



سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور



جمهوری اسلامی ایران
وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی

نمونه سؤالات:

تهیه دمنوش و جوشانده

کد استاندارد: ۵۱۳۲۱۰۰۰۰۷

معاونت پژوهش، برنامه ریزی و سنجش مهارت
دفتر سنجش مهارت و صلاحیت حرفه‌ای

۱- زندگی موجودات زنده به..... نیاز دارد.

الف- ثانویه

ب- رزین

ج- متابولیت ثانویه

د- ازت

۲- کربوهیدراتها جزء هستند.

الف- متابولیت ثانویه

ب- چربی

ج- متابولیت اولیه

د- ازت

۳- اثرات درمانی کدام دسته بیشتر است؟

الف- چربی

ب- کربوهیدرات

ج- آنزیم

د- اسانس های روغنی

۴- مواد موثره گیاهی که توسط جذب ازت در گیاه تولید میشود چه نام دارند؟

الف- اسید آمینه

ب- چربی

ج- متابولیت ثانویه

د- متابولیت اولیه

۵- از مهمترین خواص ساپونین ها چیست؟

الف- آرامش بخش

ب- خلط آور

ج- ملین

د- پاک کنندگی

۶- ماده ی موثره سدر و حنا چیست؟

الف- ساپونین ها

ب- مواد تلخ

ج- آلکالوئید

د- روغن فرار

۷- کدام گروه برسیستم عصبی تاثیر بیشتری دارد؟

الف- آلکالوئید ها

ب- ساپونین ها

ج- گلیکوزیدها

د- تانن



۸- منظور از روغن فرار کدام مورد است؟

الف- چربی

ب- اسانس

ج- تانن

د- صمغ

۹- کدام گروه زیر اثر ضد باکتری و نگه دارندگی دارند؟

الف- کربو هیدراتها

ب- مواد تلخ

ج- تانن

د- اسانسها

۱۰- بهترین زمان برداشت ریشه وریزوم کدام مورد است؟

الف- تابستان

ب- زمستان

ج- اواخر پاییز

د- بهار

۱۱- بهترین زمان برداشت پوست ساقه رزین دار کدام فصل است؟

الف- تابستان

ب- بهار

ج- پاییز

د- زمستان

۱۲- جهت تهیه دمنوش و جوشانده از گیاهان برداشت در..... انجام شود.

الف- ظهر

ب- غروب

ج- بعد از ظهر

د- صبح در هوای خشک

۱۳- سر شاخه های گلدار را بهتر است چه موقع برداشت کنیم؟

الف- ساقه تازه به گل نشستگی باشد

ب- بذری کامل

ج- قبل از گلدهی

د- زمانیکه گل ها در شرف شکفته شدن کامل باشند

۱۴- میوه های خشک مثل رازیانه را کی برداشت می کنند؟

الف- قبل از خارج شدن دانه ی آنها در اوایل پاییز

ب- اول تابستان

ج- بهار

د- زمستان

۱۵- مصرف بیش از اندازه کدام گیاه میتواند کشنده باشد؟



الف- آویشن

ب- زعفران

ج- نعناع

د- پونه

۱۶- کدام گیاه زیر در جوشانده ها موسیلاژ تولید می کند؟

الف- پونه

ب- ختمی -بارهنگ

ج- آویشن

د- رزماری

۱۷-مهمترین اثر موسیلاژها چیست؟

الف- پاک کنندگی

ب- بالا بردن چربی

ج- ضد سوزش بودن

د- پایین آوردن چربی

۱۸-در جوشانده کدام گیاه زیر تانن به وفور یافت می شود؟

الف- گل سرخ-بلوط

ب- رزماری

ج- آویشن

د- زنجبیل

۱۹-کدام دمنوش فشار خون را پایین می آورد؟

الف- چای ترش

ب- پونه

ج- مریم گلی

د- نعناع

۲۰-دمنوش بابونه بیشتر چه خاصیتی دارد؟

الف- درمان افسردگی و آرامش بخش

ب- کاهشده فشار خون

ج- ضد چربی

د- بالا بردن قند خون

۲۱-کدام دمنوش طبع گرمتری دارد؟

الف- آویشن

ب- زنجبیل

ج- شاتره

د- کاسنی

۲۲-کدام دمنوش در درمان روماتیسم و جذب رطوبت بدن موثر است؟

الف- نعناع



ب- مریم گلی

ج- دارچین

د- کاسنی

۲۳- کدام دمنوش را جهت درمان سرماخوردگی پیشنهاد می دهید؟

الف- پونه

ب- گل گاوزبان

ج- دارچین و عسل

د- زیره

۲۴- رفع عطش و خنک کنندگی بیشتر در کدام دمنوش دیده می شود؟

الف- گزنه

ب- نعناع

ج- زعفران

د- شیرین بیان

۲۵- کدام جوشانده برای تنظیم هورمونهای زنانه موثر تر است؟

الف- شاتره

ب- زیره

ج- اسطوخودوس

د- پونه و شیرین بادیان

۲۶- غنچه نسترن زرد را به چه صورت بهتر است استفاده کنیم؟

الف- دمنوش

ب- جوشانده

ج- خیسانده

د- پودر

۲۷- جهت ترکیب با به لیمو کدام گیاه را بهتر می دانید؟

الف- شاتره

ب- گل گاوزبان

ج- زنجبیل

د- کاسنی

۲۸- بهترین ترکیب جهت از بین بردن طعم تلخ در چای سبز چیست؟

الف- زعفران

ب- رزماری

ج- کرچک

د- به لیمو

۲۹- برای درست کردن چای و انواع دمنوش با انواع میوه بهتر است از استفاده شود.

الف- چای سیاه

ب- رزماری



ج- چای سفید

د- پونه

۳۰- میوه‌هایی که زیاد خشک شده باشند چه اثری بر دمنوش می‌گذارند؟

الف- بوی بد

ب- غلظت را بالا می‌برند

ج- تلخ مزه

د- رنگ دمنوش را تیره می‌کنند

۳۱- چنانچه چای سفید جهت ترکیب در دمنوش میوه نداشته باشید کدام مورد را پیشنهاد می‌دهید؟

الف- چای سبز

ب- زعفران

ج- پونه

د- کاسنی

۳۲- در دمنوش میوه کدام مورد مهم است؟

الف- رنگ میوه

ب- رسیده بودن و خشک بودن

ج- درشتی

د- قیمت

۳۳- طریقه سرو دمنوش‌ها در کافه به چه صورتی می‌تواند باشد؟

الف- تی بگ

ب- دم کرده

ج- استفاده از خود گیاه در فنجان

د- تی بگ - دک کرده - استفاده از خود گیاه در فرنچ

۳۴- مدت زمان لازم جهت دم کردن دمنوش نعناع و پوست مرکبات چند دقیقه است؟

الف- ۵

ب- ۱۵

ج- ۲۰

د- ۲۵

۳۵- ظروف مورد استفاده در دم‌نوش‌های کدامیک از موارد ذیل می‌تواند باشد؟

الف- فنجان

ب- استکان

ج- فنجان - استکان - فرنچ

د- گلس

۳۶- جهت دم کردن چای سفید از کدام مورد استفاده شود؟

الف- آب جوش

ب- آب سرد

ج- آب گرم



د- آب گرم و اندکی جای سیاه
۳۷- آب جوش در دمنوش میوه با چای سفید چه اثری بر جای می گذارد؟

