

# İAL BİYOLOJİ LİSE 1 SAĞLIK BİLGİSİ ÇALIŞMA SORULARI

## A-DOĞRU-YANLIŞ SORULAR

1. (.....) Kişilerin bedenen hasta veya sakat olmamaları sağlıklı bireyler olduklarının göstergesidir.
2. (.....) Sağlıkla ilgili harcamalar kişi ve toplum açısından sağlık düzeyini gösteren bir ölçüttür.
3. (.....) Sağlık hizmeti, herkese, her yerde ve her zaman sürekli verilmelidir.
4. (.....) Diş çürümesinin nedeni, ağız içinde kalan protein içeren besin parçacıklarının, mikroorganizmalar tarafından parçalanması sonucu açığa çıkan asitlerin diş minesini eritmesidir.
5. (.....) Kitap okurken veya yazı yazarken ışığın sağ, arka ve üst kısımdan gelmesine dikkat etmeliyiz.
6. (.....) Sağlıklı olmasa bile uzun bir hayat sürmek insanoğlu için önemlidir.
7. (.....) Bir yılda canlı doğan ve 365 gününü doldurduktan sonra ölen bebek sayısının bir yıldaki canlı doğum sayısına oranının 1000'le çarpımıdır.
8. (.....) Temel sağlık hizmetleri koruyucu ve tedavi edici hizmetleri birlikte ele almaktadır.
9. (.....) Koltuk altı temizliğinde deodorantlar kullanılmalıdır.
10. (.....) Sinüzit, şeker hastalığı, böbrek hastalıkları ve karaciğer bozuklukları ağız kokusuna neden olurlar
11. (.....) İnsan ve hayvanların ortak hastalıklarına hijyen adı verilir.
12. (.....) Kişiyi hastalıklardan korumak için alınan önlemler birincil koruma adını alır
13. (.....) Kaba doğum hızı bir toplumda bir yılda meydana gelen canlı doğum sayısının ,aynı toplumun yıl ortası nüfusuna oranının binle çarpılmasıyla bulunur.
14. (.....) Mikrop öldürücü özelliği alan maddelere antiseptik denir.
15. (.....) Diş ve diş eti sağlığı için sürekli yumuşak besinlerle beslenilmelidir.
16. (.....) Banyo yapmaya en az 10-15 dakika zaman ayırmalıyız.
17. (.....) Ayak parmakları yarım ay şeklinde haftada bir kesilmelidir
18. (.....) Halk içinde muteber bir nesne yok Sağlık gibi,Olmaya Sağlık cihanda bir devlet gibi, sözünü Yavuz Sultan Selim söylemiştir.
19. (.....) Kişinin vücudunu yıpratmadan, kuvvet ve dayanıklılığını artırarak, fizyolojik fonksiyonlarında gelişme sağlamak amacıyla düzenli olarak yapılan hareketlere spor ve beden eğitimi denilir.
20. (.....) 0-12 yaş arasındaki çocuklara bebek adı verilir.
21. (.....) Ayakkabı, dururken ve yürürken ayağın doğal şekline uymalı, çok bol ya da çok sıkı olmamalıdır. Baş parmakla burun arasında 4-4.5 cm boşluk olmalı, burnu çok sivri olmalıdır.
22. (.....) Dünya sağlık örgütünün kısaltılmış hali WSO dur.
23. (.....) Diş sağlığı için; özellik çocukluk döneminde yeterli miktarda protein; kalsiyum fosfor ve flor mineralleri ile A, C ,D vitaminleri içeren besinler tüketilmelidir .
24. (.....) Çürük diş ve iltihaplı diş etindeki mikroplar, kan yoluyla vücuda yayılıp diğer organlara kadar ulaşamazlar.

