**مراجعة الفصل الأول**

1. **في العصور الأولى استخدمت .................. كأدوية**

أ-الحيوانات               ب-اللقاحات                 ج-الأعشاب               د-المضادات

1. **أول من احتفظ بسجلات صحية دقيقة**

أ-الرومان                     ب-الاغريق               ج-الصينيون               د-المصريون

1. **كان لديهم عدم إلمام ببنية جسم الانسان بسبب حظر التشريح**

أ-الرومان                     ب-الاغريق               ج-الصينيون            د-المصريون

1. **اهتموا بالعلاج الروحي**

أ-الرومان                   ب-الاغريق                ج-الصينيون             د-المغول

1. **أول من بدء علوم الطب الحديث**

 أ-الرومان                 ب-العرب                     ج -الإغريق               د-المغول

1. **اول من نظم الرعاية الصحية من خلال توفير الرعاية الطبية للجنود الجرحى**

أ-صينيون                ب-الرومان                      ج-الاغريق                   د-المغول

1. **كان لهم الدور في الربط بين أهمية الغذاء الجيد والنظافة الشخصية والوقاية من الأمراض**

 أ-الاغريق               ب -العرب                       ج-الرومان                   د-الفرس

1. **- كشف أسباب حمى الكلأ وميز بين الحصبة والجدري**

أ-ابن سينا             ب-الرازي                       ج-ابن البيطار              د-ابن النفيس

1. **أول من شرح الدورة الدموية الرئوية**

أ-ابن سينا               ب-الرازي                         ج-ابن البيطار            د-ابن النفيس

1. **أسس النظام الطبي الشامل**

 أ-ابن سينا             ب-الرازي                          ج-ابن البيطار             د-ابن النفيس

1. **اكتمل مشروع الجينوم البشري عام**

أ-1850                ب-1995                             ج-2003                 د-2010

1. **استخدام أنظمة الفيديو والصوت والحاسب لتقديم خدمات الرعاية الصحية**

أ-التطبيب عن بعد          ب-العلاج البديل        ج-رعاية كبار السن       د-احتواء التكلفة

1. **مصطلح Telemedicine يعني**

أ-التطبيب عن بعد          ب -العلاج البديل        ج-رعاية كبار السن       د-احتواء التكلفة

1. **جميع ما يلي من مميزات التطبيب عن بعد ما عدا**

 أ-توفير الوقت            ب-دقة التشخيص          ج -الوصول لمواقع مختلفة         د-الوقاية من الأمراض

1. **من متطلبات التطبيب عن بعد توافر**

أ-وسائل مواصلات           ب-أدوات مكتبية       ج-سجلات صحية الكترونية        د-غذاء صحي

1. **مصطلح Wellness يعني**

أ-العافية ب-الخصوبة ج-قبل الخصوبة د-النضج

1. **هو تمتع الفرد بصحة جيدة لقسم بتوازن الصحة البدنية والعقلية والاجتماعية**

أ-الشيخوخة ب-الخصوبة ج-العافية د-النضج

1. **جميع ما يلي من طرق الطب التكميلي او البديل ما عدا**

أ-الوخز بالأبر ب-الحجامة   ج -جراحة العظام  د-اليوجا

1. **مصطلح Alternative Therapies يعني**

 أ -الرعاية الطبية ب-الصحة العامة ج-الطب التكميلي د-الطب البديل

1. **تفشي مرض ما على مساحة جغرافية واسعة مصيباً عدد كبيراً من السكان**

أ-الالتهاب ب-الجائحة ج-العافية د-المرض

1. **توفى ٧٠٪ من المصابين بفيروس إيبولا في دول غرب أفريقيا عام**

أ-2019 ب-2014 ج-2012 د-1918

1. **متلازمة الشرق الأوسط التنفسية MERS كانت تنتقل بواسطة**

أ-الكلاب ب-الخنازير ج-القرود د-الجمال

1. **لفيروس المسبب للأنفلونزا الاسبانية ويعرف باسم H1N1 يسبب الآن مرض**

أ-انفلونزا الكلاب ب-انفلونزا الخنازير ج-انفلونزا القرود د-انفلونزا الطيور

1. **استخدام العمليات الجينية والكيميائية للمخلوقات الحية بهدف تطوير وتعديل المنتجات المفيدة**

أ-الطب البديل ب-التطبيب عن بعد ج-التكنولوجيا الحيوية د-احتواء التكلفة

**25 ـ يشهد مجال الرعاية الصحية تغيرات وتطورات سريعة بسبب التقدم في مجال :**

أ-الروبوتات ب-الزراعة ج-الأعشاب د-المضادات

* + - 1. **ـ مصطلح Cost Containment يعني :**

أ-التطبيب عن بعد ب-العلاج البديل ج-رعاية كبار السن د-احتواء التكلفة

**27ـ محاولة التحكم في ارتفاع تكلفة الرعاية الصحية :**

أ-التطبيب عن بعد ب-العلاج البديل ج-رعاية كبار السن د-احتواء التكلفة

**28ـ من أسباب ارتفاع تكاليف الرعاية الصحية :**

أ-التطورات التكنولوجية ب-الغذاء الجيد ج-ارتفاع متوسط العمر د-أ و ج

**29 ـ مصطلح Outpatient Services يعني :**

أ-خدمات العيادات الخارجية ب-الوقاية المبكرة ج-المشاركة في الخدمات د-العنقود الصحي

**30 ـ جميع ما يلي من طرق احتواء التكلفة ما عدا :**

أ-المشاركة في الخدمات ب-رعاية كبار السن ج-الشراء بالجملة د-توفير الطاقة

**31 ـ مصطلح Health cluster يعني :**

أ-خدمات العيادات الخارجية ب-الوقاية المبكرة ج-المشاركة في الخدمات د-العنقود الصحي

**32 ـ جميع ما يلي من خدمات الرعاية الصحية المنزلية ما عدا :**

أ-جراحة العيون ب-الرعاية التمريضية ج-العلاج التنفسي د-الخدمات الغذائية

**33ـ مصطلح Care Geriatric  يعني :**

أ-المشاركة في الخدمات ب-رعاية كبار السن ج-الشراء بالجملة د-توفير الطاقة

**34ـ أدركوا ارتباط بعض الامراض بسوء الصرف الصحي وعدم النظافة: ـ**

أ-المصريون ب-الصين القديمة ج-الرومان د-الاغريق

 **35ـ التهديدات التي تواجه هذا القرن هي: ـ**

أ-تكاثر البكتيريا ب-تحور الفيروسات ج-الامراض الفطرية د-نقص المضادات الحيوية

**36ـ زراعة القلب، والرئة، والكبد، والكلى مثال على: ـ**

أ-التدخل والوقاية المبكرة ب-توفير الطاقة ج-احتواء التكلفة د-التطورات التكنولوجية

**37 ـ مصطلح العنقود الصحي cluster Health يقصد به: ـ**

أ-الشراء بالجملة ب-توفير الطاقة ج-العيادات الخارجية د-المشاركة وإلغاء الازدواجية

38ـ **تتيح للمرضى تلقي الرعاية دون الحاجة إدخالهم المستشفيات**: ـ

أ-العيادات الخارجية ب-الوقاية المبكرة ج-توفير الطاقة د-الشراء بالجملة أو بالكميات

**39ـ حدد المركز السعودي الاعتماد المنشآت الصحي CBAHI معايير أداء: ـ**

أ-موحدة في المدن الطبية ب-موحدة ج-متباينة د-مختلفة حسب كفاءة المنشأة ـ

**40ـ يجب على مستهلك الرعاية الصحية: ـ**

أ-توفير الرعاية للمستفيد ب-خفض الجودة ج-منح الاعتماد د-الاطلاع على خيارات الرعاية ـ

**41ـ من مزايا الرعاية الصحية المنزلية: ـ**

أ-الزيادة في فترات التنويم ب-زيادة التكلفة ج-تقليل التكلفة د-الإقامة الطويلة في المستشفى ـ

42ـ **تلقي اللقاحات وفحص الاسنان والنظر بانتظام يعزز الصحة :**ـ

أ-العاطفية ب-الاجتماعية ج-البدنية  د-الروحية

43ـ **اكتشاف مرض باركنسون وترسب الاصبغة الدموية الوراثي يتم من خلال :ـ**

أ-علم الجينيوم ب-تكنولوجيا النانو ج-الاختبار الجيني  د-التكنولوجيا الحيوية

 **44ـ من سلبيات التطبيب عن بعد** :ـ

أ-توفير الوقت ب-الوصول لمواقع مختلفة ج-دقة التشخيص  د-الوقاية من الامراض

**السؤال الثاني: ضعي علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:**

|  |  |
| --- | --- |
| X | 1-الصحة العاطفية يعززها اتباع نظام غذائي متوازن وممارسة التمارين بانتظام |
| ✓ | 3**-تمتع الفرد بصحة جيدة تتسم بتوازن الصحة البدنية والعقلية والاجتماعية هذا ما يسمى ب الصحة (العافية)**. |
| X | 4**-في عام 1976 تفشى جائحة الانفلونزا الاسبانية مما تسببت بوفاة 40 مليون شخص** |
| X | 5**-العلاجات التكميلية تستخدم بدلا من العلاجات الطبية الحيوية**. |
| ✓ | 6**-العيادات الخارجية تتيح للمرضى تلقي الرعاية دون الحاجة الى ادخالهم للمستشفيات** |
| X | 7**-المصريون القدماء هم أول من استهلوا علوم الطب الحديث** |
| ✓ | 8**-انتشر فيروس كورونا في عام 2019 من الصين**. |
| ✓ | 9**-كانت الأعشاب والنباتات تستخدم قديما كأدوية** |
| ✓ | 10**-أدرك الرومان ارتباط الامراض بعدم النظافة الشخصية** |

**مراجعة الفصل الثاني**

1. **تقوم بتقديم خدمات الرعاية الصحية عبر التجمعات الصحية**

  أ-مجلس الضمان الصحي ج-هيئة الصحة العامة

  ب-الهيئة العامة للغذاء والدواء د-شركة تطوير القطاع الصحي القابضة

1. **تقوم بشراء الخدمات الصحية التي تقدمها الشركة القابضة وتقدمها للمواطنين**

أ ـ مركز التأمين الصحي الوطني ج-هيئة الصحة العامة

1. ب-الهيئة العامة للغذاء والدواء د-شركة تطوير القطاع الصحي القابضة
2. **تقوم برصد وقياس وتقييم ومنع أي عوامل خطر تهدد الصحة العامة ومنعها**.
3. مركز التأمين الصحي الوطني ج-هيئة الصحة العامة
4. ب-الهيئة العامة للغذاء والدواء د-شركة تطوير القطاع الصحي القابضة
5. **تقوم بتوعية المستهلك ومراقبة الأغذية والأدوية والأجهزة الطبية ووضع معايير لها**

أ-مركز التأمين الصحي الوطني ج-هيئة الصحة العامة

ب-الهيئة العامة للغذاء والدواء د-شركة تطوير القطاع الصحي القابضة

1. **تقوم بتنظيم الممارسات الصحية واعتماد العاملين في القطاع الصحي**
2. الشركة الوطنية للشراء (نوبك) ج-المجلس الصحي السعودي

 ب-الهيئة السعودية للتخصصات الصحية د-مجلس الضمان الصحي

1. **تقوم بتنظيم قطاع التامين الصحي الخاص وتعزيز كفاءة الخدمة المقدمة**

أ-الشركة الوطنية للشراء (نوبك) ج-المجلس الصحي السعودي

ب-الهيئة السعودية للتخصصات الصحية د-مجلس الضمان الصحي

1. **تقوم بشراء الأدوية والأجهزة المقدمة للمستشفيات الحكومية**

 أ-مجلس الضمان الصحي ج-الهيئة السعودية للتخصصات الصحية

 ب-الشركة الوطنية للشراء (نوبك) د-المجلس الصحي السعودي

1. **تقوم بوضع اللوائح لضمان التنسيق والتكامل بين الجهات ذات الصلة بالصحة**

 أ-الشركة الوطنية للشراء (نوبك) ج--مجلس الضمان الصحي

ب-المجلس الصحي السعودي د-الهيئة السعودية للتخصصات الصحية

1. **تعتمد على التبرعات ورسوم العضوية وتقدم خدماتها على المستوى الإقليمي والمحلي**.