الف- دمنوش را شیرین تر میکند
ب- غلیظ تر

ج- دمنوش خوشرنگ تر میشود

د- طعم و مزه را تلخ میکند

۳۸- کدام چای به زمان طولانی تری جهت دم کشیدن نیاز دارد؟

الف- چای سفید

ب- چای سیاه

ج- چای عطری

د- چای ترش

۳۹- در زمستان کدام دمنوش بهتر است؟

الف- توت فرنگی و کاسنی

ب- شاهتره و کیوی

ج- کاسنی

د- میخک و چوب دارچین

۴۰- کدام دمنوش در آب سرد به رنگ آبی است؟

الف- دمنوش زنجبیل

ب- دمنوش به

ج- زعفران

د- پنیرک

۴۱- دمنوش پنیرک در آب جوش به چه رنگی در می آید؟

الف- آبی

ب- بنفش

ج- زرد

د- قهوه ای

۴۲- کدام دمنوش را جهت آرامش بخش بودن سرو میکنید؟

الف- رزماری

ب- گل گاوزبان

ج- زعفران

د- یونجه

۴۳- مصرف زیاد کدام دمنوش باعث سردرد و حالت تهوع می شود؟

الف- آویشن

ب- پونه

ج- گل سرخ

د- نعناع



۴۴- کدام دمنوش جهت رفع گرمادگی موثر است؟

الف- خیار و لیمو ترش

ب- به

ج- پونه

د- گزنه

۴۵- در تهیه دمنوش از چای سیاه کدام ترکیب بهتر است؟

الف- پوست میوه جات

ب- میوه های ترش

ج- میوه های شیرین

د- میوه های نارسی

۴۶- طبع دمنوش کاسنی و شاه تره چیست؟

الف- گرم

ب- معتدل رو به خنک

ج- گرم و تر

د- سرد و خشک

۴۷- کدام دمنوش را جهت تقویت حافظه پیشنهاد می دهید؟

الف- رزماری

ب- شوید

ج- رازیانه

د- جینسینگ

۴۸- در چای ماسالا کدام گزینه استفاده می شود؟

الف- میخک

ب- کاسنی

ج- سنبل الطیب

د- بومادران

۴۹- در چای ماسالا کدام مواد استفاده می شود؟

الف- رازیانه-جوز هندی-زنجبیل

ب- پونه-کاسنی

ج- بومادران-جوز هندی

د- دارچین و آنغوزه

۵۰- برای نوشیدنی گرم کدام گزینه مناسب تر است؟

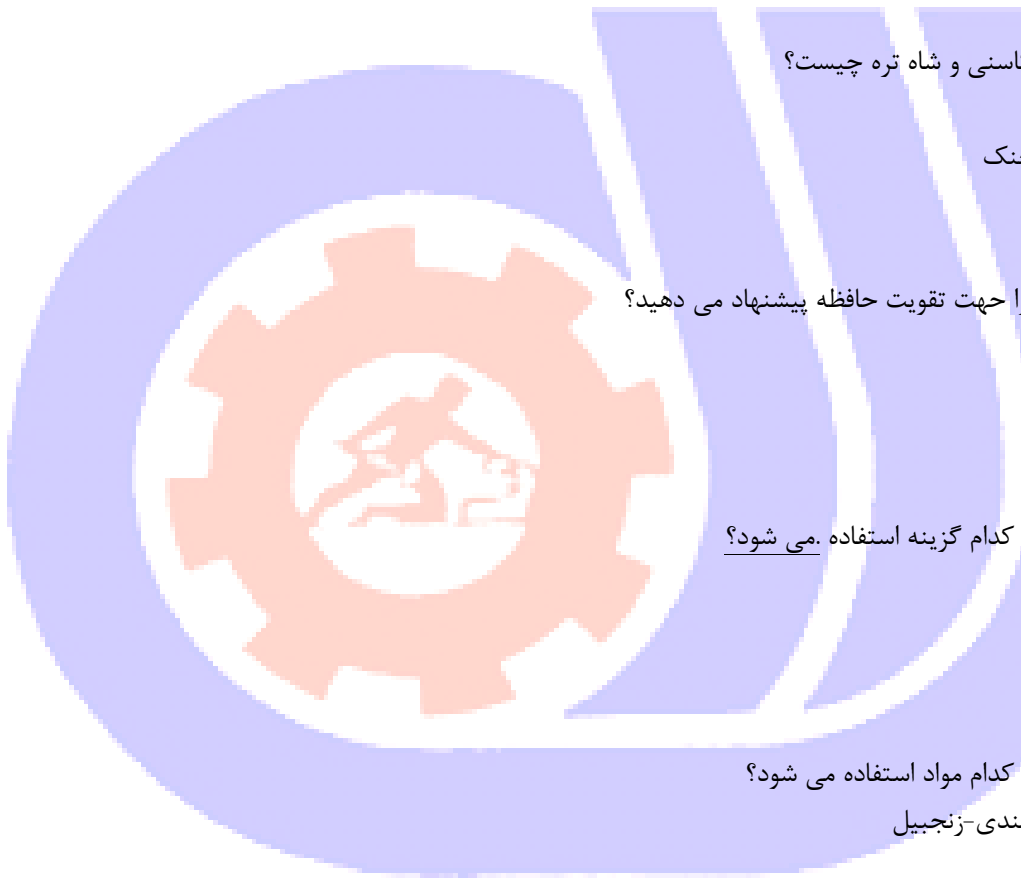
الف- ظروف پلاستیکی

ب- ظروف شیشه ای

ج- ظروف سرامیکی

د- فلزی

۵۱- کدام نوشیدنی را در ظرف سرامیکی سرو میکنیم؟



الف- شربت ها

ب- ماکا

ج- لیموناد

د- اسموتی

۵۲- کدام نوشیدنی جزئی سرو سرد می باشد؟

الف- کاپو چینو

ب- قهوه

ج- موکا

د- آب میوه

۵۳- در نوشیدنی سرد یخ با کیفیت چه ویژگی دارد؟

الف- فاقد حباب

ب- شفاف

ج- کدر

د- دارای حباب ریز

۵۴- چرا باید به رنگ ظروف حاوی نوشیدنی های گرم توجه کرد؟

الف- زیبایی

ب- رنگ تاثیر به سزایی در گرم باقی ماندن نوشیدنی دارد

ج- حالت بصری

د- قانون سرو دمنوش های گرم می باشد

۵۵- از جمله بار گرم های محبوب و پر طرفدار کافه.....می باشد.

الف- دمنوش

ب- کافه کلسه

ج- بستنی

د- بستنی و کیک داغ

۵۶- یکی از ترند های جذب مشتری.....می باشد.

الف- مکان مناسب کافی شاپ یا سرو

ب- دسترسی به مکان کسب

ج- انتخاب درست و آشنایی با ظروف مخصوص کافی شاپ

د- نوع دمنوش

۵۷- دلیل استفاده از ظروف سرامیکی این است که نوشیدنی های گرم.....می باشد.

الف- جذابیت بیشتر

ب- دردسترس بودن

ج- تماما باید انتقال حرارت کمتری با محیط داشته باشند و استفاده از ظروف بلور و شیشه ای اصلا استاندارد نیست

د- راحتی در گرفتن فنجان

۵۸- انتخاب نوع و رنگ تجهیزات بار گرم میتواند.....انتخاب شود.

الف- دلخواه مشتری



ب- بر حسب کانسپت گذاری مدرن یا سنتی

ج- رنگهای محیطی

د- لیوانی

۵۹- در تابستان کدام ویژگی در انتخاب دمنوش اهمیت دارد؟

الف- تهیه سریع و آسان

ب- سرد بودن طبع دمنوش و رفع عطش

ج- گرم بودن طبع دمنوش

د- غلظت بالای دمنوش

۶۰- تنوع کدام گزینه میتواند بیشتر باشد؟

الف- چای

ب- جوشانده

ج- دمنوش

د- مرهم

۶۱- در کدام مورد میتوان از میوه های خشک استفاده نمود؟

الف- دمنوش

ب- ضماد

ج- عصاره

د- عرقیات

۶۲- بهترین گزینه برای جایگزین نوشیدنیهای پر شکر چیست؟

الف- عرقیات

ب- میوه خشک

ج- جوشانده

د- دمنوش

۶۳- چای سیاه جزء کدام گروه است؟

الف- چای سفید

ب- چای سبز

ج- چای واقعی

د- چای اولانگ

۶۴- چه عاملی سبب کدر شدن رنگ دمنوش می شود؟

الف- تازه بودن مواد

ب- دم کشیدن بیش از حد

ج- دم کشیدن کوتاه مدت

د- غلظت کم مواد

۶۵- از برگ گیاه کاملیا چه استفاده ای می شود؟

الف- تهیه قهوه

ب- کاکایو



ج- در تهیه چای ترش

د- در تهیه چای واقعی

۶۶- چای سبز از کدام گیاه تهیه می شود؟

الف- بومادران

ب- کاملیا سیننسیس

ج- رزماری

د- گزنه

۶۷- برای مصرف گلها و برگهای ظریف کدام مورد بهتر است؟

الف- پودر

ب- جوشانده

ج- دمنوش

د- عصاره

۶۸- در دمنوشها کدام گزینه استفاده نمی شود؟

الف- روغن های گیاهی

ب- میوه خشک

ج- گل ها

د- شاخه ها

۶۹- مواد سفت و خشبی در کدام گزینه بیشتر کاربرد دارد؟

الف- دمنوش

ب- جوشانده

ج- عرقیات

د- پماد

۷۰- مواد اولیه جوشانده شیرین بیان از کدام قسمت گیاه است؟

الف- ساقه

ب- گل

ج- ریشه

د- بذر

۷۱- کدام جوشانده بسیار شیرین است؟

الف- رزماری

ب- بومادران

ج- علف گربه

د- شیرین بیان

۷۲- دمنوش گل گاوزبان چه رنگی دارد؟

الف- قرمز

ب- بنفش مایل به آبی

ج- زرد



د- سیاه

۷۳- برای جوشانده رزماری چه کاربردی را پیشنهاد می دهید؟

الف- آرایشی بهداشتی

ب- ضد ریزش مو

ج- شیرین کردن عرقیجات

د- آرایشی و بهداشتی و ضد ریزش مو

۷۴- در جوشانده سنبل الطیب کدام قسمت گیاه جوشیده میشود؟

الف- صمغ

ب- ریشه

ج- ساقه

د- برگها

۷۵- کدام گزینه را نمیتوان برای دمنوش پیشنهاد داد؟

الف- صمغ آنگوزه

ب- بابونه

ج- پنیرک

د- نعناع

۷۶- برای تهیه جوشانده از پوست درختان کدام فصل برداشت بهتر است؟

الف- بهار

ب- پاییز

ج- زمستان

د- تابستان

۷۷- دمنوش زعفران از کدام قسمت گیاه است؟

الف- ریشه

ب- برگ

ج- پیاز

د- گل

۷۸- کدام دمنوش رنگ و عطر بهتری دارد؟

الف- بومادران

ب- اسفند

ج- سنبل الطیب

د- زعفران

۷۹- مواد اولیه کدام دمنوش باید در صبح زود جمع شود؟

الف- زعفران

ب- پنیرک

ج- رزماری

د- نعناع



۸۰- برای کاهش قند خون کدام دمنوش خوب است؟

الف- نعناع

ب- پونه

ج- شنبلیله .گزنه

د- سیاه دانه

۸۱- کدام گزینه طبع گرمتری دارد؟

الف- سیاه دانه و زنجبیل

ب- پنیرک

ج- گل گاوزبان

د- خار شتر

۸۲- کیسول سداسین از کدام گیاه تهیه می شود؟

الف- رزماری

ب- جینکو

ج- علف گربه

د- نعناع

۸۳- در جوشانده گل همیشه بهار کدام قسمت گیاه کاربرد دارد؟

الف- رزین

ب- پوست

ج- گل

د- ریشه

۸۴- جوشانده مکرر کدام گیاه پیشنهاد نمی شود؟

الف- گل گاوزبان

ب- آویشن

ج- نعناع

د- پونه

۸۵- جوشانده کدام گیاه جهت تقویت حافظه موثر است؟

الف- پونه

ب- بومادران

ج- جینکو

د- پنیرک

۸۶- جوشانده برگ کدام گیاه نرم کننده پوست است؟

الف- آنغوزه

ب- نعناع

ج- دارچین

د- کاکنج

۸۷- چای به علت داشتن چه ماده ای باعث اختلال در جذب آهن میشود؟



الف- کافیین

ب- تانن

ج- منتول

د- اتانول

۸۸-چای چه اثری در دستگاه گوارش دارد؟

الف- مدت توقف غذا را طولانی می کند

ب- مدت توقف غذا را کوتاه می کند

ج- بیشتر شدن ویتامین ها

د- بیشتر شدن آهن غذا

۸۹-کدام گزینه علت رویکرد مصرف دمنوش ها می باشد؟

الف- خواص درمانی

ب- داشتن کافئین

ج- داشتن خواص تغذیه ای

د- داشتن خواص دارویی و تغذیه ای

۹۰-موارد منع مصرف دمنوش کدام گزینه می باشد؟

الف- مصرف روزانه دمنوش ها

ب- افراد دارای بیماری خاص

ج- افرادی که داروی خاصی مصرف نمی کند.