# İAL BİYOLOJİ LİSE 1 SAĞLIK BİLGİSİ ÇALIŞMA SORULARI

## B-ÇOKTAN SEÇMELİ SORULAR 1

1. Aşağıda verilenlerden hangisi, çevresel hastalık etkeni değildir?

- a) Enfeksiyon
- b) Konak
- c) Hasta
- d) Bulaşıcı hastalık
- e) Taşıyıcı

2. Bize hastalık etmeni taşıyan ve bulaştıran canlılara ne denir?

- a) Mikroorganizma
- b) Bakteri
- c) Mantar
- d) Vektör
- e) Virüs

3. Hangisi bedensel hastalık faktörü değildir?

- a) Fiziksel
- b) Kalıtsal
- c) Hormonal
- d) Genetik
- e) Metabolik bozukluk

4. Aşağıdakilerden hangisi biyolojik çevreye dahil değildir?

- a) Mikroorganizmalar
- b) Vektörler
- c) Bitkiler
- d) Kirli sular
- e) Hayvanlar

5. Saç bakımıyla ilgili olarak aşağıdaki uygulamalardan hangisi doğrudur ?

- a) Tarak, havlu gibi eşyalar kişiye ait olmalıdır.
- b) Gün içi sık sık şampuanla yıkanmalıdır.
- c) Haftada bir kez çok sıcak su ile yıkanmalıdır.
- d) Kepeklenmeyi önlemek için her türlü şampuan kullanılmalıdır.
- e) Güneş ışınlarından korumak için boyamalıyız

6. Aşağıdakilerden hangisi diş sağlığını korumaya yönelik doğru uygulamalardan ?

- a) Diş fırçalamaya ergenlik çağına başlanmalıdır
- b) Diş fırçaları yılda bir kez değiştirilmelidir
- c) Diş aralarında kalan besin artıkları kürdanla temizlenmelidir
- d) Dişler günde en az iki kez fırçalanmalıdır
- e) Günde bir kez fırçalıyorsak bu işlem sabah olmalıdır

7. Aşağıdakilerden hangisi kişiye yönelik ikincil korunma uygulamalarındandır ?

- a) Genetik danışma
- b) Aile planlaması ile ilgili bilgilendirme
- c) Sağlık eğitimi
- d) Hastalığın tanısının konması
- e) Doğru beslenme programı

8. Aşağıdakilerden hangisi vektörlerin yol açtığı hastalıklardan ?

- a) Kolera
- b) Soğuk algınlığı
- c) Tifo
- d) Menenjit
- e) Kanser

9. Aşağıdakilerden hangisi rehabilitasyon çalışmalarının amaçlarından değildir ?

- a) Yeni beceriler kazandırma
- b) Sosyal uyum çalışmaları
- c) Gelir düzeyinin yükseltilmesi
- d) Bedensel yeteneklerin arttırılması
- e) Yeniden kendine güven hissinin oluşması

10. Aşağıdakilerden hangileri koruyucu sağlık hizmetlerindedir ?

- I. Yeterli ve dengeli beslenmenin öğretilmesi
- II. İnsanların bulaşıcı hastalıklar konusunda bilgilendirilmesi
- III. Bedensel ve ruhsal hastalığı olanların kapsamlı olarak tedavi edilmesi

- a) Yalnız I
- b) Yalnız II
- c) I ve II
- d) II ve III
- e) I - II - III

11. Vücudun duyu organları ya da uzuvlarından birinde, kaza veya hastalık sonucu meydana gelen fonksiyon kaybına ne denir?

- a) Hastalık
- b) Sakatlık
- c) Sağlık
- d) Metabolizma
- e) Hormonal

12. İç salgı bezleri tarafından meydana getirilen difüzyon ve kan yoluyla vücuda yayılarak, hücre ve doku faaliyetlerinde etkili olan maddeye ne denir?

- a) Enzim
- b) Hormon
- c) Salgı
- d) Hemoglobin
- e) Vektör

13. İnsan ve hayvanların ortak hastalıklarına ne ad verilir?

- a) Vektör
- b) Bulaşıcı
- c) Zoonez
- d) Endemi
- e) Mikroorganizma

14. Dişin sertliğini sağlayan esas madde aşağıdakilerden hangisidir?

- a) Kalsiyum
- b) Klor
- c) Flor
- d) Potasyum
- e) Demir

## İAL BİYOLOJİ LİSE 1 SAĞLIK BİLGİSİ ÇALIŞMA SORULARI

15. Spor ve beden eğitimi aşağıdakilerden hangisini yapmaz?

- Kasları geliştirir
- Dolaşımı hızlandırır
- Solunumu hızlandırır
- Yağlanmayı artırır
- Vücut direncini artırır

### C-ÇOKTAN SEÇMELİ SORULAR 2

- I-Ana ölüm hızı  
II-Çocuk ölüm hızı  
III-Nüfus artış hızı

Yukarıda verilenlerden hangisi yada hangileri sağlık düzeyini gösteren ölçüttür?

