاریخ مصرف گذشته مشمول این آئین نامه ، فاقد مجوزهای لازم از وزارت (مواد خوردنی، آشامیدنی، آرایشی و بهداشتی مشمول مجوز) و فاسد، مجاز خواهند بود ضمن معرفی متخلف به مراجع قضایی مواد مذکور را توقیف و جمع آوری نموده و در صورتی که مواد توقیف و جمع آوری شده دارای ارزش حدکثر تا پنج میلیون ریال باشند مطابق نظر کارشناسی راساً به تهیه صورت مجلس و با رضایت صاحب کالا معدوم نمایند و یا با رعایت اصول بهداشتی برای مصارف دامی با مجوز سازمان دامپزشکی کشور و موارد مصارف غیرمستقیم انسانی با مجوز ارگان های ذیصلاح ارجاع دهند. و در صورت عدم رضایت صاحب کالا و یا ارزش بیش از پنج میلیون ریال، پرونده متخلف منضم به کلیه مستندات توسط مسئول بهداشت محل به مراجع قضایی جهت بررسی و اقدام مقتضی ارسال خواهد شد



مدیران، متصدیان و شاغلین در مراکز و اماکن مشغول ماده 13 ملزم به اخذ موارد زیر
میباشند به جز:

الف) کارت بهداشت

ب) خودکنترلی و خوداظهاری بهداشتی

ج) حضور دایم کارشناس بهداشت در صنف

د) گواهینامه دوره آموزشی بهداشت اصناف

اخذ کارت بهداشت معتبر و گواهینامه معتبر آموزشگاه بهداشت اصناف، خودکنترلی و خوداظهاری
بهداشتی در همه زمان های فعالیت برای همه کارکنان مشمول الزامی است.



بیماری های واگیر و غیر واگیر

- 1- میزبان اصلی عامل بیماری کیست هیداتیک چه موجوداتی هستند؟
- 2- راه های انتقال تب کریمه کنگو را نام ببرید
- 3- انتقال کرم اسکاریس از چه طریقی می باشد؟
- 4- راه های انتقال کرم کدو(تنیا) را نام ببرید.
- 5- علائم اسهال آمیبی را ذکر نمایید.
- 6- اسهال امیبی از کدام دسته بیماری هاست و بیشتر در چه مناطقی شیوع دارد؟
- 7- اولین عضوی که بعد از ابتلا به هیاتیت دچار زردی میشود کدام است؟
- 8- خطرناک ترین نوع هیاتیت که تا مراحل آخر بیماری بدون علامت می باشد و مهم ترین علت سرطان کبد در ایران و جهان است کدام نوع می باشد؟
- 9- علل ایجاد بیماری هیاتیت را نام ببرید.
- 10- علل ایجاد بیماری آسم را نام ببرید.
- 11- هیاتیت نوع ب از چه راه هایی انتقال پیدا می کند.
- 12- شپش ها از چه طریقی منتقل می شود؟
- 13- بیماری های مشترک بین انسان و حیوان را ذکر نمایید؟
- 14- ناقل بیماری سالک چه موجودیست؟



30- میزبان اصلی عامل بیماری کیست هیداتیک چه موجوداتی هستند؟

الف) پشه ها

ب) سگ ها

ج) مگس ها

د) پرندگان

میزبان اصلی این کرم ها سگ سانان هستند و این کرم در روده باریک سگ های آلوده زندگی می کند. سگ سانان آلوده از طریق مدفوع خود تخم این کرمها را در مزارع و مراتع و سبزی کاریها پراکنده نموده و باعث آلودگی محیط میشوند.



31- کدام گزینه از راه های انتقال تب کریمه کنگو نمی باشد؟

الف) گزش کنه

ب) غذای پخته

ج) تماس با ترشحات انسان آلوده

د) تماس با ترشحات آلوده و لاشه تازه دام

راه های انتقال بیماری تب کریمه کنگو:

گزش کنه ☒

تماس با ترشحات آلوده و لاشه تازه دام ☒

تماس با ترشحات انسان بیمار ☒



32- انتقال کرم اسکاریس از چه طریقی می باشد؟

- الف) آب
- ب) خاک
- ج) غذایی آلوده
- د) همه موارد

اسکاریس مشهورترین کرم حلقوی است که بعد از کرمک بالاترین نسبت آلودگی را در سطح جهان دارا می باشد . کرمی است بزرگ و گرد شبیه کرم خاکی ، به رنگ زرد که در درون روده کوچک بسر می برد و اندزه آن بین ۳۵ . ۱۵ سانتیمتر است . کرم های گرد در لوله گوارش رشد می کنند این انگل ها مسری بوده و در همه سنین دیده می شوند، ولی در کودکان شایعترند.

تخم انگل از طریق آب، خاک و غذای آلوده وارد بدن میشود.



33- کدام گزینه راه انتقال کرم کدو(تنیا) می باشد؟

الف) خوردن گوشت خان و نیمه پخته

ب) دست دادن و روبوسی

ج) هوا

د) مادر به نوزاد

از راه خوردن گوشت خام و نیمه پخته گاو یا خوک، بیماری به انسان سرایت میکند.



34- کدامیک از علائم اسهال آمیبی می باشد؟

الف) تب و دردهای دائمی

ب) دل پیچه و نفخ شکم

ج) اسهال آبکی شدید همراه با بلغم چرکی و خون

د) همه موارد

علائم اسهال آمیبی:

- اسهال آبکی شدید همراه با بلغم چرکی و خون
- تب
- نفخ شکم
- دل پیچه
- خستگی
- بی اشتها
- احساس عطش شدید

دردهای دائمی

• ویرایش با WPS Office

35- اسهال آمیبی از کدام دسته بیماری هاست و بیشتر در چه مناطقی شیوع دارد؟

الف) ویروسی _ سرد

ب) باکتری _ یخبندان

ج) انگلی _ گرم و مرطوب

د) ارثی _ خشک

آمیب ها گروهی از انگل ها هستند که بعضی از آن ها میتوانند در بدن انسان ایجاد بیماری کنند. در این بیماری آمیب هیستولیتیکا

(آنتاموبا هیستولیتیکا) نقش دارد .

این بیماری در مناطقی که دارای آب و هوای گرم و مرطوب و جمعیت زیاد هستند، شیوع بیشتری دارد . آمیب معمولاً باعث ایجاد اسهال



(بیشتر اسهال خونی) میگردد که به آن بیماری دستهای کثیف میگویند

36- اولین عضوی که بعد از ابتلا به هیپاتیت C (سی) دچار زردی می شود کدام است؟

الف) ناخن

ب) دندان ها

ج) سفیدی چشم

د) پوست

در این حالت، بیمار پس از یک دوره ی مقدماتی با نشانه هایی مانند تب، سرماخوردگی، تهوع، استفراغ و درد شکم دچار زردی میشود.

اولین عضوی که دچار زردی میشود سفیدی چشم ها است.



37_ خطرناک ترین نوع هیپاتیت که تا مراحل آخر بیماری بدون علامت می باشد و مهم ترین

علت سرطان کبد در ایران و جهان است کدام نوع می باشد ؟

الف (نوع آ

ب) نوع ب

ج) نوع سی

د) همه به یک میزان

هیپاتیت نوع ب

این بیماری مهمترین و شایع ترین علت سیروز (تنبلی) کبد در ایران و همچنین مهمترین علت سرطان کبد در ایران و جهان است.