د- افراد دارای بیماری خاص که داروی خاصی مصرف می کنند .

۹۱-مصرف کدام شیرین کننده باعث بیماری هایی از قبیل بیش فعالی در کودکان، معضلات گوارشی و آسمی، تومورهای

تیروئیدی، تشدید میگرن، تاری دید می گردد؟

الف- عسل تصفیه نشده

ب- شکر قهوه ای

ج- شکر سفید

د- نبات تولید شده با جوهر زعفران

۹۲-بهترین شیوه مصرف استویا کدام گزینه است؟

الف- برگ خشک شده استویا

ب- عصاره استویا

ج- استویا پودری

د- استویا فرآوری شده

۹۳-کدام تعریف در مورد دمنوش صحیح می باشد؟

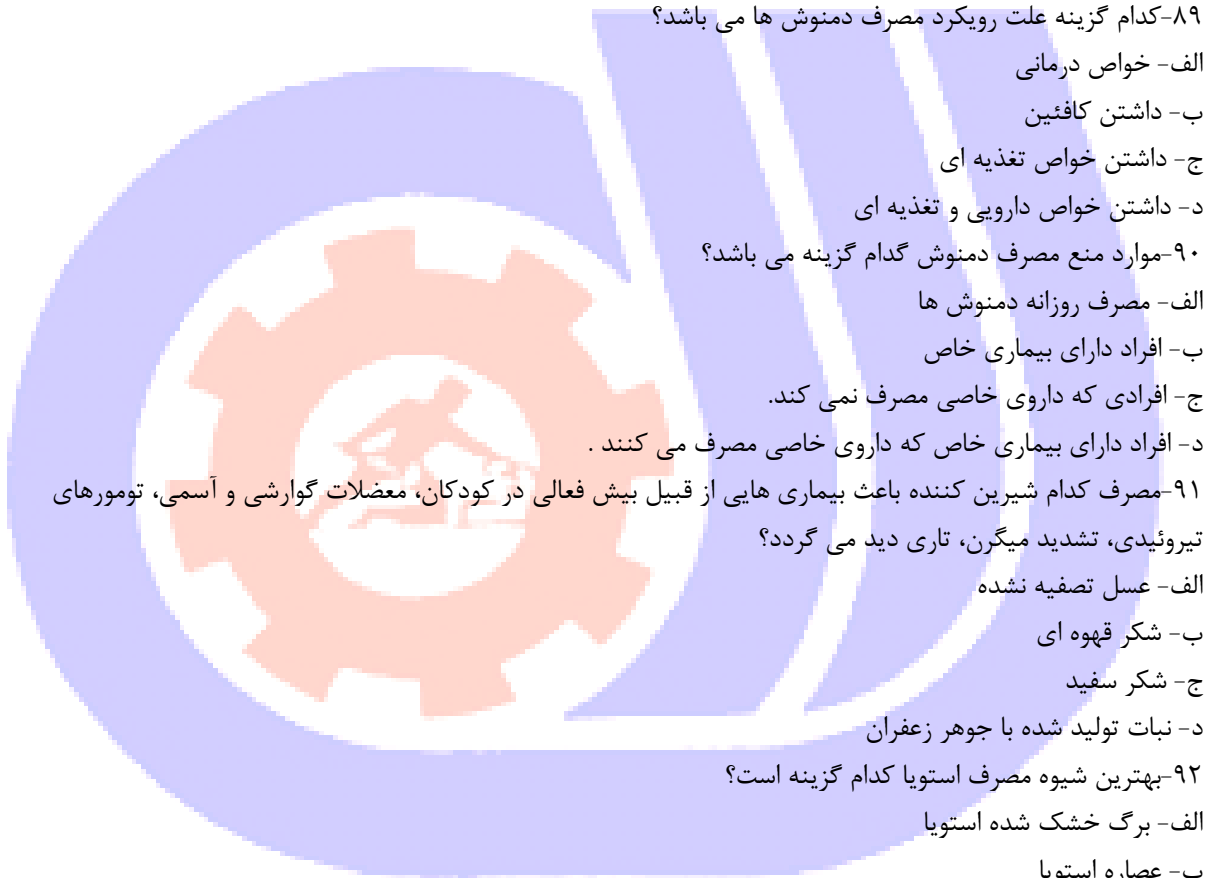
الف- نوعی نوشیدنی دارویی

ب- ترکیب آب سرد و گیاه دارویی

ج- نوشیدنی ساخته شده از گیاهان دارویی و ادویه جات

د- جوشاندن گیاه در آب سرد

۹۴-ماچا جزء کدام گزینه می باشد؟



الف- چای تخمیر شده

ب- چای سبز

ج- چای سفید

د- چای سیاه

۹۵- از ریشه کدام گیاه دارویی بعنوان دمنوش استفاده می شود؟

الف- شیرین بیان - قاصدک

ب- بابونه - آویشن

ج- پونه - شیرین بیان

د- گل محمدی- سنبل الطیب

۹۶- مهمترین قسمت مورد استفاده در بابونه جهت دمنوش کدام قسمت می باشد؟

الف- برگها

ب- سرشاخه های گلدار

ج- گلها

د- ریشه

۹۷- بهترین روش مصرف میوه ها در تهیه دمنوش ها چگونه می باشد؟

الف- میوه خرد شده و خشک

ب- میوه خشک شده درسته

ج- میوه تازه

د- میوه تازه خرد شده

۹۸- کدام میوه ها جهت تهیه دمنوش تفت داده می شود؟

الف- سیب و به

ب- کیوی و پرتقال

ج- آلبالو و تمشک

د- توت فرنگی و ذغال اخته

۹۹- کدام گزینه جزء شیرین کننده های مصنوعی می باشد؟

الف- عسل

ب- شیره ها

ج- استویا

د- ساخارین

۱۰۰- کدام گزینه به سم سفید معروف است؟

الف- شکر

ب- شکر سفید

ج- قند

د- نبات

۱۰۱- برای مصرف چای ماسالا جهت آقایان کدام ترکیب بهتر است حذف گردد؟

الف- جوز هندی



ب- رازیانه

ج- فلفل سیاه

د- میخک

۱۰۲- کدام گزینه در مقایسه گیاهان دارویی و شیمیایی صحیح نمی باشد؟

الف- گیاهان دارویی عوارض جانبی کمتری نسبت به داروهای شیمیایی دارد

ب- سرعت اثر گذاری داروهای شیمیایی به مراتب بیشتر از داروهای گیاهی است

ج- از داروهای گیاهی با دوز های نامحدود میتوان استفاده کرد

د- در مواقع اورژانسی از داروهای شیمیایی در دوز های محدود استفاده کنیم

۱۰۳- در انتخاب گیاه خشک به کدام موارد باید توجه کرد؟

الف- عدم وجود علف هرز

ب- فقط بسته بندی مناسب و نگه داری مناسب گیاه

ج- اندازه برگ ها و گل ها

د- گیاهان با شکل ظاهری (رنگ، بافت و اندازه) مناسب و عدم وجود آفات و علف هرز

۱۰۴- شیوه شستشوی گیاه قبل از تهیه دمنوش چگونه است؟

الف- با آب جوش شسته شود

ب- با مواد ضد عفونی کننده گیاهان و سبزیجات شسته شود

ج- با آب سرد شسته شود

د- با آب ولرم شسته شود

۱۰۵- کدام تعریف برای نبات مناسب تر است؟

الف- نبات نوعی قند است که از چغندر قند بدست میاید و طی یک مکانیزم فیزیکی متبلور میشود

ب- نبات نوعی قند است که از نی شکر بدست میاید و طی یک مکانیزم فیزیکی متبلور میشود

ج- نبات از تبلور شکر بدست میاید

د- از گیاه استویا استخراج می شود.

۱۰۶- کدام یک از فواید شکر قهوه ای نیست؟

الف- خلط سودا را رفع کرده و امراض سوداوی را بهبود میبخشد

ب- تحلیل برنده بادهای روده و ملین و روان کننده شکم است

ج- موجب استحکام اعصاب و استخوان ها است و از پیری زود رس جلوگیری میکند

د- جهت رفع بلغم و از بین رفتن چاقی شکمی استفاده میشود

۱۰۷- کدام یک از انواع شکر سفید نیست ؟

الف- شکر گرانول

ب- شکر توربینادو

ج- شکر کاستر

د- شکر قنادی یا پودر قند

۱۰۸- استویا از کدام منبع تامین میشود؟

الف- نیشکر

ب- چغندر قند

ج- گیاهی از تیره کاسنیان به نام شیرین برگ

د- ترکیب سدیم ساخارین و آسپارتام

۱۰۹- برگ های استویا را چگونه باید نگه داری کرد؟

الف- در مکان سرد و خشک

ب- در مکان گرم و خشک

ج- در مکان مرطوب

د- در مکان سرد با رطوبت فراوان

۱۱۰- کدام مورد از خواص استویا نیست؟

الف- فاقد کالری

ب- مصرف قبل از غذا باعث ایجاد سیری و کاهش وزن میشود

ج- یک دیورتیک طبیعی است

د- باعث ایجاد پوکی استخوان میشود

۱۱۱- کدام یک از عوامل زیر خطر عوارض جانبی استویا را افزایش میدهد؟

الف- بیماری فشار خون و دارو های فشار خون

ب- بیماری های اعصاب

ج- بیماری بیش فعالی

د- ریزش شدید مو

۱۱۲- DGL چیست؟

الف- نوعی استویای فراوری شده است

ب- شیرین بیان گلیسرین زدایی شده است

ج- به نوعی از شکر سفید اطلاق میشود

د- ترکیبی از شکر قهوه ای و سفید است که در حرارت بالا فراوری شده

۱۱۳- در تعریف انواع مختلف چای کدام مورد صحیح است؟

الف- چای سر گل از بالاترین قسمت برگ های چای و برگ پایین تر است

ب- چای باروتی از انتهای برگ چای تهیه میگردد

ج- چای قلم از برگ های وسطی و پایین تر چای تهیه میگردد

د- چای باروتی از برگ بالایی و برگ پایین تر تهیه میشود

۱۱۴- کدام یک از انواع چای های زیر، چای نیمه تخمیر شده است؟

الف- چای زرد

ب- چای CTC

ج- چای اورتودکس

د- چای اولانگ

۱۱۵- یک چای سبز با کیفیت پس از دم کردن دارای چه خصوصیتی است؟

الف- رنگ چای در فنجان دارای رنگ طلایی است

ب- برگ چای در دمنوش به رنگ قهوه ای است

ج- رنگ چای در فنجان دارای طیفی از رنگ های سبز است

د- رنگ سبز مایل به قهوه ای
۱۱۶- کدام یک از انواع چای زیر دارای کلروفیل بیشتر و رنگ سبز تیره تری است؟