أ-الوكالات التطوعية ب-المستشفيات التخصصية  ج-العيادات د-المختبرات

1. **من أمثلة الوكالات التطوعية.**

أ-عيادات أرام لتقويم الاسنان ج-مركز الملك سلمان للإغاثة

 ب-مراكز المغربي للعيون د-مستشفى سليمان الحبيب

1. **مصطلح Health Insurance يعني**

أ-الضمان الصحي ب-التأمين الصحي   ج-الصحة العامة   د-القطاع الصحي

1. **قيام الفرد بدفع مبلغ من المال بصورة منتظمة لشركة وفي المقابل تقوم هي بدفع جميع تكاليف علاجه**

أ-التامين الصحي      ب-احتواء التكلفة ج-التطبيب عن بعد د-الرعاية المنزلية

1. **المبالغ التي يجب أن يدفعها المريض مقابل الخدمات الطبية**

أ-الدفع المشترك   ب-تخصيص المنافع   ج-التأمين المشترك   د-الخصومات

 **14ـ مبلغ محدد يدفعه الفرد مقابل الحصول على خدمة معينة**

أ-الخصومات ب-التأمين المشترك       ج-تخصيص المنافع د-الدفع المشترك

**15ـ نسبة النفقات التي يتحملها كل من المريض وشركة التأمين**

أ-التأمين المشترك ب-الدفع المشترك ج-تخصيص المنافع د-الخصومات

**16ـ اتفاقية تتيح لطرف ثالث مثل الطبيب أو مرفق رعاية صحيحة بتحصيل المدفوعات من شركة التأمين مباشرة**

أ-التأمين المشترك ب-الدفع المشترك ج-تخصيص المنافع د-الخصومات

 **17ـ مجموعة من مقدمي الخدمات الصحية يعتمدهم مجلس الضمان الصحي وتحددهم شركة التأمين الصحي**

أ-الشركة الوطنية نوبك     ج-المجلس الصحي السعودي

 ب-الهيئة السعودية للتخصصات الصحية   د-شبكة مقدمي الخدمة المفضلين

**18ـ شبكة مقدمي الخدمة المفضلين يرمز لها بالاختصار**

أ-PNP ب-ATP ج-NNP د-PPN

**19ـ أي مما يلي ليس من الأهداف الرئيسية لبوليصة التأمين الصحي لتعزيز العلاج**

 أ-تعزيز الصحة   ب-جمع الأموال           ج-حماية المستفيدين د-تمكين المستفيدين

**20ـ علم يعني بدراسة مرض معين في السكان**

أ-علم الأوبئة ب-علم النفس ج-علم المجتمع د-علم السكان

**21 ـ مصطلح Bioethics يعني**

أ-أخلاقيات علم الأحياء ب-التأمين الصحي ج-التكنولوجيا الحيوية د-علم النفس

**22ـ مصطلح Epidemiology يعني**

أ-علم الأوبئة ب-علم الأحياء ج-علم الأنسجة د-علم النفس

 23 . **من أبرز مرافق الرعاية الصحية :ـ**

أ-المختبرات ب-مراكز العيون ج-المستشفيات  د-العيادات

 24ـ **شبكة متكاملة من مرافق الرعاية الصحية تندرج تحت هيكل إداري واحد :ـ**

أ-العلاج البديل ب-التجمع الصحي ج-رعاية المسنين  د-التطبيب عن بعد

  25ـ **يعود المرضى لمنازلهم فور تعافيهم من عملياتهم وعادة ما يكون ذلك بنفس اليوم :ـ**

أ-مراكز جراحة اليوم الواحد ج- مراكز قسطرة القلب

ب-عمليات الدماغ د-عمليات قص المعدة

 26ـ **في مخطط تنظيمي لمستشفى يتبع تسلسلياً للطبيب المعالج :ـ**

أ-الصيانة/لتدبير المنزلي ب-قسم الاعمال/لضمان ج-المختبر د- موظف الاستقبال/الممرضون

27ـ **اللوائح لضمان التنسيق والتكامل بين الجهات ذات الصلة بالصحة لتحسين وتعزيز الرعاية الصحية يضعها:ـ**

أ-المجلس الصحي السعودي ج-هيئة الغذاء والدواء

ب-هيئة الصحة العامة د-مركز التأمين الصحي

28**ـ يضع اللوائح لضمان التنسيق والتكامل بين الجهات ذات الصلة بالصحة لتحسين وتعزيز الرعاية الصحية :ـ**

أ-SHC  ج-CHI

ب-SFDA  د-PHA

29ـ **خدمات الرعاية الطارئة تشمل جميع المرافق التالية ماعدا** :ـ

أ-الطوارئ ج-الاسعاف

ب-المختبرات د-الهلال الأحمر السعودي

30 ـ **مرافق رعاية صحية تضم عدد من الأطباء العاديين ويتشاركون في نفس المبنى** :ـ

أ-المختبرات ج-العيادات

ب-مراكز العيون د-الرعاية طويلة الأمد

**31ـ مصطلح Dffices Dental يعني** :ـ

أ-المختبرات ج-المستشفيات

ب-مراكز العيون د-مكاتب طب الاسنان

32ـ **نوع من المستشفيات تقوم باستقبال حالات وفئات عمرية محددة** :ـ

أ-العسكرية ب-مراكز الجامعات ج- التخصصية د-العامة

**ضعي الرقم من العمود A أمام ما يناسبه من العمود B**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **الرقم**  | **العمود A** | **الرقم** |  **العمود B** |
| **1** | **NCCAM** | **5** | **وكالة تطوعية** |
| **2** | **العيادات التخصصية** | **4** | **هيئة الصحة العامة** |
| **3** | **Laboratories** | **3** | **فحص الدم والبول وإعداد أطقم الاسنان** |
| **4** | **PHA** | **2** | **مثل طب الامراض الجلدية وطب العيون** |
| **5** | **كالنا للامير فهد بن سلمان** | **1** | **المركز الوطني للطب البديل والتكميلي** |
| **6** | **رئيس التمريض** | **10** | **التأمين المشترك** |
| **7** | **المواظبة على الحفاظ على صحة جيدة** | **9** | **الخصومات** |
| **8** | **تهدف للتحقيق في كيفية اتخاذ قرارات الرعاية الصحية** | **8** | **اخلاقيات علم الاحياء** |
| **9** | **مبلغ يدفعه المريض قبل البوليصة** | **7** | **التمرينات الرياضية / الوجبات الصحية** |
| **10** | **التأمين بنسبة %20-80** | **6** | **غرفة الطوارئ** |

**مراجعة الفصل الثالث**

**1ـ من مهن المجال الصحي وتتطلب دبلوم فني لمدة سنة أو أكثر بعد المرحلة الثانوية**

أ-اخصائي ب-طبيب ج-صيدلي د-فني

**2ـ من مهن المجال الصحي وتتطلب درجة البكالوريوس لمدة ٤ سنوات أو أكثر من كلية أو جامعة**

أ-اخصائي ب-طبيب ج-فني د-صيدلي

1. **من مهن المجال الصحي وتتطلب درجة البكالوريوس لمدة ٥ سنوات أو أكثر من كلية أو جامعة**

أ-فني ب-أخصائي ج-طبيب د-صيدلي

 **ضمان مدى تلبية البرنامج الدراسي لمعايير جودة الجدارة المعتمدة**

أ-ريادة الأعمال ب-الاعتماد الأكاديمي ج-تخصيص المنافع د-الدفع المشترك

  **5ـ الاعتماد الأكاديمي تقوم بمنحه:**

أ-المجلس الصحي السعودي ج-شركات التأمين

ب-هيئة الغذاء والدواء د-الهيئة السعودية للتخصصات الصحية ـ

**6ـ تصدرها الجهة المختصة وتعني أن الشخص يلبي المعايير والمؤهلات التي تحددها الجهة المسؤولة عن المهنة**

أ-التامين ب-الترخيص ج-التسجيل د-الشهادة

 **7ـ ضروري للتوظيف وتجريه هيئة تنظيمية أو حكومية وتدير الاختبارات وتحتفظ بسجل للعاملين المؤهلين**

أ-التامين ب-التسجيل ج-الشهادة د-الترخيص

**8ـ يسمح للمسجلين بالعمل في مهنة معينة ويحدد نطاق الممارسة**

أ-التامين ب-التسجيل ج-الترخيص د-الشهادة

 9 ـ .**الأنشطة التعليمية والتدريبية في مجال الرعاية الصحية المحددة ضمن فترة زمنية معينة:**

أ-ساعات التعليم الطبي ب-ريادة الاعمال ج-تعزيز الصحة د-تمكين المستفيد

**10ـ كل مما يلي من مهن الخدمات العلاجية ما عدا :**

أ-المهن الطبية ب-فني مسلتزمات طبية ج-مهن التمريض د- طب الأسنان

**11ـ من مهامه مساعدة المرضى على الحفاظ على الأسنان وإزالة الترسبات والبقع من الأسنان :**

أ-طبيب الأسنان ب-أخصائي صحة الفم ج-أخصائي تقنية الأسنان د-مساعد طبيب الأسنان

**12ـ من مهامه تصنيع أطقم الأسنان والجسور والتيجان وأجهزة التقويم :**

أ-طبيب الأسنان ب-أخصائي صحة الفم ج-أخصائي تقنية الأسنان د-مساعد طبيب الأسنان

13ــ  **من مهامه تحضير المرضى ، مناولة الأدوات للطبيب ، تعقيم الأدوات ، تصوير الأشعة**

أ-طبيب الأسنان ب-أخصائي صحة الفم ج-أخصائي تقنية الأسنان د-مساعد طبيب الأسنان

**14 ـ من مهامه تقويم الأسنان والاستعاضة وجراحة الوجه والفكين وعلاج جذور الأسنان:**

أ-طبيب الأسنان ب-أخصائي صحة الفم ج-أخصائي تقنية الأسنان د-مساعد طبيب الأسنان

**15ـ أول من يصل لمكان الحادث ويستجوب المريض ويحدد سبب الإصابة :**

أ-المستجيب الطبي للحالات الطارئة ب-فنيو الحالات الطبية الطارئة ج-المساعدون الصحيون د-المسعفون

**16 ـ أي مما يلي ليس من المهن الطبية:**

أ-الطبيب ب-مساعدو الأطباء ج-المساعدون الصحيون د-الأخصائيون الاجتماعيون

**17ـ أي مما يلي من مهن الصحة النفسية والخدمات الاجتماعية :**

أ-اخصائيو علم النفس ب-الممرضون ج-أخصائيو التغذية د-فني مراقبة الجودة

**18 ـ من مهامه تشخيص الأمراض الحيوانية وعلاجها وإجراء جراحات للحيوانات:**

أ-الطبيب البيطري ب-التقني البيطري ج-المساعد البيطري د-أخصائي التغذية

**19ـ من مهامه تقديم عدة رعايات منها الولادات الطارئة ، العالقين ، نقل المرضى :**

أ-مراقبي الجودة ب-فنيو الحالات الطبية الطارئة ج-أخصائيو العلاج الطبيعي د-فنيو غسيل الكلى

