

1. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre aşağıdakilerden hangisi sağlığın tanımıdır?

- A) Kişinin sosyal yönden kendisini iyi hissetmesi
- B) Kişinin fiziksel yönden kendini iyi hissetmesi
- C) Kişinin ruhen kendisini iyi hissetmesi
- D) Kişinin sosyal çevresi ile dengesini kurabilmesi
- E) Sadece hastalık ya da sakatlığın olmayışı değil kişinin bedenen, ruhen ve sosyal yönden kendisini iyi hissetmesi hali

2. Aşağıdakilerden hangisi aile planlamasının amaçları arasında yer almaz?

- A) Ailelerin istemedikleri çocuklara sahip olmalarını önlemek
- B) Kadınların sık aralıklarla doğum yapmalarına engel olarak sağlıklarını korumak
- C) Çok genç yaş ve çok ileri yaş kadınların gebe kalmalarına engel olmak
- D) Doğurgan çağ kadın ve erkekleri üreme ve doğum kontrolü konusunda bilgilendirmek
- E) Çocukların sosyal hizmet kurumlarında gerekli eğitimleri almalarını sağlamak

3. Aşağıdakilerden hangisi sağlık eğitiminin boyutları arasında yer almaz?

- A) Sağlık ve sağlık eğitimi kişiyi fiziksel, biyolojik ve sosyal çevresiyle bir bütün olarak ele alır.
- B) Sağlık eğitimi kişilere doğumdan ölüme kadar, tüm gelişim dönemlerinde yardım eden bir süreçtir.
- C) Sağlık eğitimi her bireyin en üst düzeyde sağlıklı yaşamasını hedefler ve onların hasta ya da özürü olduğu dönemlerde de sağlık ve hastalıklarıyla ilgilenir.
- D) Sağlık eğitimi birey, aile, grup ve tüm topluluklarla ilgilenir.
- E) Sağlık eğitimi sadece formal eğitimde yer alır.

4. Tedavi edici sağlık hizmetlerinde kaç basamak vardır?

- A) 5
- B) 4
- C) 3
- D) 2
- E) 1

5. Aşağıdakilerden hangisi Ottawa Bildirgesi'nin beş başlıklı eylem planında yer almaz?

- A) Sağlıklı kamu politikalarının oluşturulması
- B) Destekleyici bir çevrenin oluşturulması
- C) Toplum katılımının çok güçlendirilmesi
- D) Kişisel becerilerin geliştirilmesi
- E) Sağlık sorunlarının geleneksel çözümlere bağlı kalması

6. Enfeksiyon hastalıklarının belirtileri içerisinde en önemlisi aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Ateş
- B) Hâlsizlik
- C) Kilo kaybı
- D) Deri döküntüleri
- E) Ağrılar

7. I. Derece göz hizasında - yatay olarak, parmaklar arasında tutulur, gerekirse hafifçe öne-arkaya hareket ettirilerek civanın yeri belirlenir.

II. 35°C altında olmalıdır, bunun için cıvalı kısım aşağı gelecek şekilde termometre üst taraftan sıkıca tutulur ve el bilekten sallanarak civanın düşmesi sağlanır.

III. Cam termometre kırıldığında açığa çıkan civanın çevreye zarar verdiği unutulmadan uygun bir kaba alıp, toplama yerine teslim edilir.

**Yukarıdakilerden hangileri ateş ölçümü sırasında dikkat edilmesi gereken durumlar arasında yer alır?**

- A) Yalnız III
- B) I ve II
- C) Yalnız I
- D) II ve III
- E) I, II ve III

8. Aşağıdakilerden hangisi tansiyon değerini etkileyen etmenler arasında yer almaz?

- A) Kalbin pompalama gücü
- B) Periferik direnç
- C) Kalbin atış hızı
- D) Kanın viskozitesi
- E) Arter duvarının esnekliği