الف- چای گرانولا

ب- چای سنتی ارتودکس

ج- چای غیر سنتی CTC

د- چای ماچا

۱۱۷- گران ترین چای در جهان کدام یک از موارد زیر است؟

الف- چای سفید دارجلینگ

ب- چای سیا باروتی

ج- چای زرد

د- چای سفید سوزن نقره ای

۱۱۸- کدام گزینه در مورد ویژگیهای گیاه خشک مناسب است؟

الف- گیاه دارویی آسیاب شده

ب- گیاهان دارویی دارای مواد افزودنی

ج- گیاهان دارویی دارای شکل طبیعی

د- گیاهان خشک باظاهر مناسب و بدون علف هرز و آفات

۱۱۹- بیشترین مصرف زیره در کدام مورد می باشد؟

الف- بعنوان آرامبخش

ب- بعنوان کاهنده فشار خون

ج- ضد نفخ

د- ضد قند خون

۱۲۰- کدام مورد کاربرد کمتری در درمان مشکلات کبدی دارد؟

الف- سنبل الطیب

ب- قاصدک

ج- خارمریم

د- گل داوودی

۱۲۱- بهترین گزینه برای درمان فشار خون بالا کدام گزینه می باشد؟

الف- چای ترش - چای سبز - دارچین

ب- چای ترش - زنجبیل - بابونه

ج- گزنه - چای سبز - لیمو عمانی

د- نعنا فلفلی - آویشن - پونه

۱۲۲- کدام گیاه سبب عدم تعادل هورمونی در پسران نابالغ می شود؟

الف- اسطوخودوس

ب- بابونه

ج- گاوزبان

د- آویشن



۱۲۳- بهترین زمان مصرف استویا جهت لاغری چه زمانی می باشد؟

الف- نیم ساعت بعد از غذا

ب- نیم ساعت قبل از غذا

ج- صبح ناشتا

د- قبل از خواب

۱۲۴- مصرف کدام گیاه باعث افزایش چین و چروک پوستی می شود؟

الف- رازیانه

ب- زنیان

ج- زیره

د- آویشن

۱۲۵- کدام گیاه جزء دمنوش های ضد کم خونی نمی باشد؟

الف- چای سبز

ب- گزنه

ج- یونجه

د- قاصدک

۱۲۶- دمنوش هسته خرما برای چه افرادی مناسب نیست؟

الف- افراد با فشار خون پایین

ب- افراد صفاوی

ج- افراد با معده سرد

د- افراد چاق

۱۲۷- دمنوش عاشقانه به چه دمنوشی اطلاق می شود؟

الف- دمنوش سیب و به

ب- دمنوش به و دارچین

ج- دمنوش گل رز

د- دمنوش گاوزبان

۱۲۸- کدام دمنوش لقب جاروی مغز را دارد؟

الف- بابونه

ب- اسطوخودوس

ج- گاوزبان

د- شیرین بیان

۱۲۹- مصرف شیرین بیان برای چه افرادی مناسب می باشد؟

الف- افراد چاق و دیابتی

ب- افراد با فشار خون بالا

ج- افرادی دارای مشکلات گوارشی و فشار خون پایین

د- افراد مسن

۱۳۰- چای ماسالا برای چه افرادی منع مصرف دارد؟



الف- افراد دارای فشار خون پایین

ب- افراد دارای معده سرد

ج- آقایان

د- افراد سرد مزاج

۱۳۱- کدام گزینه باعث بوتولیسم در نوزادان می گردد؟

الف- نبات مایع

ب- شیر خرما

ج- عسل

د- شیر توت

۱۳۲- کدام گزینه در خصوص دمنوش های لاغری صحیح می باشد؟

الف- دمنوش های لاغری با عسل مصرف می شود

ب- دمنوش های لاغری حاوی میوه های خشک شیرین می باشد

ج- دمنوش لاغری بهتر است هنگام خواب مصرف گردد

د- دمنوش های لاغری بهتر است بدون شیرین کننده مصرف گردد.

۱۳۳- کدام ترکیب گل محمدی جهت لاغری چربی دور شکم استفاده می شود؟

الف- گل محمدی با چای سبز

ب- گل محمدی با نعنا فلفلی

ج- گل محمدی با برگ سنا

د- گل محمدی با گل گاوزبان

۱۳۴- جهت رفع بیخوابی بچه ها از کدام گزینه استفاده می گردد؟

الف- بابونه

ب- اسطوخودوس

ج- بهار نارنج

د- گل بنفشه

۱۳۵- مصرف کدام دمنوش صبح زود سبب نشاط آوری می گردد؟

الف- به لیمو

ب- علف لیمو

ج- بهار نارنج

د- بابونه

۱۳۶- چه افرادی نباید از دمنوش علف لیمو استفاده کنند؟

الف- افرادی که ضربان قلب بالایی دارند

ب- کسانی که فشار خون بالایی دارند

ج- افرادی که سطح پتاسیم خون آن ها کم است

د- افرادی که مشکل دیابت دارند

۱۳۷- چه افرادی بهتر است از دمنوش نعنا استفاده نکنند؟

الف- افرادی که مزاج گرم دارند



ب- افرادی که دچار رفلکس معده هستند

ج- افراد با فشار خون بالا

د- افرادی که حالت تهوع دارند

۱۳۸- کدام دمنوش جهت خانمهایی که مشکل کیست و یا فیبروم دارند منع مصرف دارد؟

الف- دمنوش نعنا فلفلی

ب- دمنوش زیره

ج- دمنوش بومادران

د- دمنوش رازیانه

۱۳۹- در تهیه دمنوش های گیاهی از آب با چه درجه حرارتی استفاده میکنیم؟

الف- آب جوش ۱۰۰ درجه

ب- آب جوشی که خاموش شده و از جوش افتاده است

ج- آب ۸۰ تا ۸۵ درجه سانتی گراد

د- آب سرد

۱۴۰- برای تهیه جوشانده چه نوع آبی روی گیاه ریخته میشود؟

الف- آب جوش ۱۰۰ درجه

ب- آب سرد

ج- آب ولرم

د- آب ۸۰ درجه

۱۴۱- مدت زمان مصرف دمنوش پس از تهیه چگونه است؟

الف- بلافاصله پس از تهیه دمنوش باید مصرف شود و در صورت عدم مصرف باید آن را صاف کرد و تا ۳ ساعت میتوان نگه داشت

ب- ۲۴ ساعت باید نگه داری شود و سپس مصرف گردد

ج- مدتی پس از تهیه باید در یخچال نگه داری و سپس مصرف شود

د- میتوان آن را چند روز در یخچال نگه داشت و هر بار گرم کرد و مصرف نمود

۱۴۲- برای تهیه دمنوش ظرف با چه جنسی مناسب تر است؟

الف- مسی

ب- لعابی

ج- استیل

د- پیرکس و شیشه ای

۱۴۳- مصرف زیاد شیرین بیان و به ویژه گلیسرین در دوران بارداری چه عوارضی دارد؟

الف- زایمان زودرس

ب- ایجاد خون ریزی

ج- در رشد مغز نوزاد تاثیر منفی میگذارد

د- رشد کم جنین

۱۴۴- رنگ طلائی یا قهوه ای چای سبز در فنجان و رنگ قهوه ای برگ چای سبز نشان چیست؟

الف- از آب سرد در تهیه دمنوش استفاده شده است

ب- از آب ۱۰۰ درجه سانتی گراد در تهیه دمنوش استفاده شده است

- ج- گیاه خوب فراوری نشده است
- د- فراوری گیاه بسیار خوب بوده است
- ۱۴۵- جهت تهیه چای ماچا به چه نوع همزنی نیاز است؟
- الف- هم زن برقی با دور بسیار تند
- ب- هم زن از جنس بامبو
- ج- نیاز به هم زدن ندارد
- د- با قاشق میتوان آن را هم زد
- ۱۴۶- مصرف زیاد از حد کدام گیاه رخسار را زرد می کند؟

الف- زنیان
ب- کاکوتی

ج- زیره
د- هیچکدام

۱۴۷- کدام گیاه در صورت استفاده برای افراد دچار صرع، حملات آنها تشدید می کند؟

الف- بومادران

ب- زیره

ج- کاسنی

د- اسطوخودوس

۱۴۸- دمنوش مناسب دموی ها کدام مورد است؟

الف- خارمریم- شاه تره - کاسنی

ب- دمنوش به لیمو و آویشن

ج- دمنوش چای ترش و بهار نارنج

د- زیره و زنیان

۱۴۹-.....در اسطوخودوس باعث فشار خون می شود.