تا مراحل آخر بیماری بدون علامت می باشد.

خطرناک ترین نوع هیپاتیت است

در صورت سهل انگاری در پیشگیری و درمان سیروز کبدی، سرطان کبد و در نهایت مرگ پدید می آید

38 _ کدامیک از علل ایجاد بیماری هیپاتیت نمی باشد ؟

الف (مشروبات الکلی

ب (ویروس ها

ج (مگس

د (بیماری های ارثی

التهاب و تورم سلول های کبد را یرقان ویروسی یا هیپاتیت می گویند. مشروبات الکلی ، داروها ، بیماریهای ارثی ، مواد شیمیایی، میکروبها و بخصوص ویروس ها از علل ایجاد کننده هیپاتیت هستند.



39 _ کدامیک از علل ایجاد بیماری آسم می باشد؟

الف (آلودگی هوا

ب) دود سیگار

ج) بندپایان بسیار ریز (مایت)

د) همه موارد

علل ایجاد بیماری آسم:

- آلودگی هوا
- عفونت های ویروسی دستگاه تنفس فوقانی
- دود سیگار
- گرد و غبار محیط های شغلی
- بندپایان بسیار ریزی که مایت نامیده میشوند.
- آلودگی محیط خانه
- تراکم زیاد گرده های گیاهان در فصول خاص از سال
- مواد غذایی خاص (حبوبات، شیرگاو، دانه های جو و گندم)
- دوری کردن از عوامل فوق باعث پیشگیری از بیماری آسم

میشود.



ویرایش با WPS Office

40_ کدامیک از علل ایجاد بیماری هیپاتیت ب می باشد ؟

الف (استفاده مشترک از دستگاه های ریش تراش و تیغ اصلاح

ب (حجامت غیر بهداشتی

ج (دست دادن ، روبوسی و عدم رعایت فاصله اجتماعی

د (مورد الف و ب

راه های انتقال هیپاتیت ب

- از طریق مادر به نوزاد
- دریافت خون آلوده
- تماس های جنسی
- استفاده مشترک از دستگاه ریش تراش
- استفاده مشترک از سرنگ آلوده
- دیالیز
- سابقه هیپاتیت ب در خانواده
- حجامت غیربهداشتی

سوراخ کردن غیربهداشتی گوش



ویرایش با WPS Office

41_ کدامیک از راه های انتقال شپش نمی باشد ؟

الف) استفاده از ظروف غذای مشترک

ب) استفاده از شانه ، کلاه و روسری مشترک

ج) استفاده از ملحفه و پتوی مشترک

د) تماس مستقیم فرد آلوده و فرد سالم

شپش حشره ای کوچک ، بدون بال و خونخوار است .

رطوبت و درجه حرارت بدن انسان را دوست دارند و تن ، سر و عا نه را آلوده می کنند

بیماریهای پدیکولوزیس تیفوس اپیدمیک، تب خندق، تب راجعه اپیدمیک، تیفوئید، تب ولگردان توسط شپش بدن انتقال می یابد و بیماری زرد زخم توسط شپش سر ایجاد میشود .

از طریق تماس مستقیم افراد سالم با افراد آلوده و همچنین از طریق تماس غیرمستقیم بصورت استفاده از وسایل شخصی آلوده(لباس ها، ملحفه، پتو، شانه،

کلاه، روسری و ...) انتقال میابد.

الف (ساس

ب (شپش

ج (پشه خاکی

د (کک

بیماریهای پوستی

سالک :

نوعی بیماری پوستی که از طریق گزش پشه خاکی به انسان منتقل میشود و به آن سالک اطلاق میگردد.
انواع سالک:

سالک خشک یا نوع شهری: در این نوع، صایحه پوستی دارای ظاهری خشک بوده ، تعداد زخمها کم و بدون درد میباشد.

مخزن بیماری عمدتاً بیماران مبتلا و به طور تصادفی سگها هستند. به این ترتیب پشه خاکی ماده پس از خونخواری از اطراف زخم سالک، آلوده شده و در خونخواری مجدد در فرد سالم باعث انتقال بیماری می شود.

سالک مرطوب یا نوع روستایی: زخم دارای ظاهری مرطوب بوده و دردناک میباشد. تعداد زخمها زیاد و وسیع بوده و بیشتر در دست و پا دیده میشود.

موش های صحرائی مخزن بیماری هستند و پشه خاکی ماده پس از خونخواری از موش صحرائی مبتلا، آلوده شده و در خونخواری مجدد در فرد سالم باعث انتقال بیماری می شود.



43_ کدام یک از موارد زیر بیماری مشترک بین حیوان و انسان نیست ؟

الف (سیاه زخم

ب (آسکاریس

ج (تب مالت

د (تب خونریزی دهنده (کریمه کنگو)

بیماری های مشترک بین انسان و حیوان



تب مالت

تب کریمه کنگو (تب خونریزی دهنده)

سیاه زخم

کیست هیداتیک

کنترل دخانیات

- 1 - مهمترین عامل مرگ های قابل پیشگیری چیست ؟
- 2 - چه میزان مواد سمی و سرطانزا در دود سیگار و قلیان و سایر مواد دخانی وجود دارد؟
- 3 - دود حاصل از مواد دخانی به چند طریق بر افراد مصرف کننده مواد دخانی و اطرافیان غیر مصرف کننده آن تاثیر میگذارد ؟ توضیح دهید ؟
- 4 - مصرف دخانیات چه تاثیراتی بر سلامت جسم و روان انسان دارد ؟



44 - بهداشت دستگاه تنفس با رعایت موارد زیر تامین میگردد به غیر از:

- الف (استفاده از ماسک
- ب (استفاده از سری قلیان شخصی
- ج (تهویه مطبوع
- د (عدم استعمال دخانیات

استفاده از قلیان چه با سری شخصی و چه بدون آن برای سلامتی مضر می باشد



45 - مهمترین عامل مرگ های قابل پیشگیری کدام است ؟

الف) استعمال دخانیات

ب) چربی خون

ج) عدم شستوشوی دست ها

د) اضافه وزن و عدم تحرک

مدارک و شواهد علمی نشان داده است که استعمال دخانیات عمده ترین مشکل قابل پیشگیری بیماریها در جهان است که تاثیر مخربی بر سلامت افراد و بهداشت عمومی دارد. استعمال دخانیات مهمترین عامل مرگهای قابل پیشگیری است.



ویرایش با WPS Office

46 - بیش از..... ماده سمی وماده سرطانزا در دود سیگار ، قلیان و سایر مواد دخانی وجود دارد.