**20 ـ يعالجون المرضى الذين لديهم مشاكل في النطق والكلام والبلع:**

أ-فنيو غرف العمليات ب-الصيادلة ج-اخصائيو التخاطب د-اخصائيو السمع

**21ـ يحضرون المرضى للعمليات الجراحية ويجهزون الأدوات والمعدات:**

أ-أخصائيو السمع ب-فنيو غرف العمليات ج-أخصائيو العلاج الطبيعي د-الصيادلة

**22 ـ من مهام مهن خدمات التغذية والحمية الغذائية:**

أ-النطق السليم ب-غسيل الكلى ج-التغذية السليمة د-تقويم الأسنان

**23ـ من مهامه تشغيل الآت تسجيل النبضات الكهربائية الصادرة عن القلب :**

أ-فني تخطيط كهربية الدماغ ب-فني مستلزمات طبية ج-فني تخطيط قلبي د-فني تركيب الأسنان

**24ـ من مهامه تشغيل الآت تسجيل النشاط الكهربائي الصادر عن الدماغ :**

أ-فني تخطيط كهربية الدماغ ب- فني مستلزمات طبية ج- فني تخطيط قلبي د- فني تركيب الأسنان

**24 ـ يدرسون الأنسجة والسوائل والخلايا للمساعدة في رصد الأمراض :**

أ-فني سحب الدم ب-اخصائي المختبرات الطبية ج-فني بصريات د-مساعد طبيب الأسنان

 **25ـ متخصصين في قياس الإبصار وفحص العيون وتحديد مشاكل الإبصار ويصفون عدسات تصحيحية :**

أ-تقني التصوير بالرنين ب-فني نظارات ج-فني بصريات د-أخصائي بصريات

**26 ـ من مهامه التقاط صور بالأشعة السينية للجسد بغرض التشخيص :**

أ-طبيب اشعة ب-تقني موجات فوق صوتية ج-فني أشعة د-تقني التصوير المقطعي بالرنين

**27ـ من مهامه تقديم جرعات محددة من الأشعة لمعالجة الأمراض كالسرطان :**

أ-طبيب أشعة ب-تقني موجات فوق صوتية ج-فني أشعة د-تقني التصوير بالرنين المغناطيسي

**28ـ من مهامه استخدام الموجات فوق الصوتية لمعاينة الجنين داخل الرحم :**

أ- طبيب أشعة ب- تقني موجات فوق صوتية ج- فني أشعة د- تقني التصوير بالرنين المغناطيسي

**29 ـ تقنية تستخدم للحصول على صور مقطعية للأنسجة والعظام والأعضاء :**

أ-التصوير المقطعي البوزيتروني ب-التصوير المقطعي المحوسب ج-الموجات فوق الصوتية د-التصوير بالرنين المغناطيسي

**30ـ تقنية تستخدم للحصول على صور مفصلة للتشريح الداخلي للأعضاء باستخدام مواصل مغناطيسية:**

أ- التصوير المقطعي البوزيتروني ب- التصوير المقطعي المحوسب ج- الموجات فوق الصوتية

 د- التصوير بالرنين المغناطيسي

**31 ـ تقنية تستخدم للحصول على صور ثلاثية الأبعاد من خلال حقن مادة إشعاعية وتصويرها :**

أ- التصوير المقطعي البوزيتروني ب- التصوير المقطعي المحوسب ج- الموجات فوق الصوتية د- التصوير بالرنين المغناطيسي

**32ـ من مهامهم تطوير اللقاحات والأدوية وإعداد برامج لإختبار الأغذية والأدوية:**

أ-مهندسين طبيين ب-علماء الأحياء ج-محلل جنائي د-اخصائي سمع

**33 ـ من مهامهم جمع الأدلة من مسرح الجرائم :**

أ- محلل جنائي ب- فنيو غرف العمليات ج- اخصائيو العلاج الطبيعي د- الصيادلة

**34ـ من مهامه التأكد من سلامة الأدوية والكيماويات وأثارها على الجسم من خلال الاختبارات والتجارب:**

أ-محلل جنائي ب-عالم وراثة ج-فني ضبط الجودة د-اختصاصي السموميات

**35 ـ الإشراف على المعلومات الإلكترونية أو الورقية لضمان السرية:**

أ- أخصائيو وبائيات ب- فنيو معلومات صحية ج- أمناء المكتبات الطبية د- إداريو معلومات صحية

**36ـ يتعاملون مع الآلة المستخدمة لتشخيص الأمراض ومعالجة المرضى والتحكم بهم ، وتركيب المعدات واختبارها:**

أ-تقنيو أجهزة طبية ب-فنيو مستلزمات طبية ج-فنيو معدات طبية د-اختصاصيو صحة صناعية

**37ـ يساعدون المرضى الذين يتساءلون فواتيرهم ، أو ترتيب الدفعات المالية إنهم موظفو:**

أ- الدخول ب- المكتبات الصحية ج- الإدارة د- الحسابات المالية

**38ـ يتعاملون مع الآلة المستخدمة لتشخيص الأمراض ومعالجة المرضى والتحكم بهم ، وتركيب المعدات واختبارها:**

أ-تقنيو أجهزة طبية ب-فنيو مستلزمات طبية ج-فنيو معدات طبية د-اختصاصيو صحة صناعية

**39ـ الاختصار للماسحات التصوير المقطعي بالإصدار البوزيتروني** هو**:**

أ- CT ب- PET ج- MRI د- EEG

**40ـ يوزعون الأدوية التي يدونها مختصو الرعاية الصحية المسؤولون عن وصف الأدوية:**

أ-الصيادلة ب-فنيو سحب الدم ج-فنيو غسيل الكلى د-أخصائيو السمع

**41ـ يقدمون العلاج لتحسين القدرة على التحرك ولتفادي الإعاقة الدائمة أو الحد منها عند المرضى:**

أ-أخصائيو العلاج الوظيفي ب- الصيادلة ج- فنيو العلاج الطبيعي د- أخصائيو العلاج الطبيعي

**42ـ من يقدم خدمات الطعام ويساعد على المشي وتقديم العلاجات الأساسية هم:**

أ-الممرضون ب-مساعدو التمريض ج-طبيب الأسرة د-مساعدو كبار السن

**مراجعة الفصل الرابع**

* 1. **عملية تبادل المعلومات والأراء والأفكار والمشاعر شفهيا أو خطيا أو بالسلوك غير اللفظي هو: ـ**

أ—التغذية الراجعة ب-التواصل ج-السرية د-الإبلاغ

* 1. **مصطلح Feedback يعني :**

أ-التغذية الراجعة ب-السرية ج-التواصل د-التسجيل

* 1. **الانتباه إلى ما يقوله الآخر وبذل جهد للتمكن من سماعه هو: ـ**

أ-التنوع الثقافي ب-التواصل ج-السرية د-الإصغاء

* 1. **يضم الفريق الجراحي الأشخاص التالين ما عدا :**

أ-ممثل جهة التأمين ب-الجراحون ج-طبيب التخدير د-فني البصريات

* 1. **مصطلح Leadership يعني :**

أ-القائد ب-القيادة ج-العمل الجماعي د-العلاقات بين الأفراد

* 1. **من مهامه توجيه الأخرين أو يكون مسؤولا عنهم :**

أ-الطبيب ب-الاختصاصي ج-القائد د-الفني

* 1. **رد فعل الجسم على أي محفز يتطلب من الشخص أن يتكيف مع بيئة متغيرة هو:**

أ-الإجهاد ب-المحفزات ج-السلوك د-الهدف

* 1. **نتيجة مرغوبة أو غاية مرجوة يعمل الفرد جاهدا من أجل تحقيقها :**

أ-الإجهاد ب-الهدف ج-التطوع د-التخطيط

* 1. **مصطلح Teamwork يعني :**

أ-العلاقات السليمة ب-الإجهاد ج-العمل الجماعي د-الاعتماد الأكاديمي

**10 ـ جميع الاتي من عناصر التواصل الأساسية ما عدا :**

أ-المرسل ب-الرسالة ج-المتلقي د-النظافة الشخصية

11ـ  **من مسببات الأجهاد الاتي ما عدا :**

أ-الإسترخاء ب-الإفراط في العمل ج-المرض د-المشكلات المادية

**12 ـ للتمتع بالصحة الجيدة يجب اتباع ...............عوامل :**

أ-أربعة ب-خمسة ج-ستة د-ثمانية

**13ـ أي مما يلي ليس من حواجز التواصل :**

أ-الإعاقات الجسدية والحسية ب-الإصغاء ج-التنوع الثقافي د-المواقف النفسية

**14 ـ أي مما يلي ليس من الملاحظات الموضوعية ( العلامات ):**

أ-التورم ب-الطفح الجلدي ج-الكدمات د-لغة العيون

**15ـ أي مما يلي ليس من وسائل التواصل غير اللفظي :**

أ-تعابير الوجه ب-لغة الجسد ج-لغة العيون د-المشتتات

**16 ـ أي مما يلي ليس من أسلوب حل المشكلات :**

أ-الملل ب-تحديد المشكلة ج-وضع خطة د-تقييم النتائج

**17 ـ عدم الإفصاح عن معلومات المريض إلا في الظروف الإستثنائية :**

أ-الإصغاء ب-التخطيط ج-الحادث د-السرية

**18 ـ كل مما يلي من أسباب الإفصاح عن سرية المعلومات عن المريض ما عدا :**

أ-حماية أشخاص تواصل معهم المريض ب-تعليم أعضاء الرعاية الصحية ج-حماية المجتمع ككل د-زيادة نفقات علاج المريض

 **19ـ جميع ما يلي خصائص يجب أن تتوافر لدى متلقي الرسالة ما عدا :**

أ-قادر على سماع الرسالة ب-قادر على فهم الرسالة ج-جالس بوضعية سليمة د-تجنب المقاطعات

**20 ـ جميع ما يلي من الحواجز النفسية لعملية التواصل ما عدا :**

أ-التحيز ب-الخوف ج-الأحكام المسبقة د-فقدان البصر

**21 ـ ملاحظات تسمى أعراض وهي لا يمكن رؤيتها أو الشعور بها (التصريحات التي يدلي بها المريض تسمى ملاحظات ) :**

أ-موضوعية ب-خيالية ج-الذاتية د-اجتماعية

**22 ـ كل ما يعيق أو يعترض طريق التواصل الواضح :**

أ-حواجز التواصل ب-التواصل الفعال ج-القيادة المهنية د-الإجهاد

**23ـ من أمثلة التنوعات الثقافية المعيقة لعملية التواصل :**

أ-فقدان السمع ب-الاختلافات اللغوية ج-الأحكام المسبقة د-فقدان النطق

**24 ـ ملاحظات تسمى علامات وهي التي يمكن رؤيتها والشعور بها ( الكدمات أو الجروح أو التورم ) أو قياسها ( ضغط الدم أو الحرارة ):**