الف- ساپونین

ب- لینانول

ج- کولین

د- آهن و پتاسیم

۱۵۰- حداکثر میزان مصرف گل گاوزبان برای هر فرد در یک روز چندگرم است؟

الف- ۳ گرم

ب- ۲ گرم

ج- ۱/۵ گرم

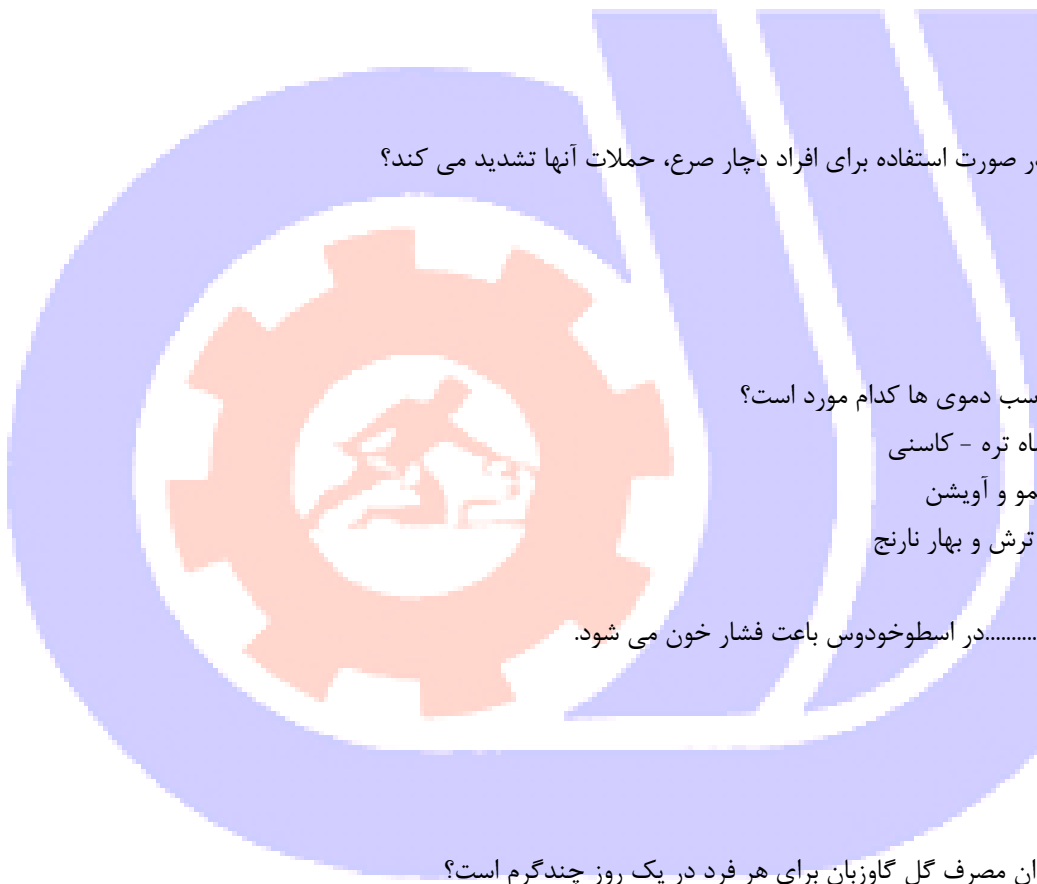
د- محدودیتی ندارد

۱۵۱- مصرف مکرر و طولانی مدت گل گاوزبان چه نتیجه ای برای فرد به دنبال دارد؟

الف- نارسایی کبد

ب- سرطان معده

ج- سرطان کبد



د- خونریزی شدید
۱۵۲- برای رفع خلط پشت گلو کدام مورد پیشنهاد می شود؟

الف- توت خشک

ب- آب نارنج

ج- دارچین-زنجبیل

د- توت خشک و آب نارنج

۱۵۳- سرکوبگرهای اشتها که در کاهش وزن موثرند، کدامند؟

الف- مریم گلی، پونه، رازیانه، به لیمو

ب- گزنه، یونجه، سنا، به لیمو

ج- به لیمو، شیرین بیان، یونجه، گزنه

د- زنجبیل- رازیانه- شیرین بیان

۱۵۴- دمنوش های مناسب دیابت عصبی کدام است؟

الف- نعنا- بامیه- گانودرما

ب- نعنا- مریم گلی- بابونه- چای سرخ

ج- نعنا- بابونه- بادرنجبویه- مریم گلی

د- گانودرما- مریم گلی- خرفه

۱۵۵- کدام جزو خواص علف لیمو نیست؟

الف- درمان کلسترول بالا و نیز دیابت و فشار خون بالا

ب- کمک به رفع یبوست

ج- موثر در درمان برفک دهان

د- افزایش سوخت و ساز بدن + تقویت گلبول های قرمز خون

۱۵۶- ترکیب دمنوش گل محمدی و دارچین چه کاربردی دارد؟

الف- آرامش اعصاب و کاهش استرس

ب- لاغری و تناسب اندام

ج- افزایش سوخت و ساز بدن

د- در حال دردهای قاعدگی و سردرد

۱۵۷- کدام دمنوش مناسب با بالابردن حرارت بدن در روزهای سرد سال توصیه می شود؟

الف- دمنوش گل محمدی و به

ب- دمنوش گل گاوزبان

ج- دمنوش زردچوبه

د- دمنوش زردچوبه و زنجبیل

۱۵۸- مصلح شیرین بیان کدام گزینه می باشد؟

الف- مصلح ان در طحال کتیرا و عناب و در کلیه گلسرخ

ب- مصلح ان در کلیه کتیرا و عناب و در طحال گلسرخ

ج- گلسرخ و عناب

د- کتیرا و عناب



۱۵۹- بهترین زمان خوردن چای سفید و حداکثر میزان مصرف آن چقدر است؟

الف- بعد از هر وعده غذایی و سه فنجان

ب- هنگام صبح و پس از هر وعده غذایی و سه فنجان

ج- بعد از هر وعده غذایی و ۲ فنجان

د- بعد از صبحانه و ۵ فنجان در روز

۱۶۰- طبع بهار نارنج و مصلح آن کدام گزینه می باشد؟

الف- سرد و خشک و سکنجبین

ب- گرم و تر و عسل

ج- گرم و خشک و عسل

د- گرم و خشک و گلاب

۱۶۱- براساس نظر جالینوس کدام گیاه از نظر رطوبت نزدیک به گل سرخ می باشد؟

الف- بابونه

ب- بهار نارنج

ج- آویشن

د- مریم گلی

۱۶۲- مصلح گل گاوزبان کدام گزینه می باشد؟

الف- شیرین بیان

ب- لیمو عمانی

ج- بابونه

د- سرکه سیب

۱۶۳- مصلح چای برای افراد گرم مزاج و سرد مزاج به ترتیب و است.

الف- شیر - ادویه های گرم

ب- ادویه های گرم - شیر

ج- زعفران - ادویه های گرم

د- زعفران - شیر

۱۶۴- طبیعت چای سیاه و چای سبز از نظر طب سنتی به ترتیب و است.

الف- سرد و خشک - گرم و خشک

ب- سرد و تر - گرم و تر

ج- گرم و خشک - سرد و خشک

د- گرم و تر - سرد و خشک

۱۶۵- مصلح چای سفید چیست؟

الف- برگ های استویا

ب- شیره انگور

ج- خرما

د- نبات و عسل

۱۶۶- مزاج غنچه گل محمدی و گلبرگ خشک آن است.



الف- گرم و خشک، ملین

ب- گرم و خشک، مسهل

ج- خشک معتدل، قابض

د- گرم، قابض

۱۶۷- مصلح بابونه در طب سنتی چیست؟

الف- عسل

ب- انار

ج- توت

د- عسل و انار

۱۶۸- طبیعت استویا در درمان بیماری های کبدی مثل طبیعی فعالیت می کند.

الف- سرد و خشک، مسهل

ب- سرد و خشک- دیورتیک

ج- گرم و خشک، دیورتیک

د- سرد و قابض

۱۶۹- کدام یک مصلحات چای سبز هست؟

الف- دارچین، گل محمدی

ب- بهار نارنج، نعنا، فوفل

ج- هل، زیره.

د- دارچین هل گل محمدی زیره نبات

۱۷۰- مصلح اسطوخودوس برای افراد صفراوی کدام است؟

الف- لیمو عمانی+ کتیرا

ب- آب لیمو+عسل

ج- سکنجبین یا کتیرا

د- سکنجبین

۱۷۱- کدام ظرف جهت سرو دمنوش ها مناسب تر است.

الف- ظروف چینی

ب- ظروف پیرکس یا شیشه ای

ج- ظروف یکبار مصرف

د- ظروف استیل

۱۷۲- کدام گزینه جزء ویژگیهای مناسب ظروف سرو دمنوش می باشد؟

الف- گرم بودن ظرف سرو

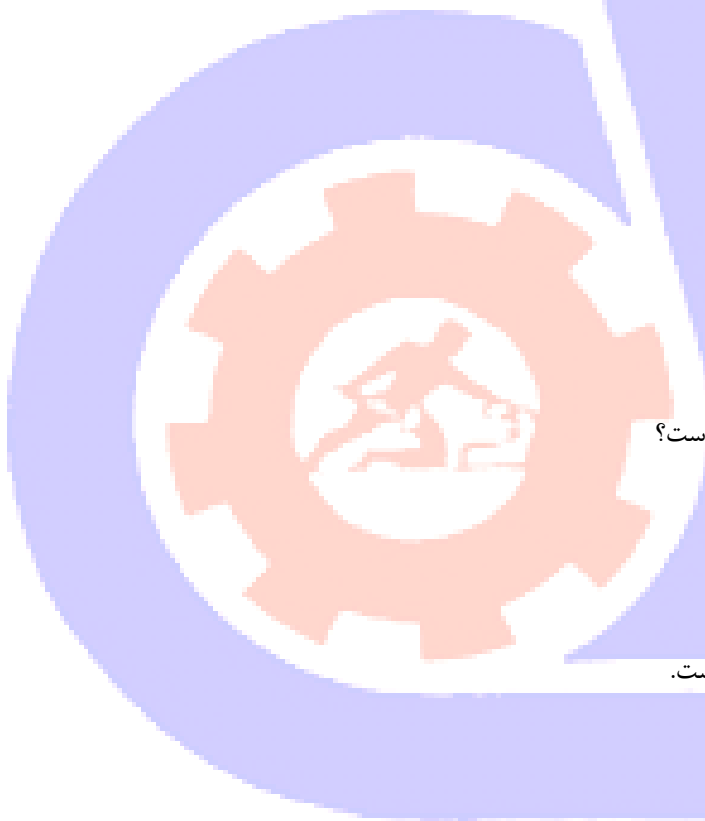
ب- شفاف بودن جنس ظرف

ج- گرم و شفاف بودن ظرف سرم

د- خنک بودن ظرف

۱۷۳- کدام گزینه از آداب سرو دمنوش ها نمی باشد؟

الف- شیرین کردن دمنوش ها



- ب- تزئین دمنوش با گیاهان دارویی مناسب
- ج- استفاده از شیرین کننده مناسب با شرایط افراد
- د- استفاده از مصلحات مناسب دمنوش
- ۱۷۴- در مورد ظروف مناسب سرو سردنوش ها کدام گزینه صحیح می باشد؟
- الف- استفاده از استکان های کوچک
- ب- استفاده از ظروف بلند و شفاف
- ج- استفاده از ظروف چینی
- د- استفاده از لیوان های یکبار مصرف
- ۱۷۵- کدام گزینه در خصوص نحوه استفاده از پودر ماچا صحیح نمی باشد؟
- الف- در سرد نوش ها قابل استفاده می باشد.
- ب- در دمنوش ها قابل استفاده می باشد.
- ج- فقط به صورت گرم قابل سرو می باشد.
- د- همرا با شیر قابل استفاده می باشد.
- ۱۷۶- مصلح گل گاوزبان برای افراد دارای فشار خون بالا کدام گزینه می باشد؟
- الف- لیمو عمانی یا آبلیمو تازه
- ب- عسل یا نبات
- ج- بابونه و اسطوخودوس
- د- آویشن و پونه
- ۱۷۷- کدام گزینه مصلح بومادران می باشد؟
- الف- انیسون
- ب- زیره
- ج- آویشن
- د- بابونه
- ۱۷۸- چای سیاه جزء کدام گروه از چای می باشد؟
- الف- چای تخمیر شده
- ب- چای تخمیر نشده
- ج- چای نیمه تخمیر شده
- د- چای سی تی سی
- ۱۷۹- کدام گزینه نشان دهنده انواع دمنوش نیست؟
- الف- دمنوش های آلكالوئیدی
- ب- دمنوش های خانگی
- ج- دمنوش های تجاری
- د- دمنوش های کافی شاپی
- ۱۸۰- دلیل توجه به دمنوش ها چیست؟
- الف- سریع الاثر بودن
- ب- مقرون به صرفه و در دسترس بودن