- الف (5-500
- ب (100-100
- ج (40-4000
- د (10-10

مواد موجود در دود مواد دخانی :

بیش از ۴۰۰۰ ماده سمی و ۴۰ ماده سرطانزا در دود سیگار، قلیان و سایر مواد دخانی وجود دارد، که مهمترین آن ها در زیر عنوان شده است:

- نیکوتین: افزایش ضربان قلب، افزایش فشار خون، افزایش فشار خون
- سکنه های قلبی و مغزی و افزایش غلظت خون
- قیر (قطران): ایجاد سرطان ریه، فلج شدن مژک های تنفسی
- مونواکسید کربن: تخریب رگ ها



47 - طبق قانون استعمال دخانیات در تمامی مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی و اماکن

- عمومی
- الف (مجاز می باشد.
- ب (ممنوع می باشد.
- ج (بلا مانع است.
- د (هیچکدام

دود حاصل از مواد دخانی به ۳ طریق بر افراد مصرف کننده مواد دخانی و اطرافیان غیر مصرف کننده آن تاثیر میگذارد، بر همین اساس ۳ دسته دود تعریف می شود:

دود دست اول:

همان دود اصلی ناشی از مواد دخانی است که مستقیماً توسط افراد مصرف کننده سیگار، قلیان، پیپ و سایر مواد دخانی وارد دهان و سپس ریه های آنها می گردد.



48 - مصرف دخانیات چه اثراتی بر سلامت جسم و روان انسان دارد ؟

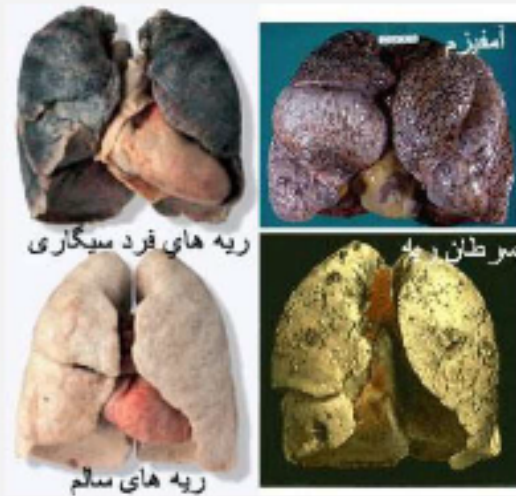
الف) اثر روانی و اعتیاد

ب) اثرات مخرب گوارشی و ریوی

ج) از بین بردن سلامت دهان و دندان

د) همه موارد

اثرات مصرف دخانیات بر بدن



- اثر روانی و اعتیاد
- اثرات قلبی
- اثرات ریوی
- اثر روی سیستم عصبی
- اختلالات اسکلتی و پوکی استخوان
- اثرات گوارشی
- سلامت دهان و دندان
- سرطان
- اثر روی پوست و مو
- اثر روی حواس پنج گانه (بینایی، شنوایی، بویایی)



ویرایش با WPS Office

روش های گندزدایی

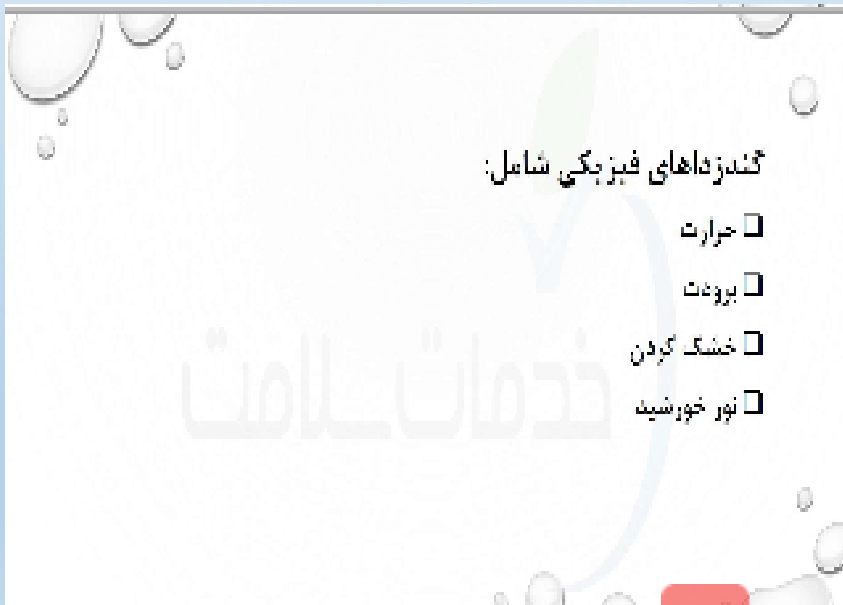
کدامیک از روش های گندزدایی فیزیکی نمی باشد ؟

الف (حرارت

ب (آهک

ج (نور خورشید

د (خشک کردن



50 - کدام جمله در خصوص تفاوت ماده گندزدا و ضدعفونی کننده صحیح است ؟

الف (معمولا گندزدا برای سطوح غیر زنده و ضدعفونی کننده برای موجودات زنده به کار میرود

ب) غلظت ضدعفونی کننده ها بایستی نسبت به گندزداها کمتر باشد تا از آسیب به بافت ها جلوگیری شود

ج) ضدعفونی کننده ها نسبت به گندزداها سمیت کمتری دارند

د) همه موارد صحیح می باشد

تفاوت گندزدایی و ضدعفونی :

بین ماده گندزدا و ضد عفونی کننده هیچ سرز مشخصی وجود ندارد ، جز اینکه:

معمولاً گندزدا برای سطوح غیر زنده و ضد عفونی کننده برای موجودات زنده بکار می رود.

غلظت ضدعفونی کننده ها بایستی نسبت به گندزدا ها کمتر باشد تا از آسیب به بافتها جلوگیری شود.

به همین دلیل ضدعفونی کننده ها نسبت به گندزداها سمیت کمتری دارند.

ویرایش با WPS Office

فارس فرابیند خویابان پاسداران مجتمع نکونی
07138757716
09170901766

51 - با عمل جوشاندن میتوان کلیه میکروب ها را در 100 درجه سانتیگراد به مدت از بین برد.

الف) 10 تا 15 دقیقه

ب) 3 دقیقه

ج) 2 ساعت

د) 1 ساعت



52 - چه بیماری هایی می تواند در صورت مصرف سبزیجات آلوده ایجاد شوند ؟

الف (وبا و حصبه

ب) هیپاتیت

ج) اسهال خونی و بیماری های انگلی (کیست هیداتیک و آسکاریس)

د) همه موارد

بیماری های منتقله از سبزیجات و روش های سالمسازی آنها:

سبزیجات اغلب به دلیل استفاده از کودهای انسانی و حیوانی، آب آلوده و تماس حیوانات به عوامل بیماریزا آلوده میشوند.

در صورت مصرف چنین سبزیجاتی خطر ابتلا به بیماریهایی نظیر وبا، حصبه، هیپاتیت، اسهال خونی و بیماریهای انگلی نظیر کیست هیداتیک و آسکاریس وجود دارد.

لذا لازم است به خاطر بر طرف نمودن آلودگیهای فوقی سبزیجات قبل از مصرف سالمسازی شوند.

سبزیجاتی که به صورت خام در سالاد : تزیین غذا و با همراه ساندویچ استفاده میشوند باید سالم سازی و سپس مصرف شوند.



