

## Муқаддима.

1. Асосгузори илми беъдошт Абубакри Рози.
2. Асосгузори илми беъдошт Гиппократ.
3. Асосгузори илми беъдошт Абуалӣ ибни Сино.
4. Беъдошт ва санитария.
5. Бахшҳои асосии беъдошт.
6. Масъалаҳои муосири экология.
7. Омилҳои муъити атроф.
8. Усулҳои тадқиқоти беъдошти.

## Беъдошти ҳаво.

- 1.Таркиби кимиёвӣ ҳавои атмосфера ва ҳавои нафасбаровардашуда, характеристикаи муқоисавӣ он..
2. Ба кадом қисми интегралӣ ҷараёни спектрҳои офтобро ҷудо мекунанд?
3. Аҳамияти гигиени  $CO_2$  .
4. Аҳамияти физиологӣ ва беъдошти микдори гази нитроген.
5. Омилҳои ба шиддатнокӣ нурҳои ултрабунафши табиӣ муосирро, номбар кунед.
6. Намноки ва намудҳои он. Аҳамияти гигиени намнокии ҳаво.
7. Нурҳои ултрабунафш ва аҳамияти биологӣ он.
8. Аҳамияти беъдошти хусусиятҳои физикавӣ ҳаво. Мафҳуми микроклим.
9. Равшаннокӣ табиӣ дар ӯзлаҳо. Нишондодҳои номбар кунед.
10. Омилҳои муъити атроф.
11. Асоснок кардани ҳалм ва масоҳати ҳонаҳо.
12. Таъсири ғарорати баланд ба организм. Профилактикаи гармшавӣ.
13. Ҳисоб кардани кубҳои ҳаво.
14. Таъсири ғароратҳои пасти ҳаво ба организми одам. Пешгирии хунукзанӣ.
15. Аҳамияти беъдошти радиатсияи ултрабунафш.
- 16.Талаботҳои беъдошти ба равшаннокӣ табиӣ ҳонаҳои истиқоматӣ.
17. Роҳҳои асосии гармидиҳӣ аз сатҳи баданро номбар кунед?
- 18.Нурҳои офтоб ва аҳамияти гигиени он.
- 19.Шароитҳои номбар кунед, ки инсон метавонад ба таъсири фишори баландии атмосферӣ гирифта шавад (бемории кессонӣ). Пешгирӣ.
- 20.Усулҳои баҳодиҳӣ ба равшаннокӣ сунӣ.
- 21.Афзалият ва норасоии рушноии люминесцентро номбар кунед.
22. Кадам дигаргуниҳо дар организм ба вуҷуд меояд ҳангоми аз ҳад гармшавӣ умумӣ.
23. Қисми аёми спектри офтоби кадом аҳамияти биологиро дорост?
24. Нурҳои инфрасурх кадом таъсири биологиро дорост?
25. Кадам бемориҳои ҳангоми вайроншавӣ декомпрессия дар инсон ба вуҷуд меояд (бемории кессонӣ).?
- 26.Аҳамияти беъдошти ғаррати ҳаво (шоҳчаҳои шамол).
- 27.Сабабҳои пайдоиши бемориҳои қушӣ ва баландӣ.
- 28.Қушӣ афтиш ва сурохи чи тавр ҳосил мешаванд (рушноии табиӣ)? Меъёри онҳо.
29. Мафҳуми терморегулятсияи кимиёвӣ.
30. Мафҳуми терморегулятсияи физикавӣ.
31. Боздоштани рушноӣ тариқи шишабандии тиреза аз ҷи вобаста аст?
32. Намнокии ҳаво. Намудҳо. Меъёри он.
33. Нишондодҳои санитарии ифлосшавӣ ҳавои ( $CO_2$ ) ҳонаҳои истиқоматӣ ва ҷамъиятӣ.