أ-ذاتية ب-موضوعية ج-خيالية د-اجتماعية

 **25ـ استخدام كلمة ( انجاز ) بدلاً من ( تجنب ) مثال على صياغة الأهداف : ـ**

أ—بوضوح ودقة ب-بإيجابية ج-بمنطقية د-بحسب الأولوية

* + - 1. **ـ المهارة أو القدرة على تشجيع الناس على العمل معاً وبذل قصارى جهدهم لتحقيق الأهداف المشتركة :**

أ-القيادة ب-التواصل ج-الإصغاء د-التعاطف

 **27ـ المهارة أو القدرة على تشجيع الناس على العمل معاً وبذل قصارى جهدهم لتحقيق الأهداف المشتركة :**

أ- Leaderships ب- Leader ج- Stress د- Goal

**28ـ من الحالات الاستثنائية التي ترفع عنها السرية لسلامة المجتمع: ـ**

أ-تضخم البروستاتا ب-عمليات البواسير ج-عمليات الزائدة د-كوفيد 19

 **29ـ وضعت الهيئة السعودية للتخصصات الصحية ( SCFHS) معايير صارمة للحفاظ على .... :**

أ-قبول الحالات المرضية ب-التسجيل والإبلاغ ج-السرية د-التواصل الفعال

**30 ـ استخدام تعابير الوجه ولغة الجسد والإيماءات ولغة العيون بغرض نقل الرسائل والأفكار هو: ـ**

أ—التواصل اللفظي ب-التواصل غير اللفظي ج-تواصل سمعي د-تواصل لغوي

**31 ـ الأحكام المسبقة والصور النمطية والسلوكيات الشخصية ينتج عنها :**

أ-الإعاقات الحسية ب-الإعاقات الجسدية ج-التنوع الثقافي د-الحواجز النفسية

 **32** ـ **تساعد في الحد من الشعور بالتعب والإرهاق: ـ**

أ-الراحة ب-الوضعية السليمة ج-الرياضة د-النظام الغذائي

**33 ـ تتميز الرسالة الفعالة بـ :ـ**

أ-التعمق والاستفاضة ب-الإسهاب والإطالة ج-التشتت والتبعثر د-الوضوح والإيجاز

**34ـ عملية تبادل الآراء والأفكار والمشاعر سوا ًء شفهياً أو خطياً أو بالسلوك غير اللفظي: ـ**

أ-Feed back ب-Communication ج- Empathy د- Listening

 **35ـ الانتباه لما يقوله الآخر وبذل جهد للتمكن من سماعه :**

أ- Feed back ب- Empathy ج- Listening د- Communication

**36 ـ التحدث لصديق والتماس مساعدة الأشخاص الذين يمكنهم تقديم الدعم: ـ**

أ—تعزيز المتعة الذاتية ب-الاعتماد على الأخرين ج-عيش حياة صحية د-التخفيف من التوتر

**37 ـ نظام من المهارات العملية التي تسمح للفرد بالاستفادة من الوقت بأكبر قدر ممكن من الفعالية الإنتاجية:**

أ-الإستراتيجية ب-وضع الأهداف ج-الإجهاد د-إدارة الوقت

 **38 ـ رعاية المريض بعد الجراحة يقوم به: ـ**

أ-الجراحون ب- ممرضو غرفة العمليات ج- طاقم غرفة الإنعاش د- طاقم التعقيم

**39 ـ من العلاقات السلبية أو السيئة:ـ**

أ- التسبب بالإجهاد ب- زيادة الثقة بالذات ج- توفير السلامة والأمن د- تعزيز النمو الشخصي

**40 ـ يطلق على أبطال الصحة الجيش الأبيض بسبب:ـ**

أ- النظافة الشخصية ب- الصبر ج- الحذاء المناسب د- اللباس الموحد

**السؤال الثاني: ضعي علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:**

|  |  |
| --- | --- |
| X | 1-للتمتع بصحة جيدة يجب الإمتناع عن ممارسة الرياضة  |
| ✓ | 2**-من خطوات إدارة الوقت الفعالة التحليل وترتيب الأوليات**. |
| ✓ | 3**-من أساليب مهارة الإصغاء الإنتباه والنظر الى المتحدث طوال فترة التواصل**. |
| X | 4**-تسمى الملاحظات الذاتية علامات .** |
| X | 5**-من استراتيجيات بناء علاقة سليمة انتقاد الآخرين .**. |
| ✓ | 6**-من مهام اختصاصيو الجراحة يحضرون الأدوات ويناولونها للجراح .** |
| X | 7**-تسمى المحفزات على التغير أو تبديل السلوك بالإجهاد** |
| ✓ | 8**-من صفات القائد إلهام الآخرين وتحفيزهم .**. |
| ✓ | 9**-من الأهداف القصيرة الأجل للطالب في الصف الثالث ثانوي التقدم بطلبات دخول الى الجامعات** |
| ✓ | 10**-من أساليب التخفيف من الإجهاد الابتعاد عن الضجيج**  |

**السؤال الثالث:ـ اكتب الرقم من العمود A أمام ما يناسبه من العمود B**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **الرقم**  | **العمود A** | **الرقم** |  **العمود B** |
| **1** | **ترتيب الأولويات وجدولة المهام** |  **7** | **اختصاصيو الجراحة** |
| **2** | **التفكير في بالقيم والمعتقدات بمزيد من القوة والتركيز** |  **6**  | **العمل الجماعي** |
| **3** | **تحديد الطريقة التي ترغب في اتباعها للتعامل مع الإجهاد** |  **5** | **طاقم غرفة الإنعاش** |
| **4** | **حماماً دافئا** | **4** | **استرخاء** |
| **5** | **يرعون المريض بعد الجراحة** |  **3** | **اختر** |
| **6** | **اجتماع عدد كبير من الاختصاصيين** | **2** | **التأمل** |
| **7** | **يحضرون الأدوات ويناولونها للجراح** | **1** | **خطة إدارة الوقت** |
| **8** | **تفادي مقاطعة المتحدث** | **14** | **مديرو الرعاية الصحية** |
| **9** | **الصدق وحس المسؤولية وتقبل النقد والتكتم** | **13** | **تقنيو موجات فوق صوتية** |
| **10** | **المرسل ، الرسالة ، المتلقي** | **12** | **فنيو ضبط الجودة** |
| **11** | **أجهزة تنظيم ضربات القلب** | **11** | **مهندسون طبيون حيويون** |
| **12** | **اختبار المنتجات قبل وأثناء الإنتاج** | **10** | **عناصر التواصل** |
| **13** | **مخططو الصدى التشخيصي الطبي** | **9** | **صفات شخصية** |
| **14** | **تخطيط ، توجيه ، تنسيق ، إشراف ، تشغيل** | **8** | **الإصغاء** |

**السؤال الرابع :ـ** **قارن بين كل من :ـ**

**1ـ الملاحظات الموضوعية الملاحظات الذاتية**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  **أوجه المقارنة** | **الملاحظات الذاتية** | **الملاحظات الموضوعية** |
| **الاسم الاخر لها**  | **الأعراض** | **العلامات** |
|  **تعريفها**  | **هي الملاحظات التي لا يمكن رؤيتها أو الشعور بها**  | **هي الملاحظات التي يمكن رؤيتها**  |
| **أمثلة**  | **التصريحات التي يدلي بها المريض مثل الصداع ـ المغص** | **1ـ رويتها مثل الكدمات أو التورم أو الطفح الجلدي .****2ـ قياسها مثل ضغط الدم أو الحرارة** |

**السؤال الخامس:ـ** **عدد ثلاثاً مما يلي :ـ**

**1ـ خطوات إدارة الوقت الفعالة**

 **تخطيط العمل ـ تجنب المشتتات ـ مكافأة الذات ـ جدولة المهام ـ إعداد قائمة يومية بالمهام ـ التحليل وترتيب الأولويات ـ تحديد الهوايات والأمور المفضلة**

**2ـ خطوات حل المشكلات .**

 **جمع المعلومات والبيانات ـ تحديد المشكلة ـ طرح الحلول المحتملة ـ وضع خطة ـ العمل على تنفيذ الخطة ـ تقييم النتائج ـ تغير الحل عند الحاجة.**

**3ـ أساليب التخفيف من الإجهاد .**

 **عيش حياة صحية ـ الاسترخاء ـ أخذ استراحة من عوامل الإجهاد ـ الابتعاد عن الضجيج ـ التخفيف من التوتر ـ التأمل ـ الاعتماد على الآخرين ـ التخيل ـ تعزيز المتعة الذاتية.**

**4 ـ مسببات الإجهاد**

**العلاقات مع أفراد الأسرة والأصدقاء ـ متطلبات العمل والمدرسة ـ المرض ـ نمط الحياة ـ المشكلات المادية ـ الأحداث العائلية ـ الإفراط في العمل ـ محدودية الوقت ـ الملل والمشاعر السلبية .**

**5ـ صفات القادة**

 **احترام حقوق الآخرين وأرائهم وقدراتهم ـ فهم مباديء الشورى وعملية اتخاذ القرارات بواسطة التشاور ـ العمل مع المجموعة وإرشادها ـ إالهام الآخرين وتحفيزهم ـ المساهمة في التعليم المستمر .إظهار الثقة بالنفس ـ فهم مصادر القوة والضعف في الشخصية .**

**6ـ مزايا العلآقات السليمة بين الأفراد**

 **حس الإنتماء إلى جماعة معينة والتقدير الذاتي ـ تشجيع المشاركة في الأفكار أو النشاطات الجديدة ـ تعزيز النمو الشخصي ـ توفير السلامة والأمن ـ زيادة الثقة بالذات ـ تحسين الصحة الجسدية عن طريق تقليل الإجهاد .**

**7 ـ الاستراتيجيات المتبعة لبناء علاقات سليمة**

 **الحفاظ على سلوك إيجابي ـ التصرف بود مع الآخرين والتعاون معهم ـ مساعدة الآخرين ـإحترام آراء الآخرين ـ إظهار المرونة في التعامل مع الآخرين ـ تجنب إنتقاد الآخرين ـ دعم الآخرين وتشجعيهم .**

**8ـ أساليب اكتساب مهارة الإصغاء**

 **إبداء الاهتمام بما يقوله المتحدث ـ الانتباه والنظر الى المتحدث طوال فترة التواصل ـ الانتباه إلى ما يقوله المتحدث ـ تفادي مقاطعة المتحدث ـ الحفاظ على السلوك الإيجابي .**

**9ـ عناصر التواصل الأساسية**

**المرسل ـ الرسالة ـ المتلقي**

**10ـأهم عناصر التواصل الفعال**

 **أن تكون الرسالة الواضحةـ أن ينقل المرسل رسالته بوضوح وإيجاز ـ أن يكون المتلقي قادرا على سماع الرسالة وتلقيها ـ أن يكون المتلقي قادرا على فهم مضمون الرسالة ـ تجنب المقاطعات والمشتتات**

**11ـ عناصر المظهر المهني .**

 **اللباس الموحد ـ الحذاء المناسب ـ الملابس الشخصية ـ النظافة الشخصية ـ شارة الاسم أو بطاقة التعريف**

**12ـ العوامل للتمتع بالصحة الجيدة**

 **النظام الغذائي ـ الراحة ـ الرياضة ـ الوضعية السليمة ـ الابتعاد عن التبغ والمخدرات ـ الفحوصات الواقية**

**13ـ الصفات الشخصية لمقدمي الرعاية الصحية**

 **الصدق اللباقة ـ الصبر ـ تقبل النقد ـ التكتم ـ الحماس ـ المهنية ـ الكفاءة ـ حس المسؤولية**

**مراجعة الفصل الخامس**

* 1. **اتفاقية بين طرفين أو أكثر هو: ـ**

أ—التراضي ب-العقد ج-العرض د-الإذن الطبي

* 1. **اطلاق الشتائم أو الصراخ بكلمات غير لائقة لوصف العرق أو الجنس :**

أ-إساءة لفظية ب-إساءة جسدية ج-إساءة نفسية د-إهمال

* 1. **خطأ مدني لا يقوم على أي عقد مبرم : ـ**

أ-التشهير ب-المسؤوليات ج-السرية د-الضرر

* 1. **الفشل في تقديم الرعاية الصحية المتوقعة عادة من شخص ما في منصب أو دور معين :**