ویرایش با WPS Office

58- برای گندزدایی سبزیجات از چه ماده ای استفاده می شود؟

الف) الکل

ب) بتادین

ج) سدیم کلرید (نمک خوراکی)

د) پرکلرین

کلر و ترکیبات کلره

ترکیبات کلر از میکروب کش های قوی است و می تواند روی اسپور میکروب ها نیز اثر کند.
از ترکیبات کلر برای گندزدایی آب آشامیدنی، آب استخر، پساب تصفیه خانه های فاضلاب، ظروف، شست و شوی لوله ها، میوه و سبزی استفاده می شود.

✓ آب زاول یا وایتکس؛ از ترکیبات کلر است که برای گندزدایی نوات ها و جاروها و تی و لوازم نظافت کاربرد دارد.

✓ پرکلرین: برای گندزدایی سبزیجات، ابزار و وسایل غیرفلزی و آب چاه و قنات به کار می رود.



سالم سازی سبزیجات شامل **چهار** مرحله اساسی است:

مرحله اول: پاکسازی (محو کردن گل و لای)

ابتدا میوه و سبزی را خوب باک کرده تا گل و لای و مواد رابند آن بر طرف شود سپس با آب سالج شستشو شود.

مرحله دوم: انگل زدایی (از بین بردن تخم انگل ها با استفاده از مایع ظرفشویی):

در ظرفی با گنجایش مناسب ۵ تا ۱۰ لیتر آب سالم بریزید. به ازاء هر لیتر ۳ تا ۵ قطره مایع ظرفشویی معمولی به آن اضافه کرده و قدری به هم بزنید تا تمام سبزی ها داخل کفایت قرار گیرند و به مدت ۵ دقیقه صبر کرده ، بعد آنها را خارج نمائید و با آب تمیز بشویید. هرچه سطح ظرف پهن تر و عمق مایع تا حدی کمتر باشد در اثر تکثیر دانه سبزی در مایع، تم نشینی تخم انگل در ظرف بهتر انجام گرفته و نتیجه کار اضمین بخش تر است.

مرحله سوم: گندزدایی (از بین بردن عوامل میکروبی با استفاده از پرکلرین):

در ظرفی با گنجایش مناسب ۵ تا ۱۰ لیتر آب سالم بریزید. یک قاشق چایخوری پودر پرکلرین در آن حل نمائید و میوه و سبزی را به مدت ۵ دقیقه در آن نگاه داشته تا عوامل میکروبی کاملاً از بین بروند و با جهت گندزدایی از مواد ضد عفونی کننده تهیه شده از داروخانه ها استفاده نمایند.

مرحله چهارم: شستشوی نهایی (آبکشی با آب سالم):

در این مرحله سبزی و میوه گندزدایی شده را با آب سالم مجدداً شسته تا باقیمانده کلر موجود از بین برود. باید مراقب بود که سهل انگاری در نحوه تخلیه ظرف آلوده و همچنین استفاده از آن برای نگهداری مواد غذایی می تواند خطرناک باشد. برای این منظور از یک تشت اختصاصی برای تمیز کردن و نگهداری آن استفاده



59- کدام روش جهت آماده سازی سبزیجات برای مصرف به صورت خام صحیح است؟

الف) پاکسازی سبزی - انگل زدایی - آبکشی

ب) پاکسازی سبزی- گل شویی- ضدعفونی

ج) پاکسازی سبزی- انگل زدایی - ضدعفونی- آبکشی با آب سالم

د) پاکسازی سبزی - آبکشی با آب ساده

1- عوامل زیان آور محیط کار را نام ببرید.

5- ارتعاش به چند دسته تیم می شود و جزو کدام عوامل یان آور محیط کار می باشد ؟

6- در تامین روشنایی مصنوعی برای محیط کار چه نکاتی می بایست رعایت شود؟

7- راه های پیشگیری از گرم‌زدگی (گرما یکی از عوامل یان آور است) و کنترل آن را نام ببرید؟

8- علم ارگونومیک چیست؟

9- تعدادی از عوامل شیمیایی زیان آور محیط کار را نام برده و به اختصار توضیح دهید؟

10- تعدادی از عوامل بیولوژیکی زیان آور محیط کار و بیماری های ناشی از آن را نام ببرید.





عوامل ارگونومیکی محیط کار

ارگونومی چیست؟

علم ارگونومی یا مهندسی عوامل انسانی، در واقع علم تطابق کار با انسان و یا تطابق انسان با کار است. به عبارت دیگر، ارگونومی تلاشی دارد تا با طراحی و تغییر مناسب کار و ابزار کار، بیشترین بهره‌وری را بر اساس توانایی انسان کسب نماید.

علم ارگونومی چیست ؟

به زبان ساده ارگونومی یعنی متناسب کردن کار با کارگر و بالعکس به نحوی که کارگر به راحتی در محیط کار کرده و کمترین سدمه جسمی و روحی بر آن وارد شود و کار در شرایط مناسب انجام شود که در نهایت منجر به جلوگیری از بیماریهای اسکلتی عضلانی شده و افزایش تولید و بهره‌وری را بدنیال خواهد داشت.



ویرایش با WPS Office

کدام یک از عوامل یان آور محیط کار می باشد؟

الف) فیزیکی

ب) ارگونومی

ج) بیولوژیکی

د) همه موارد

عوامل زیان آور محیط کار



61- کدام گزینه از عوامل زیان آور فیزیکی محیط کار می باشد؟

- الف) روشنایی
- ب) فشار
- ج) صدا و ارتعاش
- د) همه موارد



62- کدام یک جزء وضعیت های مناسب ارگونومیک است؟

الف) انجام کارهای تکراری

ب) چرخش آهسته کمر

ج) دراز کشیدن بیش از حد دست حین

د) نشستن و ایستادن طولانی مدت

وضعیت نامناسب ارگونومیک

موجب ایجاد
اختلالات اسکلتی-
عضلانی مثل:

- کمر درد
- درد گردن
- درد کتف
- آرنج
- شانه
- بازو
- مچ دست و پا
- و ...

- قرار گرفتن وضعیت بدن در شرایط نامناسب
- انجام کارهای تکراری
- نشستن و ایستادن طولانی مدت
- چرخش سریع کمر
- مناسب نبودن ارتفاع میز و صندلی
- دراز کردن بیش از حد دست حین کار
- ثابت بودن وضعیت بدن و گردن حین کار



63- چگونه می توان از عوارض ناشی از صدا در محیط کار پیشگیری کرد و آن را کنترل نمود؟

الف) کنترل در منبع مولد صدا

ب) کنترل در مسیر

ج) کنترل در شنونده

د) همه موارد

راه های پیشگیری و کنترل

کنترل در منبع مولد صدا

کنترل در مسیر

کنترل در شنونده

- * تعمیر در فرایند
- * تغییر در فرآیندهای از منبع
- * فونداسیون صحیح دستگاه
- * سرویس و تعمیرات منطبق دستگاهها
- * استفاده از میراکننده ها
- * استفاده از گوشی ها حفاظتی (گوشی جوش و گوش بند)
- * معروفه بدایر مافک و اینر لاکت
- * استفاده از فایب گوش
- * استفاده از امانتک کلان ایرولنه
- * استفاده از چادرب ها و مانع ها جهت جداسازی و محصور کردن دستگاه

مرکز صدا



ویرایش با WPS Office

64- افرادی که با دستگاه مته یا اره برقی و از این قبیل مسائل کار می کنند در معرض چه نوع از ارتعاش می باشند؟


الف) ارتعاش تمام بدن

ب) ارتعاش دست و بازو

ج) ارتعاش پا

د) ارتعاش سطح

ارتعاش حرکت تناوبی و نوسانی حول نقطه تعادل است. در زمانیکه انرژی مکانیکی حاصل از یک منبع نوسان کننده به سیستم دیگر منتقل میشود ارتعاش ایجاد می گردد.