ج- وجود خاصیت نشاط آوری و درصد کافیین بیشتر

د- منبع غنی از ویتامین ها و مواد مغذی

۱۸۱- کاملیا سیننسیس کدام است؟

الف- چای

ب- آویشن

ج- بادرنجبویه

د- نعناع فلفلی

۱۸۲- موارد منع مصرف گیاهان دارویی کدام است؟

الف- افرادی که از استرس و اضطراب رنج می برند

ب- افرادی که دچار لاغری مفرط هستند

ج- افراد مبتلا به بیماری های جدی (کبد و کلیه)

د- افراد مبتلا به بیماری دیابت

۱۸۳- در چه مواردی استفاده از داروهای شیمیایی نسبت به داروهای گیاهی ارجحیت دارند؟

الف- در پیشگیری و تسکین دردهای خفیف

ب- در مواقعی که دوزهای بالایی از دارو مورد نیاز است

ج- تحت هیچ شرایطی نباید از داروهای شیمیایی استفاده کرد

د- در مواقع اورژانسی که نیاز به تاثیرگذاری سریع است

۱۸۴- وسایل مورد نیاز تهیه دمنوش چیست؟

الف- گیاه مورد نظر ، آب ، ظرف مناسب ، شیرین کننده

ب- گیاه مورد نظر ، آب ، شیرین کننده ، ماگ

ج- گیاه ، فرنچ پرس ، صافی ، آب

د- گیاه ، آب ، صافی ، همزن

۱۸۵- ویژگی های گیاه خشک کدام است؟

الف- بسته بندی مناسب ، عدم وجود علف هرز ، پودر کردن

ب- عدم وجود آفات ، وجود علف هرز ، بسته بندی مناسب

ج- عدم وجود گرد و خاک و آفات و علف هرز ، پودر کردن

د- شکل ظاهری مناسب ، عطر و بو ، عدم وجود علف هرز و آفات

۱۸۶- ظروف مناسب تهیه دمنوش چیست؟

الف- انواع قوری های چینی و پیرکس ، فلاسک ، ماگ ، فرنچ پرس

ب- ظروف شیشه ای ، استیل ، چینی

ج- انواع قوری های استیل و چینی ، فلاسک ، ماگ

د- ظروف مسی ، چینی ، فرنچ پرس ، ماگ

۱۸۷- کدام شیرین کننده برای دمنوش ها مناسب نیست؟

الف- استویا

ب- شیرین بیان

ج- شکر قهوه ای

د- شکر سفید

۱۸۸- کدامیک نشان دهنده مضرات عسل است؟

الف- باعث کاهش وزن و پوسیدگی دندان می شود

ب- ممکن است باعث بوتولیسم در نوزادان شود

ج- باعث افت قند شده و فشارخون را بالا می برد

د- باعث ریزش مو و افزایش وزن می شود

۱۸۹- عسل با کدام داروها ممکن است تداخل ایجاد کند؟

الف- دکسترومتورفان ، آسپرین

ب- اکسیکتورانت ، وارفارین

ج- وارفارین ، ایبوپروفن

د- دکسترومتورفان ، ایبوپروفن

۱۹۰- نبات از چه گیاهی به دست می آید و مزاج آن چیست؟

الف- چغندر قند-گرم

ب- نیشکر-گرم

ج- چغندر قند-سرد

د- نیشکر-گرم

۱۹۱- کدام نوع نبات شکنندگی بالایی دارد و در چای راحت حل می شود؟

الف- نبات مخلوط

ب- نبات چوبی

ج- نبات دندان

د- پرده نبات

۱۹۲- نبات مخلوط چیست؟

الف- قابلیت شکنندگی بالایی دارد و در چای راحت حل می شود

ب- از شکر درشت تراست و همان خرده های نبات است

ج- کاملا شکل و شمایل مایع و روان دارد

د- این نوع نبات در کف و جداره پاتیل ها به صورت تخته تشکیل می شود

۱۹۳- کدامیک از خواص نبات نیست؟

الف- درمان آسم و تنگی نفس

ب- افزایش حافظه

ج- جلوگیری از رفلکس معده

د- کم کردن درد کمر

۱۹۴- کدام مورد نشان دهنده طبرزد می باشد؟

الف- شکر سفید

ب- شکر قهوه ای

ج- شکر سرخ

د- شکر میوه



۱۹۵- کدامیک از انواع شکر سفید برای نوشیدنی های گرم و پخت و پز استفاده می شود؟

الف- شکر میوه

ب- شکر قنادی

ج- شکر کستر

د- شکر گرانول

۱۹۶- کدامیک به سم سفید معروف است؟

الف- استویا

ب- شیرین بیان

ج- نبات سفید

د- شکر سفید

۱۹۷- در تهیه لوبیا پخته و غذاهای کبابی کدام نوع شکر مناسب است؟

الف- شکر قهوه ای روشن

ب- شکر قهوه ای تیره

ج- شکر سرخ

د- شکر سفید

۱۹۸- از شکر سرخ در چه مواردی می توان استفاده کرد؟

الف- برای نان ، شیرینی و سس ها

ب- یک نوع شکر بریتانیایی است و برای پخت شیرینی زنجبیلی استفاده می شود

ج- به همراه غلات گرم و یا پاشیدن روی محصولات پخته استفاده می شود

د- در دستورالعمل هایی که طعم قوی ملاس نیاز است به کار می رود

۱۹۹- کدام مورد باعث کاهش حافظه و فراموشی می شود؟

الف- شکر سفید

ب- شکر سرخ

ج- استویا

د- نبات

۲۰۰- کدام قند جایگزین مناسبی برای شیرین کننده های مصنوعی چون اسپارتام و سدیم ساخارین است؟

الف- شکر سرخ

ب- شکر قهوه ای

ج- چغندر قند

د- استویا

۲۰۱- کدام گیاه ممکن است باعث هیپوگلاسمی(افت قندخون) می شود؟

الف- نیشکر

ب- شیرین بیان

ج- استویا

د- چغندر قند

۲۰۲- از کدام قسمت گیاه شیرین بیان استفاده می شود؟

الف- برگ

ب- کل اندام گیاه

ج- سرشاخه گلدار

د- ریشه

۲۰۳- کدام گیاه درمان کننده زخم معده و سرطان معده است؟

الف- شیرین بیان

ب- استویا

ج- آویشن

د- نعناع

۲۰۴- DGL چیست؟

الف- شیرین بیان گلیسیرین زدایی شده

ب- شیرین بیان به صورت گرانول و کپسول

ج- شیرین بیان تخمیر شده

د- شیرین بیانی که گلیسیرین آن افزایش یافته است

۲۰۵- مصلح شیرین بیان برای کلیه چیست؟

الف- گلسرخ

ب- سکنجبین

ج- کتیرا و عناب

د- آنیسون

۲۰۶- اندام مصرفی کدام گیاه بذراست؟

الف- گزنه -مورد

ب- صابونی-مریم گلی

ج- رازیانه بادرنجبویه

د- هل-رازیانه

۲۰۷- اندام دارویی زوفا و بابونه به ترتیب کدام است؟

الف- بذر - گل

ب- گل - بذر

ج- سرشاخه گلدار - گل

د- گل - سرشاخه گلدار

۲۰۸- از کدام روش مصرف گیاهان دارویی برای از بین بردن کبودی یا کوفتگی استفاده می شود؟