أ-الإذن الطبي ب-الإهمال ج-الإعتداء والضرب د-سوء التصرف

* 1. **تقيد الشخص أو حريته بدون إذن: ـ**

أ—انتهاك الخصوصية ب-الإهمال ج-الاحتجاز التعسفي د-الإذن الطبي

* 1. **التهديد بالأذى ‘ انكار الحقوق المكتسبة ‘التقليل من شأن الشخص أوترهيبه أو السخرية منه :**

أ-إساءة لفظية ب-إساءة جسدية ج-إساءة نفسية د-إهمال

* 1. **تسبب بيانات كاذبة بالسخرية من شخص ما أو الإضرار بسمعته : ـ**

أ-التشهير ب-الإهمال ج-الإساءة د-الضرر

* 1. **الحفاظ على خصوصية معلومات المريض وعدم مشاركتها سوى مع الأعضاء الأخرين في فريق الرعاية الصحية الخاص به :**

أ-الإذن الطبي ب-الحبة الرقمية ج-الاخلاقيات د-السرية

* 1. **دواء مدمج فيه التكنولوجيا الاستشعار ومخصص لعلاج مجموعة من الأمراض النفسية الخطيرة: ـ**

أ—التراضي ب-الحبة الرقمية ج-الاخلاقيات د-الإذن الطبي

* 1. **مصطلح Ethics يعني :**

أ-الأخلاقيات ب-الإساءة ج-العقد د-إهمال

* 1. **من المعلومات السرية التي يستثني القانون الإبلاغ عنها : ـ**

أ-التشهير ب-تعاطي الممنوعات ج-الأمراض المعدية د-كل من ب وج

* 1. **يحجز المريض موعداً في مكان الرعاية الصحية ويوافق على العلاج أو الخدمات المقدمة له :**

أ-العوائق ب-التراضي ج-العرض د-المقابل

* 1. **القانون المختص بالجرائم أو الأخطاء المرتكبة بحق شخص معين أو ممتلكات أو المجتمع: ـ**

أ—القانون المدني ب-القانون الرئاسي ج-القانون الجنائي د-القانون العسكري

* 1. **التعرض للفرد باللمس المحرم وغير المباح من دون قبوله :**

أ-التشهير ب-الإساءة ج-الإعتداء د-الضرب

* 1. **يلجأ فرد من الأسرة إلى التهديدات أو التلاعب أو العداونية أو السلوك العنيف : ـ**

أ-الإساءة النفسية ب-الإساءة اللفظية ج-الإساءة المنزلية د-الإساءة الجسدي

* 1. **جميع الأمثلة التالية من العوائق القانونية ما عدا :**

أ-القاصرون ب-الأشخاص المؤهلين ج-الأشخاص تحت تأثير الممنوعات د-الأشخاص غير المؤهلين عقلياً

**السؤال الخامس:ـ** **عدد ثلاثاً مما يلي :ـ**

**1ـ المخالفات التي توجب اتخاذ إجراءات قانونية**

 **سوء التصرف ـ الإهمال ـ الإعتداء والضرب ـ إنتهاك الخصوصية ـ الاحتجاز التعسفي ـ الإساءة ـ التشهير.**

**2 ـ الإنظمة ذات الصلة بالمعايير الوطنية التي تنظم قطاع الرعاية الصحية**

 **النظام الصحي ولائحته التنفذية ـ نظام مزاولة المهن الصحية ـ وثيقة حقوق وواجبات المريض ـ الدلي السعودي للإذن الطبي ـ نظام المؤسسات الصحية الخاصة ـ نظام الرعاية الصحية النفسية .**

**3 ـ المعايير المهنية**

 **القيام بالإجراءات التي تم التدرب عليها ويسمح بها القانون ـ استخدام الطرق السليمة المعتمدة أثناء تنفيذ أي إجراء ـ التعرف على المريض ـ الحصول على موافقة المريض قبل تنفيذ أي إجراء ـ مراعاة كافة احتياطات السلامة ـ الحفاظ على سرية المعلومات ـ معاملة جميع المرضى بمساوة ـ التحلي بالمهنية .**

**4 ـ حقوق المرضى**

 **اختيار مقدمي الرعاية الصحية ـ الوصول الى خدمات الطوارئ الصحية عند الحاجة ـ الحصول على معلومات دقيقة سهلة الفهم ـ الاستعانة بالوالدين أو أولياء الأمور أو أفراد الأسرة أو الأوصياء ـ عدم التعرض لأي تميز عند الحصول على خدمة الرعاية الصحية ـ الحصول على رعاية محترمة ومراعاة شعور الآخرين**

**السؤال الرابع :ـ** **قارن بين كل من :ـ**

**1 ـ القانون الجنائي والقانون المدني**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **أوجه المقارنة** |  **القانون الجنائي**  |  **القانون المدني** |
| **التعريف** | **القانون المختص بالجرائم أو الأخطاء المرتكبة بحق شخص معين أو ممتلكات محددة أو حتى المجتمع** | **القانون المختص بالعلاقات القانونية في ما بين الأشخاص وبحماية حقوق الإنسان** |
| **مثال** | **ممارسة المهنة من دون الحصول على ترخيص ـ حيازة غير مشروعة للممنوعات ـ السرقة ـ القتل ـ استخدام مواد مخدرة**  | **الأضرار والعقود** |

**مراجعة الفصل السادس**

* 1. **المصطلح Prefix يعني: ـ**

أ—المرادفات ب- البادئة ج-اللاحقة د-جذر الكلمة

* 1. **المصطلح Suffix يعني :**

أ-اللاحقة ب-البادئة ج-جذر الكلمة د-المرادفة

* 1. **المصطلح Word Root يعني : ـ**

أ-المرادفة ب-البادئة ج-جذور الكلمات د-اللاحقة

* 1. **المصطلح Eponyms يعني:**

أ-جذر الكلمة ب-المرادفات ج-اللاحقة د-البادئة

* 1. **المصطلحات التي يتم تسميتها نسبة إلى أسماء الأشخاص أو الأماكن أو الأشياء هي: ـ**

أ—جذور الكلمات ب-البادئة ج-المرادفات د-اللاحقة

* 1. **مشبك اليس الطبي وملقط اديسون يعتبروا من:**

أ-الأدوات الطبية ب-الاختبارات التشخيصية ج-الأمراض د-الإشارات الطبية

* 1. **تمارين كيجل ومناورة هيمليخ يعتبروا من : ـ**

أ-العمليات الجراحية ب-الإشارات الطبية ج-الأمراض د-العلاجات الطبية

* 1. **صيغ أقصر من الكلمات وعادة تكون مجرد أحرف تستخدم في جميع وظائف الرعاية الصحية :**

أ-المرادفات ب-الاختصارات ج-الاخلاقيات د-اللاحقة

* 1. **المصطلح الطبي الصحيح ( لمعدل ضربات قلب سريع ) : ـ**

أ—E ncephalogram ب-Postrhinoplasty ج-Tachycardia د-Tachypnea

* 1. **في كلمة Pseudoappendicitis تكون البدائة :**

أ-pseudo ب-itis ج-Appendic د-ndic

* 1. **HA اختصار لـ...: ـ**

أ—فحص ب-مريض ج-صداع الرأس د-كسر

* 1. **CBC أختصار لـ.............:**

أ-فحص دم شامل ب-تخطيط قلب ج-غرفة الطواريء د-داء السكري

* 1. **اختصار للغثيان والقيء والإسهال هو : ـ**

أ-NPO ب-NVD ج-MRI د-OP

* 1. **إختصار لمستوى السكر الصائم في الدم هو :**

أ-BP ب-FBS ج-TSH د-WBC

* 1. **المصطلح الطبي Pathology حرف الربط المتحرك هو: ـ**

أ— o ب- a ج-l د-h

* 1. **في كلمة Cardiomegalyتكون اللاحقة هي :**

أ-megaly- ب-diome ج-megalyـ د-cardio

* 1. **يعبر اختصاراً للعلامات الحيوية بـ ...: ـ**

أ-UV ب-VS ج-XR د-WBC

* 1. **اجراء ويبل وبتر سليم تنسب طبياً لـ ...... :**

أ-العمليات الجراحية ب-الإشارات الطبية ج-الاختبارات التشخيصية د- الأدوات والأجهزة الطبية

* 1. **تفاحة آدم وقناة استاكيوس تنسب طبياً لـ .......... ـ**

أ— العمليات الجراحية ب- الإشارات الطبية ج- الاختبارات التشخيصية د- الأجزاء التشريحية

* 1. **المصطلحات التي يتم تسميتها نسبة إلى أسماء الأشخاص أو الأماكن أو الأشياء هي :**

أ-Encephalogram ب-Suffix ج-Eponyms د-Abbreviation

* 1. **تشير اللاحقة itis إلى ....: ـ**

أ-رشح ب-التهاب ج- مضاد د-احتقان

* 1. **مجموعة من الأحرف تضاف لنهاية الكلمات : ـ**

أ-اللاحقة ب-البادئة ج-جذر الكلمة د- حرف o

* 1. **مجموعة من الأحرف تضاف لنهاية الكلمات : ـ**

أ— **Prefix** ب- **Suffix** ج- **Word Root** د- **itis**

* 1. **مجموعة من الأحرف تضاف لبداية الكلمة :**

أ- **Prefix** ب-**Suffix**  ج- **Word Root** د- **itis**

* 1. **مجموعة من الأحرف تضاف لبداية الكلمات : ـ**

أ-اللاحقة ب-البادئة ج-جذر الكلمة د- حرف o

**السؤال الثاني: ضعي علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:**

|  |  |
| --- | --- |
| X | 1-تتم إضافة لاحقة إلى بداية جذر الكلمة . |
| ✓ | 2**- Hyper-** **مثال على البادئة** . |
| ✓ | 3**-عند إضافة بادئة يجب أن تضيف حرف ربط متحركاً .**. |
| X | 4**-نستخدم دائماً حرف رابط متحرك عند الجمع بين جذري كلمتين.** |
| X | 5**-ممكن استعمال اختصار b4 لـ before.**. |
| ✓ | 6**. يتم استخدام صيغة دمج عندما تبدأ اللاحقة بحرف ساكن .** |
| X | 7**-ممكن استخدام اختصارات الرسائل النصية في المستندات الرسمية.** |
| ✓ | 8**-قد يتم دمج العديد من الاختصارات لإعطاء الأوامر والتوجيهات في الرعاية الصحية .**. |
| ✓ | 9**-من المرادفات المستخدمة في الأجزاء التشريحية تفاحة آدم .** |
| X | 10**-كلمة Tonsillitis تعني التهاب الزائدة الدودية .** |