- ارتعاش تمام بدن
 - ✓ رانندگان تراکتور
 - ✓ کامیون
 - ✓ ماشین آلات کشاورزی
- ارتعاش دست و بازو
 - ✓ کار با دستگاه منده یا جکش بادی
 - ✓ کار با اره برقی

ویرایش با WPS Office

65- رعایت چه نکاتی در تامین روشنایی مصنوعی برای محیط کار می بایست مورد توجه قرار گیرد؟

الف) سقف و قسمت بالایی دیوارها: رنگ روشن و قسمت پایین دیوارها: رنگ تیره

ب) تعمیر و سرویس به موقع منابع روشنایی (چراغ ها و لامپ ها)

ج) استفاده از شیشه های شفاف

د) همه موارد صحیح می باشد

در تأمین روشنایی مصنوعی برای محیط کار این نکات باید مورد توجه قرار گیرد:

۱. نور حاصله از منابع روشنایی باید تا حد امکان به روشنایی روز نزدیک باشد و در ساعات شب بیشتر استفاده گردد.
۲. نوع لامپ و تعداد لامپها با توجه به نوع کار و طراحی انجام شده انتخاب شود.
۳. سقف و قسمت بالایی دیوارها: رنگ روشن و قسمت پایین دیوارها: رنگ تیره
۴. مقدار نور حاصله از منابع روشنایی باید ثابت و به اندازه کافی بوده و بر کلیه سطوح محیط کار به طور یکنواخت توزیع شود تا از بوجود آمدن سایه و زوایای تاریک جلوگیری شود.
۵. تعمیر و سرویس به موقع منابع روشنایی (چراغها و لامپها)
۶. تمیز و پاک نمودن نورگیرها، پنجره ها به طور مرتب
۷. استفاده از شیشه های شفاف



ویرایش با WPS Office

66- نوشیدن مایعات مثل دوغ، ریختن مقدار کم نمک در مخزن آب، استحمام مرتب کارکنان جهت جلوگیری از عوارض کدام یک از عوامل زیان آور محیط کار پیشنهاد می گردد؟

الف) سرما

ب) ارتعاش

ج) گرما

د) اشعه های مضر

گرما

- کوره ها
- نانوایی ها
- ریخته گری ها
- شیشه گری ها
- کشاورزان

عوارض

- گرفتگی ها
- دردهای عضلانی
- سردرد

پیشگیری و کنترل

- کارگران از مایعات مثل دوغ استفاده نمایند.
- مقدار کم نمک به مخزن آب اضافه گردد.
- کارگران بطور مرتب استحمام نمایند.



ویرایش با WPS Office

67- کمردرد، درد گردن، درد کتف، درد شانه و از این قبیل اختلالات اسکلتی عضلانی، عوارض ناشی از کدام عامل زیان آور می باشد؟

الف) ارگونومی

ب) شیمیایی

ج) فیزیکی

د) بیولوژیکی

وضعیت نامناسب ارگونومیک

- کمردرد
- درد گردن
- درد کتف
- آرنج
- شانه
- بازو
- مچ دست و پا
- و ...

موجب ایجاد
اختلالات اسکلتی
عضلانی مثل:

- قرار گرفتن وضعیت بدن در شرایط نامناسب
- انجام کارهای تکراری
- نشستن و ایستادن طولانی مدت
- چرخش سریع کمر
- مناسب نبودن ارتفاع میز و صندلی
- دراز کردن بیش از حد دست حین کار
- ثابت بودن وضعیت بدن و نکردن حین کار



ویرایش با WPS Office

68- گازها و بخارات سمی ناشی از مایعاتی همچون تینر، بنزین و سایر حلال های صنعتی از کدام دسته عوامل زیان آور می باشند؟

- الف) شیمیایی
- ب) ارگونومی
- ج) فیزیکی
- د) بیولوژیکی

گازها و بخارات سمی

برخی مایعات مانند تینر، بنزین و سایر حلالهای صنعتی اگر در ظرف بدون در باشند به سرعت تبخیر میشوند و فضا را آلوده می کنند. این مایعات دارای بو مانند گاز کلر (سمی) ، بوی تند با رنگ سبز) و گاهی بدون بو هستند مانند متو اکسید کربن

بخارات فلزی

در اثر ذوب شدن فلزات در فرآیند تولید یا چشم پودر فلزات در هوا پراکنده شده که به این فرآیند بخارات فلزی یا دود میگویند. در فرآیند از بخارات فلزی صورت میگیرد و از طریق کپسول های هوایی جذب خون میکنند مانند بخارات فلزی ناشی از ذوب سرب و نقره حاصل از جوشکاری آلومین و سرب کاربرد و استرس.

گرد و غبار

گرد و غبار در نتیجه آسیب کردن مواد پرداخت فلزی تولید می شود. این گرد و غبار می تواند باعث بیماری های تنفسی شود و به سینه های هوایی مانند به دلیل آلودگی از سوخت تنفسی صورت میگیرد و به کپسول های هوایی راه میبرند. خطرناکترین و کشنده ترین گرد و غبار، سیسئولیت و سیسئولیت است. این گرد و غبار در محیط های بسته ای زیان آور می باشد.

عوارض ناشی از گازها و بخارات سمی

سرفه، ریزش اشک، سردرد، سرگیجه، بوی متعجب، اختلالات گوارشی، تهوع، تاریکی دید، می باشد که در غلظتهای زیاد باعث اغماء و مرگ میگردد.



ویرایش با WPS Office

بیماری هایی همچون کزاز، تب مالت، سیاه زخم و از این قبیل بیماری های انگلی از کدام دسته از عوامل زیان آور محیط کار می باشند ؟

الف- شیمیایی

ب- ارگونومی

ج- فیزیکی

د- شیمیایی

عوامل بیولوژیکی محیط کار

تماس با خاکهای آلوده و احتمال رخس شدن آنها

کارگران ساختمان سازی، حفرتونل و قاضلاب ها، معادن و کشاورزی

تماس با کودهای حیوانی
کارگران بخش کشاورزی و پرورش پرندگان و
دامداران

تماس با پشم و پوست آلوده
کارگران ریسندهائی، دباغی، قالینائی

تماس با ابواب عوامل

کارگران ساختمانی، چوب بری
کشاورزی، دامداری، مرغداری، جنگلبانی، نانوائی، آرایشگری



تماس با حیوانات بیمار یا لاشه های آلوده
کارگران پرورش پرندگان، دامداران، دامپزشکان و کارگران
کشتارگاهها

تماس با انواع عوامل
از مایتها، کرمهای تشخیص پژوهشی، تشخیص
طبی، میکرووب شناسی و بخش عفونی
بیمارستانها



حشرات به چند طریق در آزار رساندن به انسان نقش دارند؟



کدامیک از موارد زیر از ویژگی های سوسری ها می باشد؟

(الف) همه چیزخوارند(کثافات،غذاهای فاسد،پارچه،چسب کتان)

(ب) استفراغ غذای هضم نشده

(ج) مدفوع کردن روی غذا

(د) همه موارد

سوسری ها (Cockroaches) که در اصطلاح عام و هر چند غلط سوسک (Beetle) نامیده می شوند از مهمترین آفات منازل و دیگر محل های مرتبط با انسان ها بشمار می آیند. ۴۰۰۰ گونه شناخته شده دارند که در بین آنها ۱۶ گونه باعث ایجاد مشکلاتی در سلامتی انسان ها می شوند که شامل سوسری آلمانی، سوسری شرقی، سوسری آمریکایی، سوسری استرالیایی و سوسری آفریقایی هستند.