الف- خیسانده

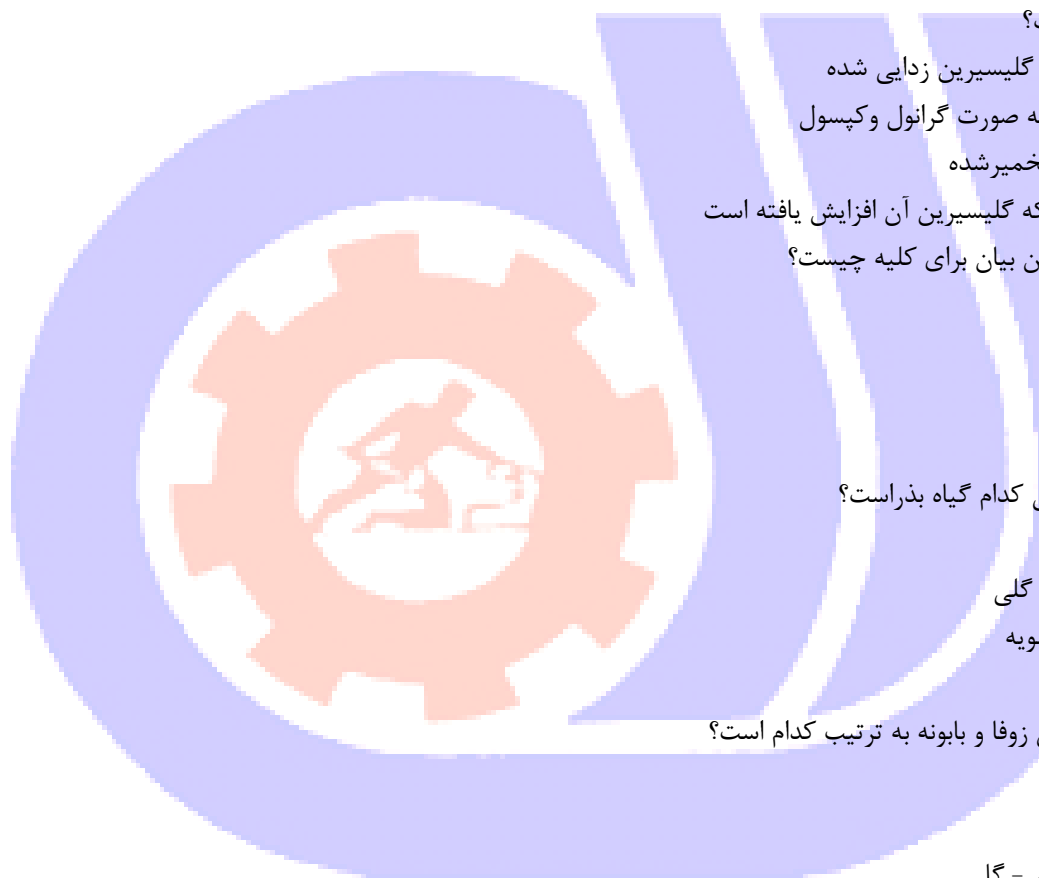
ب- شربت

ج- تنتور

د- ضماد

۲۰۹- کدام گیاهان آرام بخش هستند؟

الف- ریحان_نعناع فلفلی-دارچین



- ب- پونه -گل ساعتی-زنیان
ج- اسطوخودوس -بابونه-بهارنارنج
د- زعفران-گل محمدی-ریحان
۲۱۰-زیره , زنیان , پونه کوهی جهت کدام ناراحتی استفاده می شود؟

الف- نفخ معده

ب- کبدچرب

ج- اسهال

د- استرس

۲۱۱-عوارض مصرف جوهر زعفران در نبات چیست؟

الف- ایجاد دردهای مبهم در شکم و تشدید میگرن

ب- رفلاکس معده و ایجاد آسم و تنگی نفس

ج- سرازیر شدن آب در دهان و رفلاکس معده

د- بیش فعالی در کودکان و تاری دید

۲۱۲-کدام گیاهان مناسب کبد چرب هستند؟

الف- زنجبیل -کاسنی-شاهتره

ب- گزنه -چای ترش-همیشه بهار

ج- آویشن -چای سبز-مریم گلی

د- کرفس -ریحان-پونه

۲۱۳-کدام گیاهان برای فشار خون بالا مفید هستند؟

الف- زنجبیل و گل محمدی

ب- آویشن و مرزنجوش

ج- بادرنجبویه و چای ترش

د- چای سبز و گزنه

۲۱۴-رازپانه , پونه و مریم گلی چگونه باعث کاهش وزن می شوند؟

الف- سرکوب گرهای اشتها هستند

ب- مسهل هستند و مانع از هضم و جذب کامل مواد غذایی در روده می شوند

ج- گیاهانی هستند مدر و دفع آب از طریق ادرار را زیاد می کنند

د- باعث تحریک بدن برای سوزاندن میزان بیشتری از کالری می گردند

۲۱۵-چند گیاه محرک که باعث سوزاندن میزان بیشتری از کالری در بدن می شوند نام ببرید؟

الف- آلوئه ورا-گل سرخ

ب- رازپانه-چای سبز

ج- قاصدک-مریم گلی

د- فلفل سیاه-زیره

۲۱۶-نوشیدنی معروف و محبوب جهانی که طعمی تلخ و گس دارد؟

الف- آویشن

ب- رزماری

ج- بادرنجبویه

د- چای

۲۱۷- اگر از قسمت های انتهایی برگ چای ، استفاده شود چای حاصله چه نام دارد؟

الف- چای شکسته

ب- چای ممتاز

ج- چای باروتی

د- چای سرگل

۲۱۸- چای سرگل کدام است؟

الف- از قسمت های انتهایی برگ چای تهیه می شود

ب- ترکیبی از برگ بالایی و پایینی است

ج- از بالاترین قسمت برگ های چای تهیه شود

د- تشکیل شده از برگ های بالایی و برگ سومی

۲۱۹- کدام چای نیمه تخمیر شده است؟

الف- چای سیاه

ب- چای سفید

ج- چای اولانگ

د- چای سبز

۲۲۰- چای سبز جزء کدام دسته از چای ها است؟

الف- نیمه تخمیر شده

ب- تخمیر شده

ج- ارتدکس (سنتی)

د- تخمیر نشده

۲۲۱- کدام نوع چای طعم مالت مانند دارد؟

الف- آسام

ب- سیلان

ج- ماسالا

د- دارجلینگ

۲۲۲- چای ارل گری چگونه طعمی دارد؟

الف- طعم شکلاتی دارد

ب- طعم مالت مانند دارد

ج- طعم ترنج و مرکبات دارد

د- شیرین و میوه ای است

۲۲۳- طبع چای سیاه چیست؟

الف- گرم و تر

ب- سرد و تر

ج- سرد و خشک



د- گرم و خشک

۲۲۴- مصلح چای سیاه کدام است؟

الف- عناب- گل محمدی

ب- زنجبیل- دارچین

ج- هل- رزماری

د- زعفران- گل محمدی زنجبیل دارچین هل

۲۲۵- کدام مورد نشان دهنده فواید چای سیاه می باشد؟

الف- بهبود تمرکز - کاهش قندخون

ب- قاعده آور - مسهل

ج- قاعده آور - کاهش قندخون

د- بهبود تمرکز - رفع آلزایمر

۲۲۶- کدام ماده موثره چای باعث کاهش آهن می شود؟

الف- فلاونوئید

ب- آلکالوئید

ج- آنتوسیانین

د- تانن

۲۲۷- کدام نوع چای عطر و طعم خامه ای دارد؟

الف- ماتچا

ب- لائوشن

ج- گیوکورو

د- بی لوچان

۲۲۸- طعم و عطرشیرین کره ای مربوط به کدام نوع چای سبز است؟

الف- ماتچا

ب- لائوشن

ج- گیوکورو

د- بی لوچان

۲۲۹- کدام نوع چای برای آلزایمر مفید است؟

الف- چای سفید

ب- چای ماتچا

ج- چای سیاه

د- چای سبز

۲۳۰- کدام نوع چای گران ترین چای درجهان است؟

الف- چای سبز از نوع ماتچا

ب- چای اولانگ نوع بای

ج- چای سیاه نوع ارل گری

د- چای سفید نوع سوزن نقره ای



۲۳۱- در کدام چای قبل برداشت، گیاه را می پوشانند تا جهت حفظ کلروفیل نور مستقیم آفتاب نخورد؟

الف- چای اولانگ

ب- چای سیاه

ج- چای ماچا

د- چای سفید

۲۳۲- نبات و عسل مصلح کدام گیاه می باشند؟

الف- نعناع

ب- بابونه

ج- اسطوخودوس

د- چای سفید

۲۳۳- کرفس مصلح و بهبود دهنده هضم خواص و مزاج کدام گیاه است؟

الف- بابونه

ب- شیرین بیان

ج- چای سبز

د- نعناع

۲۳۴- نعناع سرشار از کدام ویتامین می باشد؟

الف- ویتامین D

ب- ویتامین B

ج- ویتامین C

د- ویتامین A

۲۳۵- زیاده روی در مصرف کدام گیاه برای اعصاب زیان آوراست؟

الف- بابونه

ب- نعناع

ج- چای سفید

د- رازیانه

۲۳۶- چرا اسانس نعناع را نباید به مقدار زیاد برای کودکان و نوزادان استفاده کرد؟

الف- چون باعث زردی در بیماران می شود

ب- باعث ایجاد سنگ کلیه می شود

ج- روی حرکات تنفسی و قلب اثر می گذارد

د- باعث اسهال و استفراغ در کودکان می شود

۲۳۷- مزاج آویشن چیست؟

الف- سرد و تر

ب- گرم و تر

ج- گرم و خشک

د- سرد و خشک

۲۳۸- مصلح و بهبود دهنده خواص آویشن کدام است؟



الف- کرفس

ب- کتیرا

ج- آنیسون

د- سرکه انگور

۲۳۹- تیمول و کارواکرول مواد موثره کدام گیاه است؟

الف- نعناع

ب- آویشن

ج- شیرین بیان

د- بابونه

۲۴۰- از عوارض کدام گیاه کم شدن شیر مادران می باشد؟

الف- آویشن

ب- مرزنجوش

ج- بابونه

د- زیره سبز

۲۴۱- کدام ماده موثره در آویشن باعث تقویت خلق و خومی شود؟

الف- کارواکرول

ب- تیمول

ج- منتول

د- اوژنول

۲۴۲- کدام گیاه جلوی سسکه رامی گیرد؟

الف- به لیمو

ب- گل ختمی

ج- مورد

د- زیره سبز

۲۴۳- کدام گیاه معروف به کراویه است؟

الف- زیره سیاه

ب- زیره کرمان

ج- زیره سبز

د- زیره ایرانی

۲۴۴- زیاده روی در مصرف زیره سبز چه عارضه ای را در پی دارد؟

الف- موجب زردی و لاغری می شود

ب- باعث سرطان کبد می شود

ج- باعث حساسیت پوست به نور می شود

د- باعث تشنج و بیماری صرع می شود

۲۴۵- مزاج و مصلح کاسنی را به ترتیب بیان کنید؟

الف- سرد و تر - کرفس



ب- گرم و تر - کرفس

ج- گرم و تر - هل و دارچین

د- سرد و تر- هل و دارچین

۲۴۶- کدام دمنوش جهت تقویت اعصاب مفید است؟

الف- کاکل ذرت - گل گاوزبان - گلمحمدی

ب- مریم گلی - گل محمدی - نعناع

ج- دارچین - پونه - نعناع

د- گل گاوزبان - سنبل الطیب - به لیمو

۲۴۷- گل محمدی دارچین هل و زعفران برای کدام عارضه استفاده می شود؟

الف- تقویت اعصاب

ب- مقوی کبد

ج- آرام بخش

د- افسردگی و آلزایمر

۲۴۸- پرتقال خشک شده آب لیموی تازه سوسن تایلندی دارچین و زعفران برای تهیه کدام دمنوش مفیداست؟