**السؤال الثالث:ـ اكتب الرقم من العمود A أمام ما يناسبه من العمود B**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **الرقم**  | **العمود A** | **الرقم** |  **العمود B** |
| **1** | **خلف** | **7** | **WHO** |
| **2** | **مثال على البادئة** | **6** | **CPR** |
| **3** | **التهاب** | **1** | **Retro** |
| **4** | **ألم** | **4** | **Algia** |
| **5** | **إحداث شق** | **5** | **Otomy** |
| **6** | **الإنعاش القلبي** | **3** | **itis** |
| **7** | **منظمة الصحة العالمية** | **2** | **Hyper** |

**السؤال الرابع:ـ اكتب الاختصارات الطبية لشرح الحالات التالية:**

**1ـ مريض لديه الرغبة في تخطيط كهربية القلب وعمل تصوير الصدر سينياً أو إشعاعياً .**

 **Pt لديه الرغبة في و ECG وعمل CXR .**

**2ـ مريض يريد قسم الطوارئ وتم إحالته للعيادات الخارجية .**

 **Pt يريد ED وتم احالته OP .**

**3ـ مريض يحتاج مضادا للالتهاب كل أربع ساعات ومراقبة العلامات الحيوية كل 8 ساعات .**

 **Pt يحتاج NSAIDs كل q4h ومراقبة VS كل q8h .**

**مراجعة الفصل السابع**

* 1. **التفاعلات والعلاقات مع الاخرين كالعائلة والأصدقاء والأقران يعبر عن التطور: ـ**

أ—الجسدي ب-الاجتماعي ج-العقلي أو المعرفي د-العاطفي

* 1. **مرحلة من عمر 19 وحتى 40 سنة :ـ**

أ-الرشد المبكر ب-المراهقة ج-الرشد المتوسط د-الرشد المتأخر

* 1. **توجيه الفم للرضيع نحو أي شيء يلمس الخد : ـ**

أ-المص ب-التمسك ج-الإجفال د-التجذير

* 1. **الاستجابة للمسة خفيفة على الشفتين للرضيع :**

أ-رد فعل التمسك ب-رد فعل المص ج-التجذير د-الإجفال

* 1. **يكون لدى معظم من أربع إلى ثمان أسنان بحلول نهاية .............: ـ**

أ—الأربع سنوات ب-السنة الثالثة ج-السنة الأولى د-السنتين

* 1. **يشعر الأطفال بالبهجة والعاطفة تجاه الاسرة ومقدمي الرعاية الصحية بعمر... :**

أ-6 أشهر ب-12 شهر ج-18 شهر د-3 شهور

* 1. **استبدال هدف معين بهدف آخر لتحقيق النجاح : ـ**

أ-المبادلة ب-الترير ج-اللوم د-النقل

* 1. **التفكير بطريقة بعيدة عن الواقع عندما يكون الفرد بكامل وعيه :**

أ-التبرير ب-اللوم ج-القمع د-أحلام اليقظة

* 1. **نقل الأفكار والمشاعر غير المقبولة أو المؤلمة إلى اللاوعي: ـ**

أ—اللوم ب-القمع ج-التبرير د-أحلام اليقظة

* 1. **استخدام عذر معقول أو تفسير مقبول لتجنب الإعتراف بالسبب الحقيقي أو الدافع الواقعي الذي يقف خلفها :**

أ-المبادلة ب-اللوم ج-التبرير د-القمع

* 1. **الأفعال اللاواعية التي تساعد الفرد على التعامل مع المواقف غير السارة أو السلوكيات غير المقبولة إجتماعياً :**

أ-تحقيق الذات ب-الآليات الدفاعية ج-الاحتياجات د-التقدير

* 1. **مصطلح Self- Actualization يعني :**

أ-الاليات الدفاعية ب-تلبية الاحتياجات ج-الحاجة للتقدير د- تحقيق الذات

* 1. **تحقيق الأفراد كامل إمكاناتهم التي أرادوا الوصول إليها هو .........: ـ**

أ—تلبية الاحتياجات ب-الاليات الدفاعية ج-تحقيق الذات د-الحاجة للتقدير

* 1. **مصطلح Esteem يعني ....... :**

أ-الاليات الدفاعية ب-الحاجة للتقدير ج-تحقيق الذات د-تلبية الاحتياجات

* 1. **الشعور بالأهمية والجدارة هو ........ : ـ**

أ-الاليات الدفاعية ب-تلبية الاحتياجات ج-الحاجة للتقدير د-تحقيق الذات

* 1. **نقص في شيء مطلوب أو مرغوب فيه ........ :**

أ-تحقيق الذات ب-اللوم ج-الاحتياجات د-التقدير

* 1. **طور عالم النفس الشهير ............ تسلسلاً هرمياً للإحتياجات :**

أ-مندل ب-ماسلو ج-دارون د-لينيوس

* 1. **الاحتياجات الأساسية حسب هرم ماسلو هي الاحتياجات............ :**

أ-التقدير ب-الفسيولوجية ج-الآمان د- الاجتماعية

* 1. **المستوى الثالث من تسلسل ماسلو الهرمي للاحتياجات هي الاحتياجات .....: ـ**

أ—الاجتماعية ب-الآمان ج-الفسيولوجية د-الحاجة للتقدير

* 1. **مصطلح السن الذهبي هي مرحلة ............ : ـ**

أ-الرشد المتوسط ب-الرشد المتأخر ج-الرشد المبكر د-المراهقة

* 1. **مرحلة منتصف العمر هي مرحلة ........ : ـ**

أ-الرشد المتوسط ب-الرشد المبكر ج-الرشد المتأخر د-المراهقة

* 1. **فترة يعاني فيها الرجال من تباطؤ في انتاج الهرمونات وتغيرات جسدية ونفسية :**

أ-النضج ب-المراهقة ج-سن اليأس د-الشباب

* 1. **مصطلح Adolescence يعني .............:ـ**

أ-الرضاعة ب-المراهقة ج-الرشد المبكر د-الطفولة المتأخرة

* 1. **تحدث طفرة النمو في مرحلة ........... :**

أ-المراهقة ب-الطفولة المتأخرة ج-الرشد المبكر د- الطفولة المبكرة

* 1. **من اضطرابات النظام الغذائي شيوعاً عند المراهقين .......... ـ**

أ—فقدان الشهية العصابي ب-النهام العصبي ج-الشره المرضي د-جميع ماسبق

* 1. **مرحلة من عمر الانسان مهمة للإنجاب وينتج عنها أطفال أكثر صحة :**

أ-الرشد المتأخر ب-الرشد المبكر ج-المراهقة د-الرضاعة

**السؤال الثاني:ـ اكتب الرقم من العمود A أمام ما يناسبه من العمود B**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  **الرقم**  | **العمود A** | **الرقم** |  **العمود B** |
| **1** | **فتاة تبلغ في 11 وفتى يبلغ في 14 سنةتبلغ في 11 وفتى يبلغ في 14 سنة.** |  **2** | **الرضاعة** |
| **2** | **طفل يبتسم لحاملة ويصدر أصوات مناغاة.** |  **3** | **الطفولة المتأخرة** |
| **3** | **تتبدل في الطفل معظم أسنانه اللبنية بالأسنان الدائمة.** |  **5** | **الطفولة المبكرة** |
| **4** | **الفترة مهمة للإنجاب وعادة ما ينتج عنها أطفال أكثر صحة.** | **1** | **المراهقة** |
| **5** | **طفل يكثر من الأسئله على والدته.** |  **4** | **الرشد المبكر** |
| **6** | **ظهر عليه بقع بنية أو صفراء "البقع العمرية"و يصبح الشعر رقيقا ويفقد بريقه ولمعانه.** | **7** | **الرشد المتوسط** |
| **7** | **المرحلة التي تمر النساء بانقطاع الدورة الشهرية.** | **6** | **الرشد المتأخر** |
| **8** | **الطعام والماء والنظافة والنوم والهواء**  | **11** | **احتياجات اجتماعية** |
| **9** | **التحرر من القلق والخوف والنظام والروتين** | **12** | **الحاجة للتقدير** |
| **10** | **تحقيق الافراد كامل إمكاناتهم التي ارادوا الوصول اليها**  |  **9** | **احتياجات الأمان** |
| **11** | **تكوين الصداقات والتواصل مع الاخرين** |  **8** | **احتياجات فسيولوجية** |
| **12** | **الشعور بالأهمية والجدارة** |  **10** | **تحقيق الذات** |
| **13** | **التفكير بطريقة بعيدة عن الواقع عندما يكون الفرد بكامل وعيه** | **14** | **المبادلة** |
| **14** | **استبدال هدف معين بهدف آخر لتحقيق النجاح** | **13** | **أحلام اليقظة** |
| **15** | **يدرك الفرد المشاعر أو الأفكار غير المقبولة ويرفض التعامل معها** | **16** | **الإنكار** |
| **16** | **عدم تصديق حدث ما أو فكرة مخيفة جداً أو صادمة** | **15** | **الكبت** |

**السؤال الثالث:ـ** **عدد ثلاثاً مما يلي :ـ**

* 1. **ـ الطرق المباشرة لتلبية الاحتياجات**

 **تقييم الوضع الحالي ـ العمل بجد ـالتعاون مع الآخرين ـ وضع الأهداف الواقعية**

**2ـ أمثلة عن الآليات الدفاعية .**

 **التبرير ـ اللوم ـ النقل ـ المبادلة ـ أحلام اليقظة ـ القمع ـ الكبت ـ التراجع ـ الإنكار ـ الانسحاب .**

 **3ـ تسلسل ماسلو الهرمي للاحتياجات**

 **الاحتياجات الفسيولوجية ـ احتياجات الأمان ـ الاحتياجات الاجتماعية ـ الحاجة للتقدير ـ الحاجة إلى تحقيق الذات**

**مراجعة الفصل الثامن**

* 1. **مركبات عضوية أساسية للحياة مهمة لبناء الأنسجة والتمثيل الغذائي: ـ**

أ—الليبيدات ب-الفيتامينات ج-المعادن د-البروتينات

* 1. **جزيئات عضوية تساعد على حماية الجسم من المواد الكيميائية الضارة ( الجذور الحرة ) :ـ**

أ-مضادات الأكسدة ب-الفيتامينات ج-المعادن د-الليبيدات

* 1. **عناصر غير عضوية موجودة في جميع أنسجة الجسم تنظم السوائل ودعم مختلف وظائف الجسم : ـ**

أ-الليبيدات ب-البروتينات ج-الفيتامينات د-المعادن

* 1. **حميه تتكون من الأطعمة سهلة الهضم التي لاتهيج الجهاز الهضمي :**

أ-حمية البروتين ب-الحمية الخيفة ج-حمية الألياف د-الحمية المعتدلة

* 1. **حمية تستخدم فيه نظام غذائي متوازن دون فرض قيود غذائية على المريض :ـ**

أ—حمية السكري ب-الحمية المعتدلة ج-الحمية الغذائية المنتظمة د-حمية السوائل

* 1. **تعديلات على النظام الغذائي الاعتيادي لتحسن ظروف صحية معينة :**

أ-الهضم ب-الحميات الغذائية العلاجية ج-السعرات الغذائية د-التمثيل الغذائي

* 1. **تحدث السمنة عندما يبلغ مؤشر كتلة الجسم ........... : ـ**

أ-30 ب-10 - 20 ج-8 د-ا5

* 1. **اضطراب نفسي يقلل فيه المصاب من تناول الطعام أو يرفض تناول الطعام على الإطلاق :**