#### 34. Ањамияти кабудизоркуни.

### Бењдошти об.

1. Усуљои физикии безараркунии об.
2. Тадќикоти санитарӣ-топографии сарчашмањои об.
3. Нишондодњои бактериологии ифлосшавии об.
4. Усуљои кимиёвии безараргардони об.
5. Сарчашмањои обтаъминкуни ва бањои бењдошти онњо.
6. Ањамияти эпидемиологии об.
7. Сироятњое, ки тавасути об мегузаранд.
8. Тозакунии об. Усуљои тозакунии об.
9. Нишондодњои ифлосшавии об (бактериологи ва химиявӣ).
10. Ањамияти бењдошти таркиби кимиёвии об.
11. Нишондодњои бактериологии ифлосшавии об.
12. Ањамияти бењдошти об.
13. Коагулятсия. Реагентњои барои коагулятсия истифодашаванда.
14. Беморињои эндемии геохимиявиро номбар кунед.
15. Кадом усуљои безараргардони обро дар шабакањои обтаъминкуни истифода мебаранд?
16. Сабабњои пайдоиши бемории лӯғари эндемиро номбар кунед (меъёри шабонарӯзии йод)?
17. Хлоронидани об. Ваќти минималии алокаи хлор бо об њангоми хлоронидан бо вояи муќарарӣ.
18. Намудњо ва ањамияти дурушти об.
19. Ањамияти физиологии об.
20. Полоиши об. Навњои полоиш. Ањамияти пардаи биологӣ дар полоишқунакњо.
21. Беморињое, ки тавассути об мегузаранд.
22. Усуљои кимиёвии безараркунии об.
23. Талаботњои гигиени сифати оби нушокиро номбар кунед?
24. Усуљои хлорноккунии об. Камбудињо ва бартарии он.
25. Нишондодњои кимиёвии ифлосшавии об.
26. Муайян кардани хлорталаботии об (мафъум).
27. Муайян кардани хусусиятњои органолептикии об.
28. Вояи хлор њангоми хлоронидани аз ҷи вобаста аст?
29. Маќсади безараркунии об.
30. Усуљои софкори (тозакуни) обро номбар кунед.
31. Усули дехлорониданро бо кадом маќсад ва чи тавр мегузаронанд?
32. Хлордоркунии об бо аммонизатсия кай истифода мешавад?
33. Афзалият ва камбудињои безараргардони об бо усули озонидан?
34. Афзалият ва камбудињои безараргардони об бо усули нуќронидан?
35. Кадом маводњо гувоњи ифлосшавии обро аз моддаи органикӣ шабоњат медињанд?

### Бењдошти ғизо.

1. Ањамияти бењдошти витамини «А», сарчашмањо ва меъёри он.
2. Заъролудшавии ғизоии этиологияи микробӣ. Пешгирӣ.
3. Ањамияти бењдошти моддањои минерали дар ғизои инсон.
4. Талаботњои асосии бењдошти ба ғизо.
5. Ањамияти бењдошти чарбњо, сарчашмањо ва меъёрњои он.
6. Ањамияти бењдошти карбогидратњо, сарчашмањо ва меъёрњои он.

7. Ањамияти бењдошти сафедањо, сарчашмањо ва мењёрњои он.
8. Усулњои физикии консервакунонии маводњои хўрока.
9. Бањои санитарї – гигиении консервањо.
10. Моддањои минералї ва ањамияти онњо барои организм.
11. Ањамияти витаминњо дар ғизогири. Усули нигоњ доштани витаминњо дар раванди коркарди махсулот ва дар хўроки тайёр.
12. Пешгирии гиповитаминози «С» дар байни ањолї.
13. Арзиши ғизоии шир.
14. Усулњои муайянкунии сифати орд.
15. Усулњои тафтишоти мањсулотњои хўроквори.
16. Ташкили дурусти релѡаи ғизо.
17. Асосњои ғизои оќилона.
18. Сабабњои пайдоиши ботулизм. Зухуроти клиникї.
19. Мањсулотњои ғалладонагї ва ањамияти онњо дар ғизо.
20. Аз кадом бузурги сарфи энергияи шабонарўзи ѡамъ мегардад?
21. Манбањои асосии Са (калсий) ва мењёри он.
22. Бањои санитарї -гигиении сифати шир.
23. Мубодилаи асоси ва тарзи њисобкунии он.
24. Кадом беморињо њангоми норасоии сафедањо ба амал меоянд?  
Мењёри шабонарўзии сафедањо барои кўдакон.
25. Ањамияти бењдошти витамини «Д», сарчашмањо.
26. Муайян кардани сарфи энергияи шабонарўзи.
27. Усулњои кимиёвии консервакунони.
28. Муайян намудани сохтакори шир.
29. Витаминњои дар об њалшавандаро номбар кунед ва ањамияти гигиении он.
30. Бањои санитарї - гигиении сифати орд.
31. Витаминњои дар раѓанњалшавандаро номбар кунед ва ањамияти гигиении он.
32. Зањролудшавии ғизої аз этиологияи ғайримикробї.
33. Усулњои тафтишоти мањсулотњои хўроквори.
34. Арзиши ғизоии гўшт. Усулњои муайян намудани сифати он.
35. Мањсулотњое, ки манбаи сафедањо мебошанд, номбар кунед.
36. Мањсулотњоеро номбар кунед, ки манбаи ғании њазмкунии калсий мебошанд,
37. Кадом моддањои ғизои далели таркиби сифатнокии ғизоянд ва таносуби онњо?
38. Аз рўи кадом нишондодњо тозагии шир арзёби карда мешавад?
39. Мањсулотњои манбаи асосии витамини «Д»-ро номбар кунед.
40. Ба бузургии сарфи энергия дар организми инсон чї таъсир мекунад?
41. Таснифоти витаминњо. Гиповитаминозњо ва пешгирии он.
42. Кадом омилњо ба вайроншавии витамини С дар мањсулотњо мусоидат мекунад?

