

等 別：普通考試
類 科：外語導遊人員（土耳其語）
科 目：外國語（土耳其語）
考試時間：1 小時 20 分

座號：_____

※注意：(一)本試題為單一選擇題，請選出一個正確或最適當的答案，複選作答者，該題不予計分。
(二)本科目共 80 題，每題 1.25 分，須用 2B 鉛筆在試卡上依題號清楚劃記，於本試題上作答者，不予計分。
(三)禁止使用電子計算器。

- 1 A: ____? B: Cumartesi.
(A) Ne var ne yok (B) Adınız ne
(C) Ne kadar (D) Bugün günlerden ne
- 2 A: Havaalanında saat kaçta buluşalım? B: ____
(A) Üç saatte. (B) 21 Mart'ta.
(C) Saat üçü çeyrek geçe. (D) Gelecek Pazar.
- 3 "A: ____? B: İstanbul'da bir özel hastanede beyin cerrahiyim."
Aşağıdaki hangisi yukarıdaki yanıtın sorusu olamaz?
(A) Kiminle görüşmek istemiştiniz (B) Ne iş yapıyorsunuz
(C) Mesleğiniz ne (D) Nerede çalışıyorsunuz
- 4 A: Neyin var? Sana su vereyim mi? B: ____
(A) Ailemde 5 kişi var. Günde en az 10 litre su lazım.
(B) Başım dönüyor. Biraz oturayım. Sağ ol.
(C) Toplantım var. Hemen çıkıyorum.
(D) Param var. Bana kahve getir.
- 5 Dün gece babası fenalaşmış hastaneye kaldırıldı. ____ işe gelemedi.
(A) Çünkü (B) Buna rağmen (C) Bu nedenle (D) Keşke
- 6 Doğup büyüdüğü şehirden bir daha dönmek ____ ayrıldı.
(A) üzere (B) sayesinde (C) kadar (D) gibi
- 7 Burası gerçekten görülmeye değer bir yer. ____ en kısa zamanda tekrar geliriz.
(A) Umarım (B) Korkarım (C) Sorarım (D) Şaşarım
- 8 A: Babama 4. evre lenf kanseri teşhisi kondu. Bir süre tedavi gördü. Fakat hiçbir tedavi fayda vermedi. Geçen hafta aramızdan ayıldı.
B: ____
(A) Kafana takma. (B) Başınız sağ olsun.
(C) Allah kurtarsın. (D) Üzüldüğün şeye bak.
- 9 Ailesinden haber ____ her şeyini toplayıp basıp gitmiş.
(A) alır almaz (B) ala ala (C) alıp alarak (D) alsa alsa
- 10 A: Merhaba, Başkent Oteli. ____
B: Merhaba, önümüzdeki ayın 15'i için boş odanız var mı? Rezervasyon yaptırmak istiyorum.
(A) Nasıl bir şey arıyorsunuz? (B) Ne arzu edersiniz?
(C) Size nasıl yardımcı olabilirim? (D) Adınızı lütfeder misiniz?
- 11 A: Buralarda ____ var mı? Yanımda hiç Türk lirası yok. Sadece Amerikan doları var.
B: Var. Çok yakın. 300 metre ileride.
(A) büfe (B) yazıhane (C) eczane (D) döviz bürosu