• این موجودات معمولاً جاهای گرم را دوست دارند و به علت داشتن بدنی چپن به راحتی در داخل درز و شکاف ها، پشت قاب عکس ها، حاشیه کمدها وارد می شوند.

• همه چیز خوارند (کثافات، غذاهای فاسد، پارچه و چسب کتاب)

• از عادات بسیار بد آنها حرکت زیاد، استفراغ (قسمتی از غذای هضم نشده خود را برمی گردانند) ، مدفوع کردن روی غذا ، ترشح بزاق و... است .

• انتقال دهنده میکوبی عوامل بیماریزلا ویروس ها، باکتری ها، قارچ ها و تخم انگل ها) بوده و نقش اصلی را در انتقال اسهال، اسهال خونی، وبا، حصبه، جذام، طاعون، سل، فلج اطفال ، بیماری های انگلی و همچنین ایجاد آلرژی و حساسیت به علت ترشح بزاق و مواد خاصی از بدن به صورت ناراحتی پوستی، خارش، تورم پلک و ناراحتی های تنفسی ایفا میکنند.



ویرایش با WPS Office



روش های کنترل سوسری ها

۱- کنترل فیزیکی

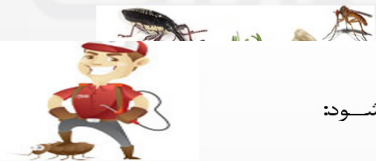
رایج ترین روش های کنترل فیزیکی با سوسری ها شامل روش های زیر می باشد:

الف) ایجاد مکش: هر وسیله ای که بتواند ایجاد مکش کند مثل جارو برقی خانگی؛ جارو برقی صنعتی و وسایل دیگری از این قبیل می تواند برای خارج کردن سوسری ها از پناهگاهشان مورد استفاده قرار گیرد.

ب) استفاده از سرما و گرما: عملیات گرما و سرمادهی مستلزم بالا و پایین بردن دمای کل ساختمان است بدین ترتیب سوسری ها در گرمای زیاد یا انجماد کشته می شوند. بنابراین جهت حصول به این هدف دمای درون ساختمان برای چند ساعت بالا یا پایین نگه داشته می شود. استفاده از گازهایی نظیر دی اکسیدکربن یا نیتروژن مستلزم ضد نفوذ بودن ساختمان است.

ج) گرد های خشک کننده: موادی وجود دارند که نام خشک کننده به آنها اطلاق می شود این مواد هر جانور یا جسمی را که با آنها تماس پیدا کنند خشک می کنند. دو ماده موثر از این دسته که برای کنترل سوسری ها استفاده می شود خاک دیاتومه و سیلیکا نام دارد.

د) استفاده از دور کننده ها: سبب دورنگهداشتن سوسری ها از محل های زندگی آنها گشته و مانع انتقال آنها از یک مکان به مکان دیگر خواهد شد دور کننده ها را می توان در قفسه ها، انبارهای مواد غذایی و انبار کالا و دیگر محل هایی که سوسری ها بعنوان آفت در آن منطقه هستند بکار برد. چندین روغن استخراج شده از مواد گیاهی نظیر روغن نعناع و روغن اکالیپتوس بعنوان دور کننده سوسری ها شناخته شده است.




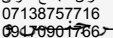
هـ) تله گذاری: دو نوع تله جهت مبارزه و کنترل سوسری ها استفاده می شود:

۱) تله زنده گیر

۲) تله کشته گیر

از محل های مناسب برای قرار دادن تله ها می توان به موارد زیر اشاره کرد: زیر یا پشت سنگ توالت فرنگی، زیر دستشویی، زیر سینک ظرفشویی در آشپزخانه، پشت یا زیر یخچال، زیر یا پشت اجاق گاز، پشت کلینت های آشپزخانه، اطراف آبگرمکن، زیر ماشین لباسشویی و ظرفشویی.

* برای یک آپارتمان معمولی تعداد ۱۰ تا ۱۵ عدد تله پیشنهاد می شود.  **ویرایش با WPS Office**

فایده کاربرد تله این است که سیمای کاملی از حشرات به دام افتاده را از نظر  **09470901766** مرحله زندگی آنها در اختیار می گذارد که در امر مبارزه و کنترل سوسری ها حائز اهمیت است.

و) **بهبودی محیط و رعایت اصول بهداشتی:** رعایت موارد زیر در کنترل جمعیت سوسری ها موثر است:

- 1- تمام راه های نفوذ سوسری ها را شناسایی کرده و درزگیری کنید- تمام خفزه ها و درزهای اطراف ستون ها، پنجره ها، درها، لوله ها، دیوارها، سقف ها، کفپوش ها را بوسیله سیمان و یا بتونه مسدود کنید
- 2- نشی ها را شناسایی کرده و آنها را تعمیر کنید
- 3- کافز دیواری های جدا شده از دیوار را مرمت کنید، موزاییک ها، کاشی ها، سرامیک ها و سنگ های شکسته و لقی را تعمیر کنید
- 4- خار و خاشاک و برگ های اطراف خانه را جمع آوری کنید
- 5- توده های چوب را به دور از خانه ابقار کنید
- 6- پنجره و درهای ورودی را به حالت باز رها نکنید- به روی پنجره ها و دریچه های کولر و هواکش ها حتما توری نصب کنید

7- خرده های نان و غذا را فوراً از روی زمین جمع کنید- چنانچه مواد غذایی مایع روی زمین و به 09170901766 09470901766 فورا آن را تمیز کنید

8- اسفنج (ایر) و دستمال های مرطوب را در کیسه های در بسته نگه داری کنید

9- پشت و زیر یخچال و اجاق گاز را هر چند وقت یکبار تمیز کنید

10- ظروف غذا خوری را در درون سینک ظرفشویی به حال خود رها نکنید و از انباشته شدن آنها جلوگیری کنید

11- روی چاهک ها آشغالگیر پلاستیکی قرار دهید

12- زباله ها را درون کیسه و در سطل زباله درب دار با درب محکم قرار دهید

13- ظروف غذا را کاملاً با مایع ظرفشویی بشوید تا اثر چربی روی آنها باقی نماند

14- شب ها روی سوراخ (گفشور) سینک (گن) آشپزخانه و کلسه دستشویی درپوش (تویی) قرار دهید

15- دور چارچوب پنجره ها و درب ها نوارهای درزگیر نصب کنید

16- از انباشته کردن روزنامه و مجلات خودداری کنید



2- کنترل شیمیایی

کنترل شیمیایی سوسری ها با حشره کش به چند دلیل دارای مشکل است:

دلیل اول ایجاد مقاومت حشره نسبت به حشره کش است که به طور معمول استفاده می شود.