### **Бењдошти кўдакон ва наврасон.**

1. Инкишофи ѡисмонии кўдакон ва наврасон. Омилњое, ки ба он таъсир мерасонанд.
2. Намудњои мебели мактаби ва нишонгузории он.
3. Бањои комплекси инкишофи ѡисмонии кўдакон ва наврасон (марњилањо).
4. Қонуниятњои инкишофи ѡисмонии кўдакон ва наврасон.
5. Нишондодњои соматометрии инкишофи ѡисмониро номбар кунед.
6. Мањфуми инкишофи ѡисмони чист? Гурўњои тарбияи ѡисмонї.
7. Нишондодњои соматоскопии инкишофи ѡисмониро номбар кунед.

8. Муайян намудани саломатии кӯдакон ва наврасон аз рӯи Громбах.
9. Нишондодҳои физиометрии инкишофи ӯсимонӣ ва усулҳои муайянкунии он.
10. Омилҳои номбар кунед, ки ба инкишофи ӯсимонии кудакон ва наврасон таъсири манфи мерасонанд.
11. Талаботҳои асосии беъдошти ба синфхонаҳо.
12. Акселератсия. Нишонаҳои он.
13. Ҳуҷраҳои ячейкаи гуруҳҳои кудакони синни яслӣро номбар кунед.
14. Ҳуҷраҳои ячейкаи гуруҳии кӯдакони синни боғчагиро номбар кунед.
15. Талаботҳои беъдошти ба тахтаи синф.
16. Қадом дигаргуниҳо дар организми кӯдакон дар натиҷаи интиҳоби нодурусти меҳел дида мешаванд?
17. Принсипҳои ӯдукунии гуруҳӣ ва фарди дар муассисаҳои кӯдакони томақтабӣ.
18. Мафҳуми синну соли биологиро маънидод кунед.
19. Усулҳои баъодидии инкишофи ӯсимонии кудакон ва наврасон.
20. Гуруҳи саломатӣ.