- sadece I
- sadece II
- sadece III
- I-II
- I-II-III

2. Sağlıkla ilgili yapılan harcamalar için aşağıdakilerden hangisi söylenemez?

- Doğuştan beklenen yaşam süresi artar.
- Doğuştan beklenen yaşam süresi etkilenmez.
- Çocuk ölüm hızı azalır.
- Ana ölüm hızı azalır
- Ülke ekonomisini olumlu etkiler.

- I-Genetik bozukluk  
II-Hormonal bozukluk  
III-Vektörel bozukluk

Yukarıda verilenlerden hangisi veya hangileri bünyesel etmen değildir?

- sadece I
- sadece II
- sadece III
- I-II
- I-II-III

4. Aşağıda verilenlerden hangisinin nedeni vektörlerdir?

- Tifüs
- Kolera
- verem
- zatürree
- Guatr

5. Aşağıda verilenlerden hangisi çevresel etmenlerden değildir?

- Biyolojik etmenler
- Fiziksel etmenler
- Kimyasal etmenler
- Metabolik bozukluklar
- Sosyal,kültürel ve ekonomik etmenler

- I-Aile planlaması  
II-Bağışıklama  
III-Erken tanı tedavisi

Yukarıda verilenlerden hangisi ya da hangileri kişiye yönelik koruyucu sağlık hizmetleridir?

- sadece I
- sadece II
- sadece III
- I-II
- I-II-III

7. Aşağıda verilen temizlik uygulamalarından hangisi günlük yapılması gerekenlerden değildir?

- Ellerimizi yıkamak
- Tırnaklarımızı kesmek
- Saç bakımı
- Yüz temizliği
- Ayak temizliği

8. I-Elleri bol sabunlu suyla yıkamak  
II-Tuvalet ihtiyacı giderildikten sonra kapı kollarından tutmak

III-Tuvalet ihtiyacından sonra tuvaleti temiz bırakmak

Yukarıda tuvalet alışkanlığı ile ilgili uygulamalardan ya da hangileri doğru uygulamadır.

- sadece I
- sadece II
- sadece III
- I-II
- I-II-III

9. I-Şekerli besinlerin aşırı tüketilmesi

II-Sık gebelik

III-Hatalı ilaç kullanımı.

Yukarıda verilenlerden hangisi ya da hangileri diş çürümesine neden olur.

- sadece I
- sadece II
- sadece III
- I-II
- I-II-III

10. Diş ve diş eti hastalıkları ,aşağıda verilen rahatsızlıklardan hangisinde etkili değildir?

- Eklemler romatizması
- Mide ve sindirim sistemi rahatsızlıkları
- Ayakta mantar oluşumu
- Böbrek rahatsızlığı
- Kalp rahatsızlığı

11. Aşağıdakilerden hangisi sağlıklı giyeceklerde aranan özelliklerinden değildir?

- Giysilerde ter emme özelliği olmalıdır.
- Giysiler doğal maddelerden yapılmış olmalıdır
- Giysiler deri solunumuna engel olmamalıdır
- Giysiler Vücuda iyice oturacak özellikte olmalıdır
- Giysiler vücut dış ortamın etkilerinden koruyacak özellikte olmalıdır.

## İAL BİYOLOJİ LİSE 1 SAĞLIK BİLGİSİ ÇALIŞMA SORULARI

12. Aşağıdakilerden hangisi sağlıkla ilgili uyulması gereken kurallar arasında değildir?

- a) Otobüste giderken kitap okumak.
- b) Kitap okurken ışığı sol arka yukarıdan gelmesi
- c) Parlak ışıkta güneş gözlükleri kullanılması
- d) Televizyonu yeterli uzaklıkta izlemek
- e) sivilceleri patlatmak

13. I-Devlik

II-Cücelik

III-Mongolizm

Yukarıda verilenlerden hangisi veya hangilerinin nedeni sadece genetik faktördür?