الف- خواب آور

ب- رفع بی خوابی

ج- انرژی زا

د- تقویت اعصاب

۲۴۹- جهت سردنوش آرام بخش از آب کدام میوه استفاده می شود؟

الف- آب پرتقال

ب- آبلیمو

ج- آب انار

د- آب نارنج

۲۵۰- دمنوش کدام گیاه صبح زود نشاط آور است؟

الف- همیشه بهار

ب- بیدمشک

ج- بابونه

د- به لیمو

۲۵۱- نعناع ۵ گرم زنجبیل یک برش و لیموترش یک حلقه برای تهیه کدام دمنوش استفاده می شود؟

الف- خواب آور

ب- رفع بیخوابی

ج- تقویت سیستم ایمنی بدن

د- انرژی زا

۲۵۲- کدام گیاهان جهت دمنوش ضد نفخ استفاده می شوند؟

الف- گل بنفشه , برگ و گل بیدمشک

ب- آویشن , شیرین بیان , عناب



ج- بادرنجبویه ، اسطوخودوس ، شیرین بیان

د- آنیسون ، زیره ، گشنیز ، رازیانه

۲۵۳- کدام گیاه جهت رفع بی خوابی برای کودکان مناسب است؟

الف- به لیمو

ب- گل بنفشه

ج- همیشه بهار

د- گل ختمی

۲۵۴- بابونه ، هل ، دارچین ، میخک ، ریشه شیرین بیان چه خاصیتی دارند؟

الف- خواب آور

ب- نشاط آور

ج- مقوی معده

د- مقوی کبد

۲۵۵- عرق نعناع فلفلی عسل و آب برای کدام عارضه مفید است؟

الف- دم نوش مقوی معده

ب- سردن وش مقوی معده

ج- انرژی زا

د- تقویت سیستم ایمنی بدن

۲۵۶- کدام گیاه به علت داشتن توجون باید انقطاع در مصرف داشته باشد؟

الف- افسنطین

ب- بادرنجبویه

ج- گل محمدی

د- گل گاوزبان

۲۵۷- کدام دمنوش چربی سوزاست؟

الف- سیب خشک و دارچین

ب- چای ماسالا

ج- نعناع فلفلی و گزنه

د- بابونه و رازیانه

۲۵۸- گل ختمی ، آویشن شیرازی ، گل پنیرک ، اسطوخودوس و عناب برای کدام ناراحتی مفید است؟

الف- سرماخوردگی

ب- مقوی معده

ج- چربی سوز

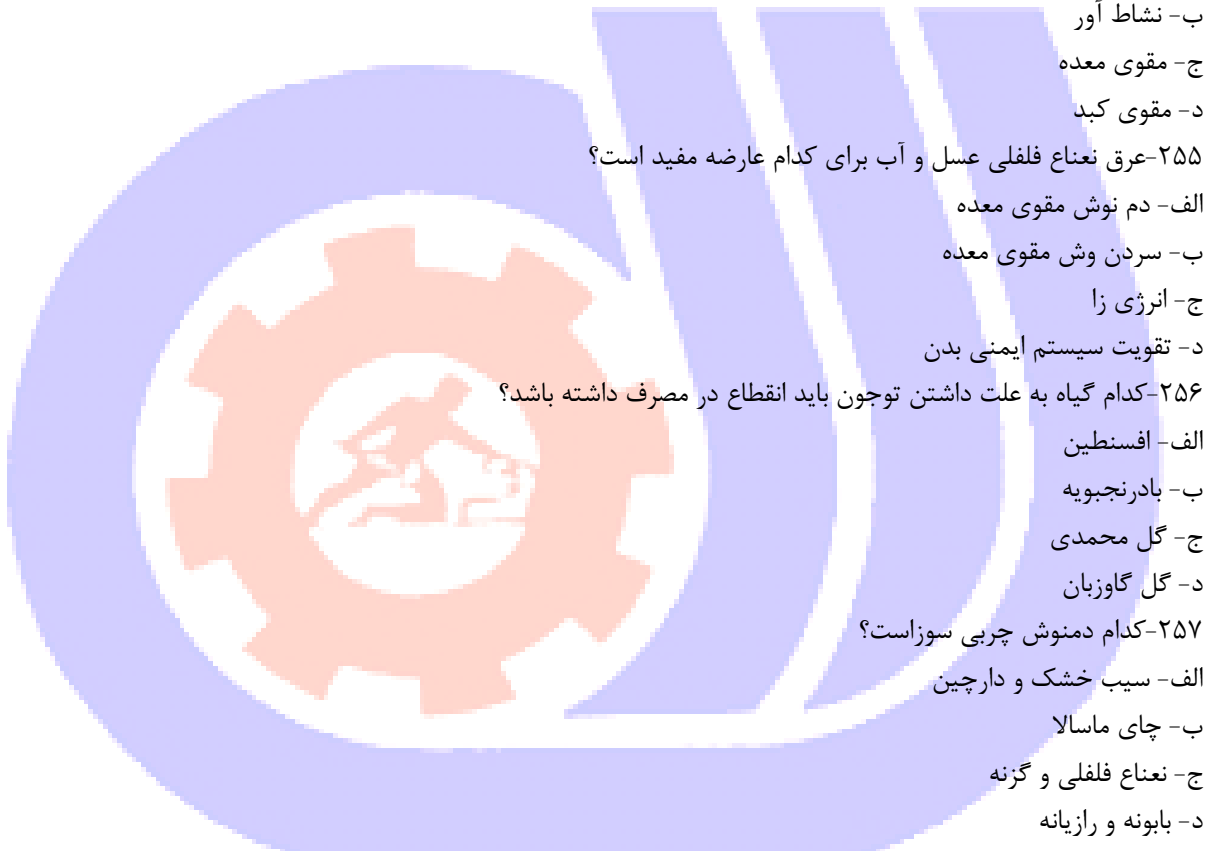
د- تقویت سیستم ایمنی

۲۵۹- کدام گیاهان ضد فشار خون بالا هستند؟

الف- رازیانه ، هل ، فلفل سیاه

ب- چای سبز ، چای ترش ، لیموترش

ج- برگ اکالیپتوس ، برگ کاسنی ، پونه



د- گل گاوزبان ، پنیرک ، آویشن
۲۶۰- کدام میوه ها جهت تهیه دمنوش باید بو داده شوند؟

الف- گلابی و پرتغال

ب- سیب و لیمو

ج- کیوی و به

د- سیب و به

۲۶۱- در تهیه دمنوش سیب و دارچین چه گیاه دیگری استفاده می شود؟

الف- هل

ب- به لیمو

ج- آنیسون

د- رازیانه

۲۶۲- زردچوبه، دارچین ، زنجبیل، زیره و عسل برای کدام عارضه استفاده می شود؟

الف- مقوی معده

ب- کبد چرب

ج- خواب آور

د- آرام بخش

۲۶۳- کدام گیاهان برای صفاوی مزاج ها مناسب هستند؟

الف- رزماری-گل محمدی

ب- گزنه-بابونه

ج- شاهتره -کاسنی

د- چای ترش-نعناع

۲۶۴- مصرف چای سبز برای کدام مزاج ممنوعیت دارد؟

الف- سوداوی ها

ب- دموی ها

ج- بلغمی ها

د- صفاوی ها

۲۶۵- کدام طبع سرد و تراست؟

الف- سوداوی

ب- دموی

ج- صفاوی

د- بلغمی

۲۶۶- طبع دموی ها کدام است؟

الف- سرد و تر

ب- گرم و تر

ج- سرد و خشک

د- گرم و خشک



۲۶۷-دمنوش بلوبری برای کدام بیماری مفید است؟

الف- کم خوابی

ب- کم کاری تیروئید

ج- کبد چرب

د- ضد نفخ

۲۶۸-دمنوش هسته کدام گیاه جایگزین قهوه است؟

الف- خرما

ب- عناب

ج- سنجد

د- بادام

۲۶۹-کدام گیاهان دمنوش نارنجی رنگ دارند؟

الف- نعناع و چای سبز

ب- پنیرک و اسطوخودوس

ج- بابونه و بهارنجان

د- تمشک و توت فرنگی

۲۷۰-دمنوش مریم گلی و گل بنفشه چه رنگی است؟

الف- زرد

ب- بنفش

ج- سبز

د- بیرنگ

۲۷۱-دمنوش عاشقانه شامل چه گیاهانی است؟

الف- گل رز , بابونه و عسل

ب- بابونه , همیشه بهار و عسل

ج- علف لیمو , بابونه و عسل

د- گل رز , چای سبز و عسل

۲۷۲-کدام دمنوش برای تپش شدید قلب مفید است؟

الف- رزچای

ب- ریلکس کننده گل رز

ج- انرژي زا

د- گاوزبان و سنبل الطیب

۲۷۳-کدام گیاه به جاروی مغز معروف است؟

الف- بادرنجبویه

ب- گل راعی

ج- اسطوخودوس

د- رزماری

۲۷۴-بومادران دارای چه طبعی است و مصلح آن کدام است؟



الف- گرم و تر-آنیسون

ب- گرم و خشک-آنیسون

ج- گرم و تر-کتیرا

د- گرم و خشک-کتیرا

۲۷۵- چرا گیاه اسطوخودوس برای نوزادان و کودکان پسر مناسب نیست؟

الف- چون باعث رشد غیر طبیعی سینه ها در پسر می شود

ب- باعث ایجاد نازایی می شود

ج- باعث ایجاد سنگ کلیه می شود

د- باعث ایجاد کهیر و حساسیت پوستی می شود

۲۷۶- گل گاوزبان به چه نامی معروف است؟

الف- آنس الارواح

ب- خیر دشتی

ج- افعی گیاه

د- زغلیل

۲۷۷- مصرف مکرر کدام گیاه باعث سرطان در کبد می شود؟

الف- اسطوخودوس

ب- بابونه

ج- بومادران

د- گل گاوزبان

۲۷۸- مصلح و بهبود دهنده هضم کدام گیاه گلاب است؟

الف- بهارنارنج

ب- گل محمدی

ج- گل گاوزبان

د- اسطوخودوس