### **Беъдошти ӯрбӣ.**

1. Хусусиятҳои хизмат дар қушунҳои рақети. Пешгирӣ.
2. Ташкил намудани обтаъминкунии қушунҳо дар замони осоиш.
3. Талабот ба сифати оби нӯшокӣ дар вақти ӯанг.
4. Хусусиятҳои хизмат дар қушунҳои бронетанкӣ. Пешгирӣ.
5. Талаботҳои беъдошти ба шаӯракҳои ӯрбӣ.
6. Намудҳои иншоотҳои мудофияии (фортификациони) –шакли қушода.
7. Қазармаҳо ва талаботҳои беъдошти ба онҳо.
8. Усулҳои беътар намудани сифати об дар шароитҳои саӯроӣ.
9. Хусусиятҳои шароити меънати хизматчиёни ӯрбӣ дар стансияҳои радиолоқатсионӣ.
10. Талаботҳои беъдошти ба панонӯгоҳҳо .
11. Намудҳои обтаъминкунии қушунҳо. Хадамотҳои алоҳидаасро номбар кунед, ки дар таъминоти обтаъминкунии аскарон машӯуланд.
12. Иншоотҳои мудофиявии (фортификациони) пушида.
13. Фан, мазмун ва вазифаҳои беъдошти ӯрбӣ.
14. Маводҳои табелӣ ва зеридастӣ барои безаракунии об дар шароити саӯроӣ.
15. Намудҳои озӯқа(паёк).
16. Хусусиятҳои ӯизоии қушунҳо дар шароитҳои саӯроӣ.
17. Қадом маводҳои табелии безаракунии захираи фардии обро меоданд.
18. Намудҳои ӯойгиршавии саӯроии қушунҳо.
19. Намудҳои ӯойгиршавии статсионарии (доими) қушунҳо.
20. Меню ва тақсимои ӯизо. Шаҳсонӣ масӯули тартибдиҳанда.
23. Тарқибӣ озӯқаи шабонарузии аскарон.

### **Беъдошти қоммуналӣ.**

1. Ба минтақаҳои ӯудо қардани атрофи шаӯр.
2. Назорати санитарӣ, навҳо ва вазифаҳои он.
3. Навҳои асосии навогзақуни дар хонаҳои истиқоматӣ ва биноҳои ӯаъмиятӣ.
4. Ба минтақаҳои ӯудо қардани беморхона.
5. Урбанизатсия наамчун мушқилои беъдошти.

6. Вазифаҳои назорати санитарии пешгиркунанда ва доими (љори).
7. Ањамияти бењдошти банаќшагирї ва сохтани лойињои ањолинишин.
8. Омилњое, ки њангоми сохтани шаър ба назар гирифта мешаванд.
9. Намудњои сохтмони беморхона. Афзалият ва камбудии.
10. Мафъуми минтаќаи санитарии муњофизатї чист?
11. Кангоми бањисобгирии масоњати умумии беморхона ва даррмонгоњњо чї ба назар гирифта мешавад?
12. Сохтори шуъбаи беморхона.
13. Минтаќањои беморхонаро номбар кунед.
14. Хусусиятњои банаќшагирии шуъбаи сироятиро номбар кунед.
15. Талаботњои бењдоштї ба минтаќаи беморхона.

### **Бењдошти мењнат.**

1. Лаппиш (вибратсия), таъсири он ба организм. Чорабинињои профилактикї.
2. Ѓалоѓула, таъсири он ба организм. Чорабинињои профилактикї.
3. Маводњои инфиродии муњофизати аз омилњои зарарноки истењсолї.
4. Таснифоти зарарнокињои истењсолї.
5. Колати маљбурии кор. Таъсири он ба организм. Пешгирї.
6. Заърорудшавии касби (роњњои воридшавии заърњо, шаклњои зухуроти заърорудшавї, омилњое, ки таъсири заърњоро муайян мекунад).
7. Пешгирии омилњои зарарноки истењсолї.
8. Зарарнокии касби ва беморињои касби.
9. Бењдошти мењнати табибони ихтисосњои гуногун.
10. Хасташавї, намудњо, назарияи инкишоф.
11. Чанги истењсолї. Таснифот.
12. Роњњои пешгирии чанголуди.
13. Пневмокониозњо. Профилактика.
14. Усули муайянкунии чанголудї. Меъери муќараршудаи он.
15. Микроиќлими номусоид. Таъсири он ба организм.
16. Азњад зиёд хасташавї. Профилактика.
17. Таѓиротњои функционали дар организм вобаста бо љарањни мењнат.

### **Бењдошти хок.**

1. Вазифаи хок дар пањншавии беморињои сироятї ва беморињои гилъавї.
2. Нест кардан ва безаргардони партовњои моеѓї.
3. Усулњои барњам додани партовњои сахт.
4. Сарчашма ва хусусиятњои ифлосшавии хок, худтозашавии он.
5. Усулњои безарар кардан ва бартарафкунии партовњои сахт.
6. Вобастагии саломатии инсон аз таркиби кимиёвии хок.

### **Бењдошти шахсї.**

1. Тарзи њаёти солим.
2. Обутобдињї, ањамияти бењдошти он. Маводњои обутобдињї ва принципњои он.