- a) sadece I
- b) sadece II
- c) sadece III
- d) I-II
- e) I-II-III

14. Vücudunu oluşturan doku ve organlarda eksiklik, işlev bozukluğu, mikrop taşıma gibi durumların olması halinde olan bir birey hangi iyilik halindedir

- a) Ruhsal iyilik
- b) Bedensel iyilik
- c) Sosyal iyilik
- d) Sağlıksal iyilik
- e) Bireysel iyilik

15. Nerde nasıl davranacağını ve sorumluluklarını bilen, insanlarla iyi ilişkiler içinde olup büyüğünü, küçüğünü severek hoşgörülü davranabilen çevresiyle barışık halinde olan bir birey hangi iyilik halindedir

- a) Ruhsal iyilik
- b) Bedensel iyilik
- c) Sosyal iyilik
- d) Sağlıksal iyilik
- e) Bireysel iyilik

# İAL BİYOLOJİ LİSE 1 SAĞLIK BİLGİSİ ÇALIŞMA SORULARI

## D-KLASİK SORULAR 1

1. Sağlığa etki eden çevresel etmenlerden Biyolojik etmenlerin adlarını yazınız.
2. Sağlık hizmetlerini sınıflandırarak Koruyucu sağlık hizmetlerini açıklayınız.
3. Temel sağlık hizmetleri kapsamına giren uygulamalardan 7 tanesinin adını yazınız.
4. Saç temizliği ve bakımı nasıl yapılmalı kısaca açıklayınız.
5. Ağız kokusunun çeşitli sebepleri mevcuttur.Bunlardan 10 tanesinin adını yazınız.
6. Spor yapmanın insan vücudu ve yaşamına olan etkilerini kısaca özetleyiniz.
7. Sağlığa etki eden çevresel etmenleri maddeler halinde yazınız.
8. Bir ülkenin sağlık düzeyini gösteren sağlık ölçütleri nelerdir? (İsimlerini yazınız)
9. Banyo yaptıktan sonra rahatlama hissetmemizin sebebi nedir?
10. Aile planlaması sağlıklı yaşam için neden önemlidir?
11. Diş plağının etkisiyle ortaya çıkan diş hastalıklarının başlıca nedenleri nelerdir?
12. Sağlığa etki eden çevresel etmenlerden Fiziksel etmenlerin adlarını yazınız.
13. Sağlık hizmetlerini sınıflandırarak Tedaviye yönelik sağlık hizmetlerini açıklayınız.
14. Hasta haklarından 7 tanesinin adını yazınız.
15. Ayak temizliği ve bakımı nasıl yapılmalı kısaca açıklayınız.
16. Diş Çürüğü ve diş eti hastalıklarının vücutta meydana getirdiği rahatsızlıklardan 10 tanesinin adını yazınız.
17. Diş fırçalama tekniği hakkında kısaca bilgi veriniz
18. Koruyucu ve tedavi edici hizmetleri aşaması geçmiş olan bir bireye hangi tür sağlık hizmeti verilmelidir?
19. Aşırı nüfus artışı insan sağlığını nasıl etkiler?
20. Başlıca ağız ve diş hastalıklarının isimlerini yazınız.
21. Sağlığa etki eden biyolojik etmenleri maddeler halinde yazınız.
22. Tedavi hizmetleri kaç basamakta verilir? Örnekleriyle birlikte yazınız.
23. Dünya Sağlık Örgütü(WHO)'nun sağlığı tanımlanırken ele aldığı üç temel ölçüt nelerdir?
24. Dünya sağlık örgütü sağlığı nasıl tanımlamıştır?
25. Bir ülkenin sağlık harcamalarının amaçları nelerdir?