أ-سوء التغذية ب-بوليماركسيا ج-الشره المرضي د-فقدان الشهية العصابي

* 1. **يحدث نقص الوزن عندما يقل مؤشر كتلة الجسم عن .............: ـ**

أ—17.5 ب-18.5 ج-15.5 د-16.5

* 1. **يحدث امتصاص الماء والاملاح وبعض الفيتامينات في ............ :**

أ-الأثنى عشر ب-المعدة ج-الأمعاء الغليظة د-الأمعاء الدقيقة

* 1. **مجموعة من الانقباضات والانبساطات العضلية المتناغمة أثناء الهضم الكيميائي :**

أ-الامتصاص ب-الحركة الدودية ج-التمثيل الغذائي د-الأيض

* 1. **فيتامين تحفز انتاجه داخل البشرة .. :**

أ-فيتامين هـ ب-فيتامين k ج-فيتامين أ د- فيتامين د

* 1. **عدد الأحماض الأمينية الأساسية للحياة التي توجد في البروتينات الكاملة .........: ـ**

أ—عشرون ب-خمسة ج-تسعة د-سبعة

* 1. **العضو المسؤول عن صنع الكوليسترول ....... :**

أ-الدم ب-الكبد ج-الجلد د-الدماغ

* 1. **جميع الدهون التالية مشبعة ما عدا ........ : ـ**

أ-الزبدة ب-القشدة ج-الزيوت النباتية د-الدهون في اللحم

* 1. **الشكل الليفي وغير القابل للهضم من الكربوهيدرات النباتية ........ :**

أ-اللاكتوز ب-الجلوكوز ج-السليلوز د-الجلايكوجين

* 1. **من الأمثلة على الدهون المتعددة غير مشبعة .. : ـ**

أ-الزبدة ب-االأوميغا 3 ج-الحليب د-البيض

* 1. **يؤدي ارتفاع كمية الدهون المشبعة والكوليسترول في الغذاء إلى ....... :**

أ-داء السكري ب-سوء التغذية ج-هشاشة العظام د- تصلب الشرايين

* 1. **مرض ايضي سببه عدم إفراز الأنسولين بكمية كافية أو عدم استجابة الجسم للأنسولين : ـ**

أ-سوء التغذية ب-ارتفاع ضغط الدم ج-داء السكري د-هشاشة العظام

* 1. **جميع العوامل التالية من أسباب هشاشة العظام ماعدا ........... :**

أ-التقدم في العمر ب-نقص الكالسيوم وفيتامين د ج-عدم إفراز الأنسولين د-نقص بعض الهرمونات

**السؤال الثاني:ـ اكتب الرقم من العمود A أمام ما يناسبه من العمود B**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **الرقم** | **العمود A** | **الرقم** | **العمود B** |
| **1** | **العملية التي يلتقط فيها الدم أو الشعيرات الدموية اللمفاوية المغذيات التي تم هضمها**  | **4** | **تصلب الشرايين** |
| **2** | **اضطراب نفسي يقلل فيه المصاب من تناول الطعام بشكل غير طبيعي .** | **12** | **داء السكري** |
| **3** | **وحدة قياس الحرارة الناتجة عن التمثيل الغذائي**  | **14** | **سوء التغذية** |
| **4** | **ضيق الشرايين بسبب تراكم المواد الدهنية على أسطحها الداخلية** | **16** | **هشاشة العظام** |
| **5** | **العملية التي تستخدم فيها الخلية المغذيات لبناء الأنسجة وتوفير الطاقة وتنظيم وظائف الجسم** | **8** | **Cellulose** |
| **6** | **عناصر غير عضوية موجودة في جميع أنسجة الجسم لتنظيم السوائل ودعم مختلف وظائف الجسم .** | **11** | **Lipids** |
| **7** | **اضطراب نفسي يتناوب فيه المريض على الشراهة ثم التقيؤ أو استخدام أدوية مسهلة للتخلص من الطعام**  | **15** | **Cholesterol** |
| **8** | **الشكل الليفي وغير القابل للهضم من الكربوهيدرات النباتية** | **13** | **Proteins** |
| **9** | **العملية التي يقوم بها الجسم بطحن الطعام إلى أجزاء أصغر وتغييره كيميائياً** | **17** | **Vitamins** |
| **10** | **اضطراب نفسي يتناوب فيه المريض على الإفراط في تناول الطعام ثم الصوم أو رفض تناول الطعام**  | **18** | **Antioxidants** |
| **11** | **مركبات عضوية موجودة في المواد الغذائية وفي جسم الانسان تشكل مصدر للطاقة وغلاف عازل وتوسيد العظام والأعضاء** | **6** | **Minerals** |
| **12** | **مرض أيضي سببه عدم إفراز الأنسولين بكميه كافيه .** | **9** | **Digestion** |
| **13** | **مركبات عضوية مهمة لبناء أنسجة الجسم وأصلاحها وإنتاج الأجسام المضادة والإنزيمات** | **1** | **Absorption** |
| **14** | **اتباع نظام غذائي سيء وغير سليم .** | **5** | **Metabolism** |
| **15** | **نوع من ليبيدات الستيرول يستخدم في إنتاج فيتامين د والأحماض الصفراوية** | **3** | **Calorie** |
| **16** | **مرض تصبح فيه العظام مسمية وقابلة للكسر.** | **10** | **الشره المرضي** |
| **17** | **مركبات عضوية أساسية للحياة مهمة لبناء الأنسجة والتمثيل الغذائي**  | **2** | **فقدان الشهية العصابي**  |
| **18** | **أي جزيئات عضوية تساعد على حماية الجسم من المواد الكيميائية الضارة**  | **7** | **بوليماركسيا** |

**السؤال الثالث:ـ** **عدد ثلاثاً مما يلي :ـ**

**1ـ الحميات الغذائية .**

 **حميات السوائل ـ الحمية المعتدلة ـ حمية السكري ـ الحمية منخفضة الكوليستيرول ـ حمية التحكم بالسعرات الحرارية ـ حمية الحد من الدهون ـ حمية الحد من الصوديوم ـ حمية البروتين ـ الحميه الخفيفة ـ حميات الألياف .**

**2ـ اضطرابات الأكل الأكثر شيوعاً .**

 **فقدان الشهية العصابي ـ الشره المرضي ـ بوليماركسيا .**

 **3ـ الفيتامينات والمعادن اللازمة لأجسامنا**

 **بناء الأنسجة والتمثيل الغذائي ـ وتسمح باستخدام الطاقة التي توفرها المغذيات ـ تنظيم السوائل ـ ـ دعم مختلف الوظائف في الجسم ـ تعزيز النمو**

**4ـ أهمية الماء للإنسان.**

 **ضروري لعملية هضم الدهون ـ يشكل معظم بلازما الدم وسيتوبلازم الخلايا ـ يساعد أنسجة الجسم على إمتصاص المغذيات ـ يدعم نقل الفضلات عبر الجسم .**

**5ـ أهمية الكوليسترول .**

 **يستخدم في إنتاج هرمونات الستيرويد وفيتامين د والأحماض الصفراوية**

**6ـ أهمية الليبيدات .**

 **مصدر للطاقة ـ تشكل غلاف عازل ـ توسيد الأعضاء والعظام ـ المساعدة في إمتصاص الفيتامينات الذائبة في الدهون ـ إضافة النكهات إلى الوجبات .**

**8ـ التوصيات للتحكم في الوزن**

 **موازنة السعرات الحرارية للأطعمة والمشروبات مع السعرات الحرارية المستهلكة ـ تقليل السعرات الحرارية اليومية بشكل طفيف ـ ممارسة ما لا يقل عن 30 دقيقة نشاط بدني معتدل معظم أيام الأسبوع ـ تناول الأطعمة الخالية من الدهون ـ تناول المزيد من الفاكهة والخضروات ـ الحد من الأطعمة الغنية بالسكر والملح .**

**9ـ أعراض سوء التغذية**

 **الإرهاق ـ زيادة الوزن أو نقص الوزن ـ الحصول على بشرة غير صحية شعر باهت ـ تهيج الجلد ـ ضعف نمو العضلات والهيكل العظمي ـ تدني القدرات العقلية ـ الموت**

**10 ـ أهمية التغذية**

 **تحديد الطول والوزن والقوة ـ نمو الهيكل العظمي والعضلات ـ القدرة على مقاومة الأمراض ـ خفة الحركة البدنية**

**السؤال الرابع:ـ** **قارني بين مما يلي :ـ**

1. **زيادة الوزن والسمنة**

|  |  |
| --- | --- |
|  **زيادة الوزن** | **السمنة** |
| **زيادة بنسبة تتراوح ما بين 10 إلى 20 في المائة عن الوزن الموصى به** | **زيادة بنسبة 20% أو أكثر عن الوزن الموصى به** |

1. **الهضم والامتصاص والأيض**

 **الفيتامينات الذائبة في الماء والفيتامينات الذائبة في الدهون**

 **الفيتامينات الذائبة في الماء : هي التي تذوب في الماء ولا يخزنها الجسم ويمكن التخلص منها بسهوله خلال الطهي أو عبر الهواء أو الضوء**

 **الفياتامينات الذائبة في الدهون : تذوب في الدهون ويخزنها الجسم ـ ويصعب التخلص منها من خلال الطهي أو الضوء أو الهواء.**

1. **الدهون المشبعة والدهون المتعددة غير مشبعة**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  **أوجه المقارنة** | **الدهون المشبعة** | **الدهون المتعددة غير مشبعة** |
| **الصلابة**  | **صلبة في درجة حرارة الغرفة**  | **سائلة أو لينه في درجة حرارة الغرفة**  |
| **امثلة أطعمة توجد فيها** | **البيض ـ اللحوم ـ القشدة ـ الزبدة ـ الجبن ـ حليب كامل الدسم** | **الزيوت النباتية ـ السمك والفول السوداني ـ السمن النباتي** |

1. **نقص الوزن وزيادة الوزن**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **أوجه المقارنة** |  **زيادة الوزن** | **نقص الوزن**  |
| **التعريف**  | **عندما يزيد وزن الجسم بنسبة 10 ـ 20 % عن متوسط الجسم**  | **عندما يقل مؤشر كتلة الجسم عن 18.5**  |
| **الاسباب** | **الإفراط في تناول الطعام ـ عدم ممارسة الرياضة**  | **عدم كفاية الطعام ـ الإفراط في ممارسة الرياضة ـ العدوى الشديدة ـ الأمراض أو العلاجات**  |

1. **حمية البروتين وحمية السوائل**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  **أوجه المقارنة** | **حميات السوائل** | **حمية البروتين** |
| **تركيبها**  | **تعتمد على السوائل الصافية والكاملة**  | **تشمل الحمية المنخفضة البروتين أو الغنية بالبروتين**  |
| **استخدامها**  | **بعد الجراحة ـ اللذين من مشاكل الجهاز الهضمي ـ القيء أو الاسهال** | **أمراض الكلى ـ بعض حالات الحساسية ـ والحوامل والمرضعات أو مرضى الحروق أو الحمى والألتهابات** |

**السؤال الخامس:ـ** **حددي نوع الحمية العلاجية التي ينصح بها المرضى والذين يعانون من الحالات التالية :ـ**

1. **أمراض المرارة والكبد / نظام غذائي مقيد للدهون**
2. **السكري / نظام غذائي للسكري**
3. **ارتفاع ضغط الدم أو أمراض القلب / نظام غذائي منخفض للكليسترول أو نظام غذائي مقيد الصوديوم**
4. **النساء الحوامل أو المرضعات / نظام غذائي بروتيني**
5. **الأمراض الكلوية / نظام غذائي بروتيني**
6. **ضعف الأسنان / نظام غذائي يعتمد على الأطعمة اللينة ( الطرية )**
7. **الغثيان والقيء والإسهال الحاد / نظام غذائي يعتمد على السوائل**
8. **اضطرابات المعدة والتهاب القولون أو أمراض الجهاز الهضمي / نظام غذائي ليفي ( يعتمد على الألياف ) أو نظام بلاند الغذائي (نظام غذائي غير مهيج )**