- 12 “Hızlı tren bileti istasyonlardaki gişelerden trenin hareket saatinden 5 dakika ____ çıkış istasyonunu seçip bilet satın alabilirsiniz. Çağrı merkezi veya internet üzerinden ise trenin hareket saatinden 15 dakika ____ bilet satın alınabilmektedir.”
Yukarıdaki her iki boşluk için hangi söz uygundur?
(A) sonra (B) kadar (C) içinde (D) önceye kadar
- 13 Affedersiniz. Bu gömlek bana dar geliyor. Bunun bir beden ____ var mı acaba?
(A) büyüğü (B) küçüğü (C) pahalısı (D) ucuzu
- 14 A: Bunu alıyorum. Hediye paketi yapar mısınız?
B: Elbette, efendim. ____
A: Kredi kartıyla.
(A) Paketi neyle yapacaksınız? (B) Ödemeyi nasıl yapacaksınız?
(C) Hediyeyi kime vereceksiniz? (D) Nasıl olsun?
- 15 A: Şu çantayı beğendim ama fiyatını çok yüksek buldum.
B: Ama Türkiye’den ayrılırken ____ yapacağınız ____ işleminden sonra fiyat oldukça hesaplı sayılır.
(A) büyükelçilikte / imza (B) gümrükte / vergi iadesi
(C) noterde / tasdik (D) valilikte / tebligat
- 16 İstanbul Havalimanı Aşı Merkezi’nde ____ gelen ____ giden, tüm Türkiye Cumhuriyeti vatandaşı olan yolcular, Sağlık Bakanlığı’nın açıklaması doğrultusunda aşıdan ücretsiz olarak yararlanabilecektir.
(A) ne / ne de (B) belki / belki de (C) hem / hem de (D) ister / ister de
- 17 Müzenin yeşil, gölgelik parkında kadınlarla çocuklar çimde piknik yapıyorlar. Bana bunun tipik bir Anadolu manzarası ____ söylüyor.
(A) olarak (B) olması (C) olan (D) olduğu
- 18 Garson: Kahveniz nasıl ____, efendim?
Müşteri: Orta şekerli ____.
(A) gelsin / gelsin (B) yapsın / yapsın (C) olsun / olsun (D) etsin / etsin
- 19 Ahmet: Alo, Cengiz Bey’le ____ görüşüyorum?
Cengiz: Evet, benim. Buyurun.
(A) mi (B) nasıl (C) kim (D) neden
- 20 Yolcu: Affedersiniz, ____ var mı?
Hostes: Neyiniz var? Rahatsız mısınız?
Yolcu: Önemli bir şey yok. Dişim çok ağrıyor da.
(A) tansiyon ilacı (B) ağrı kesici (C) aşı (D) vitamin C
- 21 Zamanınız varsa şu kafede eski püskü bir halı örtülü alçak tabureye oturup Türk kahvesi ____ tavsiye ederim.
(A) içmeye (B) içerek (C) içmenizi (D) içmenize
- 22 Bu otelin ____ çok iyi, şehir merkezine çok yakın. Ayrıca ____ güler yüzlü ve ilgili, ____ geniş ve rahat. Kısacası otelin her yönünden çok memnun kaldık.
(A) odaları / hizmetler / konumu (B) çalışanları / konumu / lobi
(C) konumu / çalışanları / odaları (D) fiyatı / müşterileri / ulaşımı
- 23 A: Biz tatil deyken evimize hırsız girmiş.
B: Olamaz! Peki, maddi zararınız var mı?
A: Eşimin mücevherleri, oğlumun tableti, benim de bisikletim gitmiş.
B: Peki, karakola gidip ____ buldunuz mu?
(A) ricada (B) şikâyette (C) katkıda (D) suç duyurusunda