26. Sağlığa etki eden bünyesel etmenleri açıklayınız?
27. Koruyucu sağlık hizmetlerinin adlarını yazınız?
28. Temel sağlık hizmetlerinin niteliği ve kapsamı nelerdir?
29. Çevre kirliliğinin insanlara ne gibi zararları vardır?
30. Çevre kirliliğinin ortadan kaldırılması için neler yapılmalı?
31. Kişisel bakımın insanlara ne gibi yararları vardır? (Maddeler halinde.)
32. Vücudumuzda en fazla kirlenen organın temizliği ve bakımı nasıl olmalıdır?
33. Yakınlarımızdan ayrılırken sağlığın önemini belirtmek üzere ne deriz?
34. İç çamaşırlar neden 15-20 dakika suda kaynatılmalıdır?
35. Yıkamış çamaşırların güneşte kurutulmasının ne gibi faydaları vardır?
36. Banyo yaptıktan sonra rahatlama hissetmemizin sebebi nedir?
37. Sağlık nedir? Açıklayınız.
38. Sağlığa etki eden biyolojik etmenler nelerdir? Açıklayınız.
39. Sağlığa etki eden çevresel etmenler kaç ayrıdır? İsimlerini yazınız.
40. Sağlığa etki eden fiziksel etmenler nelerdir? Açıklayınız.
41. Sağlığa etki eden bünyesel etmenleri açıklayınız.
42. Basamaklı tedavi hizmetlerinin amacı ve yararını açıklayınız.
43. Koruyucu sağlık hizmetleri kaç ayrıdır.? Açıklayınız.
44. Sağlık hizmetlerinin temel amacı nedir.?
45. Tedavi hizmetleri kaç ayrıdır? İsimlerini yazınız.
46. Birinci basamak tedavi hizmetlerini açıklayınız.
47. İkinci basamak tedavi hizmetlerini açıklayınız.
48. Üçüncü basamak tedavi hizmetlerini açıklayınız.
49. Rehabilitasyon hizmetlerini açıklayınız.
50. Vektörlere örnek verip insan sağlığı açısından tehlikelerini belirtiniz.
51. Temizlik nedir.? Açıklayınız.
52. El tırnak temizliği ve bakımı nasıl olmalıdır? Açıklayınız.
53. Yüz,boyun ve koltuk altı temizliği nasıl olmalıdır? Açıklayınız.
54. Ayak temizliğinde dikkat edilmesi gerekenleri yazınız?
55. Diş ağrısının nedenleri nelerdir?
56. Diş ve dişeti hastalıkları zamanla tedavi edilmediğinde neden olacağı kayıplar nelerdir?
57. Ağız kokusunu önlemenin yolları nelerdir?
58. Toplum sağlığının kişi sağlığı ile ilişkisi nedir? Açıklayınız.
59. Mikrobik hastalıkların temizlikle ilişkisini açıklayınız.
60. El ve tırnak temizliği niçin önemlidir?
61. Diş çürümesini önlemek için neler yapmalıyız?
62. Ağız kokusunun sebepleri nelerdir?
63. Spor yapmanın faydaları nelerdir?
64. Ayakkabı seçerken nelere dikkat etmeliyiz?
65. Okurken ve çalışırken, göz sağlığını korumak için nelere dikkat etmeliyiz?
66. Yeterli ve dengeli beslenmeyi tanımlayınız.
67. Saç temizliği ve bakımı nasıl yapılır?
68. Banyo yaparken nelere dikkat etmeliyiz?
69. Tırnak bakımı nasıl yapılmalıdır?
70. Sağlıklı giysi nedir?
71. Sağlık eğitiminin amacı nedir?