**مراجعة الفصل التاسع**

* 1. **المعرفة العملية بأجهزة الحاسب والإلمام بالتكنولوجيا تعرف بـ.........: ـ**

أ—الفحوصات التشخيصية ب-الثقافة الحاسوبية ج-أنظمة المعلومات د-الوسائل التعليمية

* 1. **استخدام أنظمة الفيديو والصوت والحاسب لتقديم خدمات الرعاية الطبية أو الصحية :ـ**

أ-التطبيب عن بعد ب-الرعاية المنزلية ج-مراقبة المرضى د-التثقيف الصحي

* 1. **مصطلح Telemedicine يعني ...... : ـ**

أ-الأبحاث ب-الرعاية المنزلية ج-التواصل د-التطبيب عن بعد

* 1. **يرمز للمكتبة الرقمية السعودية بالرمز ......... :**

أ-GOV ب-SDL ج-NIH د-NLM

* 1. **مكتبة وطنية للطب تساعد على الحصول على معلومات صحية للمستهلكين :ـ**

أ—معاهد الصحة الوطنية ب-ميدلاين ج-ميدلاين بلاس د-باب ميد

* 1. **يمكن الدخول على قاعدة بيانات ميد لاين مجاناً عبر موقعها على ........... :**

أ-فايرفوكس ب-باب ميد ج-جوجل د-المكتبة الرقمية السعودية

* 1. **وسيلة تعليمية عبر جهاز الحاسب : ـ**

أ-التعليم بمساعدة الحاسب ب-أجهزة المراقبة ج-التواصل دـ الأبحاث

* 1. **كتابة الرسائل وصياغة التقارير والسياسات والإجراءات :**

أ-الاحتفاظ بالسجلات المالية ب-الجدولة ج-تجميع قواعد البيانات د-معالجة النصوص

* 1. **إنشاء سجلات معلومات للمرضى والموظفين : ـ**

أ— الاحتفاظ بالسجلات المالية ب- تجميع قواعد البيانات ج- الجدولة د- معالجة النصوص

* 1. **نسخة محوسبة من المعلومات الطبية للمريض تتضمن بيانات إحصائية وتشخيصات :**

أ- تجميع قواعد البيانات ب-الجدولة ج-السجل الصحي الألكتروني د-معالجة النصوص

* 1. **تسجيل مواعيد للمرضى وإنشاء جداول ساعات دوام الموظفين .......... :**

أ- تجميع قواعد البيانات ب-الجدولة ج- السجل الصحي الألكتروني د-معالجة النصوص

* 1. **يشمل رسوم العلاج وفواتير المرضى ومدفوعات التسجيل ......: :ـ**

أ-السجل الصحي ب-الجدولة ج-معالجة النصوص د- الاحتفاظ بالسجلات المالية

* 1. **المسؤول عن جمع معلومات المريض لإدخالها في ذاكرة جهاز الحاسب ومعالجتها وتخزينها: ـ**

أ—الطبيب المعالج ب-فني مختبر ج-فني المعلومات الصحية ( موظف الاستقبال ) د-الصيدلي

* 1. **مصطلح Diagnosis يعني .... :ـ**

أ-تحليل ب-تشخيص ج-علاج د-فحص

* 1. **نظام يعتمد على تكنولوجيا توجيه الموجات الصوتية فائقة التردد عبر جدار الصدر الى القلب : ـ**

أ- التصوير المقطعي المحوسب ب-اختبار الجهد ج-مخطط صدى القلب د-مخطط كهربية القلب

* 1. **أشعة ضوئية يمكن تركيزها بدقة :**

أ-الرنين المغناطيسي ب-الروبوت ج-الليزر د-التصوير الشعاعي

* 1. **استخدم التصوير المقطعي المحوسب لأول مرة عام ........... : ـ**

أ-1980 ب-1972 ج-1970 د-1973

* 1. **يقيس جهاز التصوير بالرنين المغناطيسي نشاط ذرات ............. داخل الجسم :**

أ-ثاني أكسيد الكربون ب-النيتروجين ج-الاكسجين د- الهيدروجين

**السؤال الثاني: ضعي علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:**

|  |  |
| --- | --- |
| ✓ | 1-التعليم عبر الحاسب يقلل الوقت اللازم لإنجاز مهمة ما . |
| ✓ | 2**- تستخدم نظام GPS لمراقبة مرضى الزهايمر والخرف** |
| X | 3**-قاعدة بيانات ميدلاين تابعة للمكتبة الرقمية السعودية.**. |
| ✓ | 4**- استخدام الروبوتات في التجارب المخبرية قلل الحاجة إلى العمل اليدوي.** |
| ✓ | 5**- تعد السرية الطبية شرطاً لا يتهاون به .** |
| X | 6**. يسمح التصوير المقطعي المحوسب برؤية الدم وهو يتحرك عبر الأوردة والشرايين .** |
| X | 7**- يستخدم التصوير بالأشعة بدل الموجات فوق الصوتية للأم الحامل .** |
| ✓ | 8**-التصوير الشعاعي الرقمي للأسنان أكثر أماناً من التصوير الشعاعي التقليدي .**. |
| ✓ | 9**-يستخدم الليزر إعادة تشكيل قرنية العين لتصحيح مشكلات النظر.** |
| ✓ | 10**-تستخدم المستشعرات القابلة للارتداد مثل سوار المعصم لمراقبة ضغط الدم** . |

**السؤال الثالث:ـ** **عدد ثلاثاً مما يلي :ـ**

1. **مجالات في قطاع الرعاية الصحية تستعين بتطبيقات الحاسب والتكنولوجيا لإتمام عملياتها**

**أنظمة المعلومات ـ الفحوصات التشخيصية ـ إجراء العلاج ـ مراقبة المريض ـ الوسائل التعليمية ـ الأبحاث العلمية ـ التواصل .**

1. **أنواع أجهزة الحاسب المستخدمة في الرعاية الصحية**

**الحاسب اللوحي الحمول ـ الهاتف الذكي ـ اللابتوب المحمول ـ الحاسب الشخصي ـ جهاز حاسب مركزي**

1. **كيف تساهم التكنولوجيا في تحسين التعليم**

**استخدام الفيديوهات والرسومات المتحركة والتمييز بالألوان والصوت ـ برامج تعليمية لتعليم المفاهيم ـ برامج المحاكاة ـ دمى محاكاة المرضى ـ تنزيل الكتب والمكتبات المرجعية على أجهزة لا سلكية ـ الانترنت**

1. **كيف يساهم التقدم العلمي واستخدام أجهزة الحاسب في تسهيل الأبحاث**

 **أجهزة التصوير ـ الليزر ـ الروبوتات**

1. **طرق تساعد بها التكنولوجيا مقدمي الخدمات الطبية على مراقبة المرضى .**

 **نظام التموضع العالمي ( GPS ) ـ المستشعرات القابلة للارتداء مثل سوار المعصم ـ أجهزة المراقبة في أقسام التوليد ـ قياس العلامات الحيوية .**

1. **استخدام الليزر في المجال الطبي .**
2. **إزالة الثآليل والشامات والوحمات والندوب والوشم ـ إزالة التجاعيد ـ علاج الأوعية المتوسعة ـ تسد الأوعية الأصفر لوقف النزيف ـ إعادة تشكيل قرنية العين لتصحيح مشاكل النظر .**

**السؤال الرابع:ـ اكتب الرقم من العمود A أمام ما يناسبه من العمود B**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  **الرقم**  | **العمود A** | **الرقم** |  **العمود B** |
| **1** | **أشعة ضوئية يمكن تركيزها بدقة**  |  **10** | **العلاج بالأشعة** |
| **2** | **اجراء مخطط كهربية القلب أثناء ممارسة المريض للتمارين الرياضية** |  **4**  | **التصوير بالموجات فوق الصوتية** |
| **3** | **نظام يعتمد على تكنولوجيا توجيه الموجات الصوتية فائقة التردد عبر جدار الصدر الى القلب**  |  **8**  | **الجراحة الربوتية** |
| **4** | **وسيلة تصوير تستخدم موجات صوتية عالية التردد ترد كصدى عندما تصطدم بالأنسجة**  | **11** | **تكنولوجيا التأهيل السمعي** |
| **5** | **تقنية باستخدام التصوير بالأشعة السينية باستخدام الحاسب** |  **1** | **الليزر** |
| **6** | **وضع مستشعرالكتروني صغير يستخدم تكنولوجيا التصوير في فم المريض** | **9**  | **الجراحة الموجهة بالصور** |
| **7** | **وسيلة محوسبة لتصوير الجسم باستخدام الرنين المغناطيسي النووي** | **12** | **مخطط كهربية القلب** |
| **8** | **جهاز بأذرع ميكانيكية متصلة بأدوات جراحية ويتم التحكم فيه بواسطة الحاسب** | **2**  | **اختبار الإجهاد أثناء ممارسة التمارين** |
| **9** | **استخدام الجراح الصور لتوجيه الجراحة أو إجرائها .** | **3**   | **مخطط صدى القلب** |
| **10** | **جزيئات عالية الطاقة تهدف لتقليل حجم الأورام وتدميرمعظم الخلايا السرطانية**  | **5**  | **التصوير المقطعي المحوسب CT** |
| **11** | **تطوير زراعة القوقعة والمعينات السمعية باستخدام الحاسب والتكنولوجيا** | **7**  | **التصوير بالرنين المغناطيسي MRI** |
| **12** | **نظام محوسب يستخدم لتحليل نشاط كهربية قلب المريض** | **6**  | **التصوير الشعاعي الرقمي للأسنان** |

**السؤال الخامس:ـ اكتب الرقم من العمود A أمام ما يناسبه من العمود B**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  **الرقم**  | **العمود A** | **الرقم** |  **العمود B** |
| **1** | **يدخل نتائج الفحص البدني الأولي ويطلب الأدوية للمريض من الصيدلية** | **4** | **الجدولة**  |
| **2** | **يسجل نتائج الفحوصات والعمليات في السجلات الصحية الألكترونية للمريض** | **8** | **معالجة النصوص** |
| **3** | **يتحقق من القيود الغذائية وينشيء جدول بيانات لإظهار التحليل الغذائي للأنظمة الغذائية الموصوفة** | **6** | **تجميع القواعد** |
| **4** | **تسجيل مواعيد للمرضى وإنشاء جداول ساعات دوام الموظفين** | **9** | **EHR** |
| **5** | **يزود أقسام التمريض بالأدوية المطلوبة .** | **2** | **فني مختبر**  |
| **6** | **إنشاء سجلات معلومات للمرضى والموظفين** | **10** | **عامل خدمة بيئية** |
| **7** | **المسؤول عن جمع معلومات المريض لإدخالها في ذاكرة جهاز الحاسب ومعالجتها وتخزينها** | **5** | **الصيدلي** |
| **8** | **كتابة الرسائل وصياغة التقارير والسياسات والإجراءات** | **1** | **الطبيب المعالج**  |
| **9** | **نسخة محوسبة من المعلومات الطبية للمريض تتضمن بيانات إحصائية وتشخيصات**  | **7** | **فني المعلومات الصحية**  |
| **10** | **يحتفظ بقائمة جرد لجميع الإمدادات في المنشأة**  | **3** | **اختصاصي التغذية** |