- 24 Ziyaretçi: Affedersiniz, size bir şey sormak istiyorum.
Görevli: Buyurun.
Ziyaretçi: Müzenin içinde fotoğraf çekebilir miyim?
Görevli: Evet, yalnız flaş _____. Tarihî eserlere zarar vermeyelim.
(A) kapalı (B) açık (C) kullanın (D) kullanmayın
- 25 Uzun zaman göremediği bir aile yakınına veya dostuna kavuşan birini tebrik etmek için aşağıdaki hangi söz söylenebilir?
(A) Gözün aydın. (B) Hayırdır inşallah. (C) Çok yaşa. (D) Allah korusun.
- 26 Yeni evlenmiş bir çifte aşağıdaki hangi söz söylenmez?
(A) Ömür boyu mutluluklar dilerim. (B) Tebrik ederim.
(C) Allah bir yastıkta kocatsın. (D) Allah kavuştursun.
- 27 “Yolda ufak bir trafik kazası geçirdim. Toplantıya zamanında yetişemeyeceğim. _____. Şimdi hastaneye gidiyorum. Muayene olacağım. Ondan sonra geleceğim.”
Yukarıdaki boşluk için hangi söz uygundur?
(A) Allaha ısmarladık (B) Maşallah (C) Özür dilerim (D) Sıhhatler olsun
- 28 A: Biz gidiyoruz. Sen gelmiyor musun?
B: ____?
A: Şu yeni açılan kafede oturup çay kahve içeceğiz.
B: Tabii, ben de geliyorum. 5 dakikaya kadar hazırım.
(A) Nerede (B) Nereye (C) Nereden (D) Neresi
- 29 Dağda mahsur kalan üç kişiyi bulabilmek için arama-kurtarma ekipleri kar fırtına _____ gece gündüz çalışıyor.
(A) göze almadan (B) kaçarak (C) demeden (D) izleyerek
- 30 Başta çocuklar _____ hava koşullarının düzelmesini fırsat bilen her yaştan halk sahillere akın etmeye başladılar.
(A) olmakla birlikte (B) olmak üzere (C) olmasına rağmen (D) olana kadar
- 31 Ne yazık ki o benim söylediğimi anlamadı. _____ böyle bir hataya düşmezdi.
(A) Anlasaydı (B) Anladıysa (C) Anlamakla (D) Anlamadan
- 32 Geçen yıl hizmete _____ ve vatandaşların yoğun ilgi _____ Mega Alışveriş Merkezi, yurt dışı ziyaretçilerinin de rağbetini görmüştür.
(A) girdiği / gören (B) giren / gösteren (C) açıldığı / gördüğü (D) açılan / gösterdiği
- 33 “Her önüne gelene inanma ve güvenme. _____ nezaket başka, insanın içinden geçenler başka.”
Yukarıdaki boşluk için hangi söz uygun değildir?
(A) Çünkü (B) Dolayısıyla (C) Kısacası (D) Bu nedenle
- 34 Sayın müdür bey, röportaj için çok teşekkür ederiz. Vaktinizi aldık. _____ kalkalım.
(A) Yardımınızla (B) Saygılarımızla (C) Memnuniyetle (D) İzininizle
- 35 “Şu raporu yarına yetiştirmek için sabahtan beri içtiğim kahvenin haddi hesabı yok. Artık kahve almayayım. Kalp çarpıntısı yapar.”
Yukarıdaki parçaya göre aşağıda hangisi doğrudur?
(A) Kahveyi çok sever. Kahve içip duruyor.
(B) Kahvehane işletiyor. İçtiği her fincan kahveyi hesaplıyor.
(C) Sayılmayacak kadar çok kahve içiyor. Bir daha içmek istemiyor.
(D) Evdeki kahveyi bitirmiş ama yarına kadar kahve almak istemiyor.

- 36 “A: Bana bu konağın yerini tarif edebilir misiniz?
B: Tabii. Aradığınız konak buraya çok yakın. Yirmi dakika, bilemediniz yarım saat içinde yaya gidebilirsiniz.”
Yukarıdaki diyaloga göre hangisi doğrudur?
(A) Konak çok yakın. Ancak onu ne zaman bulabileceğiniz belli değil.
(B) Konak yakın sayılır. Yürüyerek ancak 20-30 dakika.
(C) Konağa kadar yolu var. Düşe kalka ilerleseniz bile 15 dakika içinde karşınıza çıkar.
(D) Konak o kadar yakın ki yürümeye bile gerek yok.
- 37 A: Biz tanışıyor muyuz?
B: _____. Demek unuttunuz beni.
A: Yok yani.
B: Neyse. Benim yahu, manav Muzaffer.
(A) Aşk olsun (B) Helal olsun (C) Geçmiş olsun (D) Şükürler olsun
- 38 A: İnternette bilet ayırttın mı? Elini çabuk tut. _____ bize yer kalmaz.
B: Tamam canım. Beş dakikaya kadar bu işi hallederim.
(A) Kesin (B) Yoksa (C) Galiba (D) Belki
- 39 A: Pardon. _____
B: Evet???
A: Bu kısa anketi doldurabilir misiniz?
(A) Baksanıza! (B) Bakarsanız. (C) Bana bakın. (D) Bakar mısınız?
- 40 Hakkâri Türkiye'nin öbür ucunda, İstanbul'dan oldukça uzakta. Bana sorarsan otobüs ya da tren _____ uçağı tercih ederim.
(A) yerine (B) yani (C) hele (D) dahi
- 41 “Murat çok çalışkan ve iyi bir adamdı. _____ bir türlü başarılı olamıyor.”
Yukarıdaki boşluk için hangisi uygun değildir?
(A) Ama (B) Yalnız (C) Nitekim (D) Oysa
- 42 “Türkiye 1960'larda kendi otomobilini yapma girişiminde bulundu. 129 günde üretilen ve “Devrim” olarak adlandırılan bu otomobil seri üretime geçmedi.”
Yukarıdaki parçaya göre hangisi doğrudur?
(A) Devrim arabası üretildikten sonra 129 günde yok sattı.
(B) Yerli otomobilin prototipi üretildi, fakat işin arkası getirilemedi.
(C) 1960'lı yıllarda Türk vatandaşı sadece Devrim arabasını kullanabiliyordu.
(D) 1960'larda Türkiye'de otomobil devrimi yaşanmış ve bundan sonra Türkiye dünya çapında bir numara otomobil üreticisi olmuştur.
- 43 “Ben Anadolu'nun bir küçük kasabasında doğdum. Kardeşlerimle hep tarlalarda, bağlarda koşuşup oyun oynuyorduk. Çocukluk günlerimiz su gibi akıyordu.”
Yukarıdaki “su gibi akmak” deyiminin anlamı ne olabilir?
(A) Her gün boş gezmek.
(B) Sürekli yağmur yağmaktan sel oluşmak.
(C) Ekinleri akarsu ile sulamak.
(D) Zaman hızla geçmek.
- 44 Biz bunca yıl omuz omuza çalıştık, savaştık. Elbette bu kez de bütün engelleri aşacağız. _____ sen inancını kaybetme.
(A) İyi ki (B) Yeter ki (C) Sanki (D) Mademki