## İAL BİYOLOJİ LİSE 1 SAĞLIK BİLGİSİ ÇALIŞMA SORULARI

### E-KLASİK SORULAR 2

1. Dünya Sağlık Örgütüne göre sağlığı tanımlayınız.
2. Ruhsal iyilik hâli nedir?
3. Sağlıklı birey, sağlıklı toplum kavramından ne anlıyorsunuz?
4. Bir toplumun sağlık düzeyini belirleyen en önemli ölçütler nelerdir?
5. Sağlığımızı etkileyen etmenler nelerdir?
6. Hastalıklardan korunabilmek için hangi sağlık hizmetlerinden yararlanmak gerekir?
7. Basamaklı sağlık sistemine göre hastalanan bir kişi önce hangi sağlık kuruluşuna başvurmalıdır?
8. Basamaklı sağlık sistemine uymamanın yararları nelerdir?
9. Rehabilitasyonun önemini açıklayınız.
10. Temel sağlık hizmetleri nelerdir?
  - 1 Sağlık nedir? Açıklayınız.
  - 2 Sağlığa etki eden biyolojik etmenler nelerdir? Açıklayınız.
  - 3 Sağlığa etki eden çevresel etmenler kaçça ayrılır? İsimlerini yazınız.
  - 4 Sağlığa etki eden fiziksel etmenler nelerdir? Açıklayınız.
  - 5 Sağlığa etki eden bünyesel etmenleri açıklayınız.
  - 6 Basamaklı tedavi hizmetlerinin amacı ve yararını açıklayınız.
  - 7 Koruyucu sağlık hizmetleri kaçça ayrılır? Açıklayınız.
  - 8 Sağlık hizmetlerinin temel amacı nedir? Açıklayınız.
  - 9 Tedavi hizmetleri kaçça ayrılır? İsimlerini yazınız.
  - 10 Birinci basamak tedavi hizmetlerini açıklayınız.
  - 11 İkinci basamak tedavi hizmetlerini açıklayınız.
  - 12 Üçüncü basamak tedavi hizmetlerini açıklayınız.
  - 13 Rehabilitasyon hizmetlerini açıklayınız.
  - 14 Vektörlere örnek verip insan sağlığı açısından tehlikelerini belirtiniz.
  - 15 Temizlik nedir? Açıklayınız.
  - 16 El tırnak temizliği ve bakımı nasıl olmalıdır? Açıklayınız.
  - 17 Yüz, boyun ve koltuk altı temizliği nasıl olmalıdır? Açıklayınız.
  - 18 Ayak temizliğinde dikkat edilmesi gerekenleri yazınız?
  - 19 Diş ağrısının nedenleri nelerdir?
  - 20 Diş ağrısının nedenleri nelerdir?
  - 21 Diş ve dişeti hastalıkları zamanla tedavi edilmediğinde neden olacağı kayıplar nelerdir?
  - 22 Ağız kokusunu önlemenin yolları nelerdir?
  - 23 Toplum sağlığının kişi sağlığı ile ilişkisi nedir? Açıklayınız.
  - 24 Mikrobik hastalıkların temizlikle ilişkisini açıklayınız.

### F-BOŞLUK DOLDURMA(TAMAMLAMA) SORULARI

1. Anne ve çocuk sağlığının korunmasının yolu.....dır.
2. Doku ve organların doğuştan, hastalık veya kaza sonucu kısmen ya da tamamen işlevsiz kalmasına .....denir.
3. ....:en çok el ve ayağın sürekli sürtünmeye uğrayan noktalarında ortaya çıkan üst derinin kalınlaşması ve sertleşmesidir.
4. Besinlerin uygun şartlarda üretilmesi saklanması ve kullanılma bölgelerine sağlıklı şartlarda iletilmesi için yapılan uygulamalara ..... denir.
5. Diş eti dokusunun iltihabına ..... denir.
6. El tırnakları yarım ay şeklinde ,ayak tırnakları ..... kesilmelidir.
7. Gingivit : .....
8. Hastalık yapan mikroorganizmalara ..... adı verilir
9. .... sadece hasta ya da sakat olmamak değil,bedenen,ruhen ve sosyal yönlerden tam bir iyilik halidir.
10. Temizlikte kullanılan 2 temel madde sabun ve ..... dur.
11. İnsan ve hayvanların ortak hastalıklarına ..... adı verilir.
12. Mikroplardan temizlenme işlemine.....denir.
13. Diş ..... , dişin en içinde yer alan ,sinir ve damarların bulunduğu bölümdür.
14. .... diş minesinin sertliğini sağlayan temel maddedir.
15. ....; D vitamin yetersizliğine bağlı olarak gelişen ,kemiklerde şekil bozukluklarına yol açan hastalıktır.
16. Okunan yazı ile göz arasındaki mesafe ..... cm olmalıdır.