9. Hipertansiyon hedef organları içerisinde aşağıdakilerden hangisi yer almaz?

- A) Karaciğer
- B) Böbrekler
- C) Damarlar
- D) Göz
- E) Beyin

10. Kandan glukozun depolanmasını sağlayan enzim aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Glukagon
- B) Adrenalin
- C) Serotonin
- D) Dopamin
- E) İnsulin

11. Saç bakımı ve temizliği ile ilgili olarak aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

- A) Normal bir saçın haftada bir ya da iki kez şampuanlanması gerekmektedir.
- B) Fırçalama sert biçimde yapılmalıdır.
- C) Saç diplerinde kepek varsa, sık sık çok sıcak olmayan su ve sabunla yıkamak yararlıdır.
- D) Saç bakımında temiz fırça ve tarak kullanılmaktadır.
- E) Saçlar elektrikli kurutucularla kurutulabilir.

12. Yetişkinler günde kaç saat uymalıdır?

- A) 12-13
- B) 9-10
- C) 7-8
- D) 5-6
- E) 3-4

13. Aşağıdakilerden hangisi güvenli gıda hazırlanmasında Dünya Sağlık Örgütü'nün 10 Altın Kuralı arasında yer almaz?

- A) Pişirilmiş gıdaları tekrar ısıtmayın.
- B) Gıda işlemi için güvenli gıda seçin.
- C) Gıdalarınızı tam olarak pişirin.
- D) Pişmiş gıdaları vakit geçirmeden hemen yiyin.
- E) Pişirilmiş gıdaları dikkatlice depolayın.

14. Aşağıdakilerden hangisi yaşlılara yönelik genel diyet önerileri arasında yer almaz?

- A) Sağlıklı beslenme önerileri uygulamak
- B) Gün içinde sık yemek yemeyi sağlamak
- C) Yaşlıya en uygun menüyü sunmak
- D) Geceleri 15 saatten fazla aç kalmasını önlemek
- E) Yüksek enerji ve/veya yüksek proteinli besinleri hastaların tercihlerine göre temin etmek

15. Vücuttaki sıvı miktarının yüzde kaç oranında azalması yaşamsal risk oluşturmaktadır?

- A) 10
- B) 20
- C) 30
- D) 35
- E) 40

16. Genişletilmiş Bağışıklama Programı kapsamında hedeflenen ilk hastalıklar içerisinde aşağıdakilerden hangisi yer almaz?

- A) Difteri
- B) Boğmaca
- C) Verem
- D) Kabakulak
- E) Çocuk felci

17. Aşağıdakilerden hangisi faaliyet alanı olarak temel sağlık hizmeti denildiğinde akla gelmesi gereken konular arasında yer almaz?

- A) Halkın sağlık eğitimi
- B) Spor ve diyet
- C) Temiz suya ulaşabilme
- D) Temel ilaçların sağlanması
- E) Ana çocuk sağlığı ve aile plânlaması hizmetleri

18. Aşağıdakilerden hangisi dünyada yaşlılara yönelik yapılması önerilen aşılarından biri değildir?

- A) Mevsimsel grip aşısı
- B) Zatürre aşısı
- C) Suçiçeği aşısı
- D) Boğmaca aşısı
- E) Hepatit B aşısı

19. Uluslararası Sağlık Tüzüğü'ne göre uluslararası bir yolculuk yapan ve hastalığın bulaştığı bir bölgeden ayrılan kişilerden, aşağıdaki aşılarından hangisi istenebilir?

- A) Kuduz
- B) Hepatit C
- C) Suçiçeği
- D) Zatürre
- E) Sarı humma

20. Kuduz hastalığında eş zamanlı olarak hastayı ve hayvanı gözleme süresi kaç gündür?

- A) 3
- B) 5
- C) 7
- D) 10
- E) 15

LİDER yayınları

CEVAP ANAHTARI			
1	E	11	B
2	E	12	C
3	E	13	A
4	C	14	D
5	E	15	B
6	A	16	D
7	E	17	B
8	C	18	D
9	A	19	E
10	E	20	D