- 45 A: Türk Hava Yolları mobil uygulaması üzerinden biletimi aldım. İstanbul'da aktarma yağıcağım. İstanbul'a sabah vardığımda 16 saatlik boş zamanım olacak. Bana uygun bir tur tavsiye edebilir misiniz?
B: Size acentemizin ____ tur seçeneklerimizi göstereyim. Zamanınızı en iyi şekilde değerlendirebilirsiniz. Üstelik fiyatlar çok uygun.
(A) tek gidişli (B) gidiş-dönüş (C) bir gecelik (D) günübirlik
- 46 Son günlerde hava oldukça iyi, hiç soğuk değil ki. Yine de o paltoyu çok beğeniyorsan bence şimdi alma. Nitekim sezon indirimleri ____.
(A) biter (B) başladı (C) bitiyor (D) başlamak üzere
- 47 Ahmet Efendi çok nadir bir hastalığa yakalanmış. İki yıldır hastanede tedavi görüyormuş. Ama bütün çabalara ____ doktorlar bu hastalığa bir çare bulamamışlar.
(A) göre (B) doğru (C) rağmen (D) dikkat
- 48 Bilim insanları tarafından yapılan araştırmalara göre küresel ısınmanın meydana getirdiğı ekolojik tahribat her geçen gün ____ . Bu gidişle gelecek kuşaklara nasıl bir dünya bırakacağız?
(A) artacaktı (B) artadursun (C) artmaktadır (D) artsa
- 49 Hangisi yanlıştır?
(A) 10:00 - Saat on. (B) 01:30 - Saat bir buçuk.
(C) 09:40 - Saat onu yirmi var. (D) 22:20 - Saat onu yirmi geçiyor.
- 50 Hangisinde gereklilik anlamı yoktur?
(A) Derste bağırarak konuşmamalıyız. (B) Terliyken soğuk su içmemeliyiz.
(C) Eve geç gitmemeliyiz. (D) Tatilde çok ders çalışman iyi olur.
- 51 1. Şeftalinin _____ ne kadar?
2. Kiraz kalsın, çünkü kiraz çok _____.
(A) pahalı / parası (B) fiyatı / taze (C) fiyatı / pahalı (D) ucuz / fiyatı
- 52 Hangisi yanlıştır?
(A) Pazardan bir çift kazak aldım. (B) Kendime bir çift eldiven aldım.
(C) Mağazadan bir çift ayakkabı aldım. (D) Ben iki çift çorap aldım.
- 53 “ _____ Samsun'a gideceğim.” Boşluğa hangisi gelemez?
(A) Yarın (B) Öğleden sonra (C) Bugün (D) Dün
- 54 A: Neyle gideceksiniz? B: _____.
Diyalog hangisiyle tamamlanamaz?
(A) Dayımla gideceğim (B) Taksiyle gideceğim
(C) Arabayla gideceğim (D) Uçakla gideceğim
- 55 A: _____?
B: Tatile kız kardeşimle gideceğim.
(A) Tatile neyle gideceksin (B) Tatile kimle gideceksin
(C) Tatilde nereye gideceksin (D) Tatile nasıl gideceksin
- 56 Hangisi yanlıştır?
(A) 04:55 - Saat, beşe beş var. (B) 10:15 - Saat, onu çeyrek geçiyor.
(C) 09:45 - Saat, ona çeyrek var. (D) 02:20 - Saat, ikiye yirmi var.
- 57 Aşağıdaki ifadelerden hangisi doğum gününde söylenmez?
(A) Nice yıllara... (B) Doğum günün kutlu olsun!
(C) Geçmiş olsun. (D) İyi ki doğdun...