به علاوه بسیاری از حشره کش ها آنها را دور می کنند، بنابراین هیچ تماسی با این مواد ندارند و اثر کنترل شیمیایی موقتی است و این روش فقط همزمان با مدیریت محیط روش مناسبی میباشد. سم پاشی حتما باید توسط افراد یا شرکت های با تجربه و

دارای مجوز صورت گیرد.



ویرایش با WPS Office

آیا سمپاشی توسط متصدی و بدون نظارت شرکت های سمپاشی جهت از بین بردن سوسری ها قابل قبول است؟ به چه دلیل؟

- الف) خیر، چون سمپاشی غلط مقاومت سوسری ها را افزایش می دهد.
- ب) خیر، چون بسیاری از حشره کش ها صرفا سوسری ها را دور می کند و باعث از بین رفتنشان نمی شود
- ج) بله، هیچ فرقی نمی کند.
- د) مورد یک و دو صحیح می باشد.

۲- کنترل شیمیایی

کنترل شیمیایی سوسری ها با حشره کش به چند دلیل دارای مشکل است:
دلیل اول ایجاد مقاومت حشره نسبت به حشره کش است که به طور معمول استفاده می شود.

به علاوه، بسیاری از حشره کش ها آنها را دور می کنند، بنابراین هیچ تماسی با این مواد ندارند و اثرکنترل شیمیایی موقتی است و این روش فقط همزمان با مدیریت محیط روش مناسبی می باشد. سم پاشی حتما باید توسط افراد یا شرکت

های با تجربه و دارای مجوز صورت گیرد.

کدام حشره خونخوار است؟

الف) مگس

ب) ساس

ج) کک

د) مورد ب و ج

ساس



• خونخوار هستند (حتی از روی لباس و ملافه)

• بیماری خاصی را به انسان منتقل نمی کنند (عوارض پوستی، آلرژی و حساسیت)

• شب فعال هستند (ایجاد اذیت و ناخوابی)

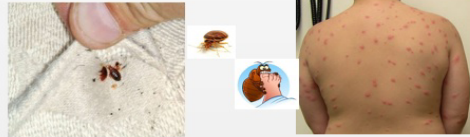
• در چهارچوب پنجره ها، پشت قاب عکس، درز و شکاف داخل دیوار حتی چین پرده ها وجود دارند .

• بوی نامطبوع در آلودگی شدید.

کنترل:

• بهسازی محیط و رعایت بهداشت (جوشاندن لباس و ملحفه ، قراردادن در نور خورشید یا جمع آوری با جاروبرقی)

• کنترل شیمیایی



کک

• در اشاعه طاعون موثرند.

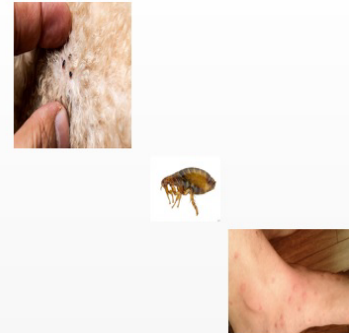
• حشره کوچک و بی بال

• نر و ماده خونخوارند (هر روز یا چند روزی یکبار)

• برای اختفاء زیر فرش های مرطوب را دوست دارند.

• گونه هایی از این حشره روی موش، گربه، سگ و حیوانات دیگر زندگی کرده و پس از مرگ حیوان

سراغ انسان و حیوانات دیگر می روند



بهترین و مناسب ترین روش جهت کنترل موش ها چه روشی است؟

الف) بهسازی محیط

ب) روش های شیمیایی

ج) روش های بیولوژیکی و ژنتیکی

د) سمپاشی

راه های کنترل موش:

- بهسازی محیط (بهترین و موثرترین راه)
- روش های فیزیکی (تله)
- روش های شیمیایی (استفاده از سموم)
- روش های بیولوژیکی و ژنتیکی (دشمنان طبیعی مثل گربه)



ویرایش با WPS Office

بهترین روش برای کاهش هزینه های ناشی از تولید زباله چیست؟

الف) تفکیک زباله و بازیافت از مبدا

ب) زباله سوزها

ج) دفن بهداشتی زباله

د) خارج نمودن زباله از شهر

پاسخ : بهترین روش برای کاهش هزینه های ناشی از تولید زباله ، تفکیک زباله و بازیافت از مبدا می باشد.



کدام یک از روش های مدیریت پسماند می باشد؟

- الف) کاهش در مبدا تولید
- ب) بازیافت و کمپوست
- ج) رها سازی در طبیعت
- د) مورد یک و دو

تعریف پسماند: پسماند یا زباله به مواد جامد، مایع و گاز (غیر از فاضلاب) گفته می شود که بطور مستقیم یا غیر مستقیم حاصل فعالیت انسان بوده و از نظر تولید کننده زاید تلقی می گردد و به علت بی استفاده و یا ناخواسته بودن به دور انداخته می شوند.



روش های مدیریت پسماند ✓

- ۱: کاهش در مبدا تولید
- ۲: بازیافت و کمپوست
- ۳: سوزاندن
- ۴: دفن در زمین

پسماند مراکز بهداشتی، درمانی مانند بیمارستان ها جز کدامیک از پسماندها می باشند؟

- الف) پسماند عادی
- ب) پسماند کشاورزی
- ج) پسماند پزشکی
- د) پسماند صنعتی



گروه بندی پسماندها

۱. پسماند عادی: زباله خانگی
۲. پسماند پزشکی: مراکز بهداشتی درمانی
۳. پسماند ویژه: قابل انفجار یا اشتعال
۴. پسماند کشاورزی: فضولات، لاشه حیوانات
۵. پسماند صنعتی: پالایشگاه



ویرایش با WPS Office

کدام سطل زباله (یا مخازن جمع آوری پسماند) برای پیشگیری از انتقال بیماری ها مورد تایید وزارت بهداشت است؟

الف) سطل دارای کیسه زباله

ب) سطل های پدالی

ج) سطل زباله دربدار

د) باید دارای سه ویژگی نام برده فوق باشد

مشخصات بهداشتی مخازن جمع آوری پسماند



• قابل شست و شو

• مجهز به درب

• حجم مناسب

• غیر قابل نفوذ

• دارای دستگیره یا پدال

مواد غذایی

ماکارونی، رشته و رشته فرنگی، گندم، جو و ذرت در کدام تقسیم بندی گروه های مواد غذایی قرار می گیرند؟

الف) حبوبات و مغزها

ب) سبزیجات و میوه جات

ج) گروه نان و غلات

د) مواد معدنی

تقسیم بندی مواد غذایی براساس گروه های تغذیه ای:

۱- گروه نان و غلات

این گروه شامل موادی همچون انواع نان، برنج، ماکارونی، رشته و رشته فرنگی، گندم، جو، ذرت و انواع آردهای آنهاست. مواد غذایی این گروه بیشتر نقش تامین انرژی بدن را به عهده دارند. علاوه بر آن مواد غذایی این گروه حاوی ویتامینهای گروه ب، آهن و مقداری پروتئین نیز میباشند.



دکتر خدمات سلامت فراسیند
09170901766

کدام گروه از مواد غذایی دارای کالری کمی هستند و مصرف آنها به دفع آسان مدفوع کمک می کند و در این حال هم سرشار از ویتامین ث، ب، آهن و فیبر غذایی می باشند؟

الف) نان و غلات

ب) سبزیجات و میوه جات

ج) گوشت و حبوبات

د) مغزها و تخمها

۲- گروه سبزیجات و میوه جات

سبزیها دارای مقدار زیادی مواد معدنی، ویتامینها و هیدرات کربن (خصوصاً سلولز) بوده که در تغذیه بسیار موثر است.

سبزیها معمولاً دارای چربی کم بوده و دارای آب فراوان هستند. لذا کالری آن خیلی کم و مصرف آنها به حجم غذا در معده و دفع آسان مدفوع کمک میکند.

میوه ها دارای منابع بسیار غنی از ویتامین (بخصوص ویتامین ث)، مواد معدنی، گلوکوسیدها و قندها هستند. میوه ها حاوی مقدار زیادی آب بوده ولی چربی و پروتئین زیادی ندارند، از این رو مقدار کالری مصرفیشان زیاد نیست. لازم به ذکر است این گروه از مواد غذایی سرشار از ویتامین آ، ب، ث، آهن و فیبر غذایی هستند.



ویرایش با WPS Office

باکتری ها، قارچ ها، کپک ها، انگل ها و غیره از کدام دسته از عوامل آلوده کننده مواد غذایی محسوب میشوند؟

الف) بیولوژیک

ب) فیزیکی

ج) شیمیایی

د) هیچ کدام

مخاطرات بیولوژیک

۱. میکروبیولوژیک (ارگانیسمهایی که با چشم دیده نمی شوند) شامل باکتریها، قارچها، کپکها،

مخمرها، انگل ها، پروتوزوآها و غیره

۲. ماکروبیولوژیک (ارگانیسم هایی که با چشم دیده می شوند) حشرات شامل: شپشک گندم، برنج و

آرد، کرم سیب و سایر میوهها، مورچه و سوسک و ملخ و همچنین جوندگان

نکته: مخاطرات میکروبیولوژیک یا به طور مستقیم ایجاد بیماری می کنند (خود میکروب عامل

عفونت در بدن است) و یا به طور غیر مستقیم (سم حاصل از میکروب در بدن مولد بیماری است).



ویرایش با WPS Office

کدام گزینه بهترین شرایط رشد میکروبها در مواد غذایی می باشد؟

الف) محیط خشک و دمای بالای 60 درجه

ب) غذای ترش و دمای بالای 50 درجه

ج) محیط مرطوب و دمای بین 20 الی 45 درجه سانتی گراد

د) هیچکدام

شرایط رشد میکروبها در مواد غذایی

غذا: میکروبها اکثراً مواد غذایی ترش را دوست ندارند و از بین غذاها بیشتر در مواد غذایی نظیر: گوشت، شیر، ماهی، تخم مرغ رشد میکنند بعبارت دیگر مواد غذایی فاسد شدنی را بیشتر دوست دارند.

رطوبت: میکروبها برای رشد خود علاوه بر غذا، نیاز به رطوبت دارند و در مواد غذایی خشک نظیر بیسکویت، برنج نمیتوانند رشد کنند.

گرما: میکروبها برای رشد خود علاوه بر غذا و رطوبت مناسب، همزمان نیاز به گرمای مناسب هم دارند بهترین درجه حرارت مناسب بین ۲۰ تا ۴۵ درجه سانتیگراد میباشد.

زمان: اگر در محیطی، غذا، رطوبت و گرمای مناسب، برای میکروبها وجود داشته باشد برای رشد آنها زمان کافی نیز موردنیاز است.



کدام گزینه در خصوص شرایط ساختمان و ابزار کار (عوامل فیزیکی) صحیح می باشد؟

الف) مکانی که تهیه و آماده سازی مواد غذایی در آن صورت میگیرد باید برای همین منظور ساخته شده باشد

ب) باید ساختمان و ابزار و لوازم به گونه ای طراحی شوند که هیچ گونه تماسی بین مواد غذایی خام و پخته ایجاد نشود

ج) دارای نور و تهویه مناسب باشد

د) همه موارد صحیح می باشد

عوامل فیزیکی (ساختمان و ابزار کار)

۱. مکانی که تهیه و آماده سازی مواد غذایی در آن صورت می گیرد باید برای همین منظور ساخته شده باشد.
۲. در محلی واقع شده باشد که از هر گونه دود، گرد و غبار، بو و تجمع زباله دور باشد.
۳. دارای نور و تهویه مناسب باشد.
۴. محیط کار باید تمیز بوده و نظافت آن به راحتی صورت پذیرد.
۵. از آنجا که مواد غذایی خام می توانند به عنوان منبعی از عوامل بیماریزا عمل کنند، باید ساختمان و ابزار و لوازم به گونه ای طراحی شوند که هیچ گونه تماسی بین مواد غذایی خام و پخته ایجاد نشود.
۶. مواد غذایی باید از دیگر منابع آلودگی از قبیل خاک، حشرات، جوندگان در امان باشند.
۷. تجهیزاتی که برای پخت و همچنین سرد کردن مواد غذایی به کار می روند باید به طور مرتب کنترل گردند.



کدام گزینه از مشخصات برچسب مواد غذایی بسته بندی شده مجاز، نمی باشد؟

الف) شماره پروانه ساخت از وزارت بهداشت

ب) تاریخ تولید و انقضاء

ج) آدرس وب سایت اینترنتی کارخانه

د) نام محصول و ترکیبات تشکیل دهنده

در مواد غذایی بسته بندی باید به نکات زیر توجه کرد:

طبق قانون ، عرضه و فروش مواد غذایی بسته بندی شده فاقد مشخصات بهداشتی ممنوع می باشد . دارا بودن مشخصات مواد غذایی بسته بندی شده نشان دهنده نظارت مسئولین بهداشتی در تهیه و توزیع آن مواد غذایی می باشد. و اطمینان ما را در مصرف مواد غذایی بالا می برد .

مهم ترین مشخصاتی که برچسب مواد غذایی بسته بندی شده مجاز بایستی دارا باشد عبارتند از :

۱- نام محصول و ترکیبات تشکیل دهنده آن

۲- نام و نشانی کارخانه سازنده

۳- شماره پروانه ساخت از وزارت بهداشت و درمان

۴- تاریخ تولید و انقضای مصرف

- هر ماده غذایی بسته بندی شده که حتی یک مورد از مشخصه مهم بالا را نداشته باشد و یا فاقد برچسب باشد به عنوان ماده غذایی غیر مجاز محسوب می گردد . (هرچند که ممکن است بعضی از این مواد غذایی ظاهری سالم

داشته و دارای بسته بندی زیبا باشد.)