- 58 “İstanbul-Ankara bileti _____ ?”
(A) nasıl (B) ne zaman (C) nereye (D) ne kadar
- 59 A: Çorbalardan ne alırsınız?
B: _____. Diyalog hangisiyle tamamlanamaz?
(A) Köfte (B) Tarhana (C) Mercimek çorbası (D) Ezogelin
- 60 “Şehir merkezine nasıl gidebilirim. _____ edebilir misin?”
(A) Tavsiye (B) Taksi (C) Teşekkür (D) Tarif
- 61 Hangi cümlede “ile” yerine “ve” yazılamaz?
(A) Marketten ekmek ile süt aldım.
(B) Ahmet ile Mahmut okula gitti.
(C) İstanbul’a uçak ile gittik.
(D) Okulda İngilizce ile Türkçe öğrendik.
- 62 Geç kalktığım için _____.
(A) otobüsü kaçırdım (B) otobüse kaçırdım (C) otobüsü geciktim (D) otobüse yetiştim
- 63 “Başka ülkelere gitmek ve sürekli gezmek çok eğlenceli. Uçmak çok güzel. Bu yüzden _____ olmak istiyorum.”
(A) Avukat (B) pilot (C) mimar (D) öğretmen
- 64 “Rezervasyonunuz yapıldı. Üç gün içinde _____ almanız gerekiyor.”
(A) kimliğinizi (B) biletinizi (C) adresinizi (D) pasaportunuzu
- 65 A: Otelinizde boş odanız var mı?
B: _____
Hangisi olumsuz bir cevaptır?
(A) Evet efendim. (B) Maalesef efendim. (C) Tabi ki! (D) Elbette!
- 66 “Bu ürünün _____ var mı? Dayanıklı mı?”
(A) peşini (B) taksitlisi (C) garantisi (D) kampanyası
- 67 “Servislerimiz ücretsizdir.” Hangisi bu cümle ile aynı anlamdadır?
(A) Servis için para vermeniz gerekiyor.
(B) Servislerimiz ücretlidir.
(C) Servis için ayrıca para ödeyeceksiniz.
(D) Servis için para ödemeyeceksiniz.
- 68 Hangi sorunun cevabı “evet” veya “hayır”dır?
(A) Kaç taksit yapıyorsunuz?
(B) Nerede döviz bozdurabilirim?
(C) Kredi kartıyla ödeyebilir miyim?
(D) Satışlarınız peşin mi taksitli mi?
- 69 “Otobüs bileti çok pahalı. Ben öğrenciyim, _____ yapar mısınız?”
(A) indirim (B) pahalı (C) ucuzluk (D) bindirim
- 70 “Akıllı kredi kartı toplu ulaşım araçlarında bilet yerine geçer.”
Bu cümlede altı çizili kelimenin yerine aşağıdakilerden hangisi getirilebilir?
(A) iletişim (B) haberleşme (C) nakliye (D) taşıma

請回答第 71 題至第 75 題：

Asya ile Avrupa arasında bir köprü konumunda olan Türkiye, bölgesel ve kıtalar arası ticarete de dünyanın ilgisini çekiyor. Bir yandan dev ulaşım projeleriyle ekonomide büyük bir atılım yapan Türkiye, diğer yandan da yeni istihdam alanları oluşturarak birçok kişiyi iş sahibi yapıyor. Türkiye'nin sanayi, ticaret ve turizm bölgelerini birbirine ve dünyaya bağlayacak dev projelerin bir kısmı tamamlanarak faaliyete geçerken, bir kısmında ise çalışmalar sürüyor.

2022'de açılması planlanan 1915 Çanakkale Köprüsü'nün temeli 18 Mart 2018'de atıldı. Köprü tamamlandığında “dünyanın en uzun aralıklı köprüsü” olacak. Gelibolu'ya bağlı Sütluçe ile Lapseki ilçesindeki Şekerkaya mevkiî arasına yapılacak Çanakkale 1915 Köprüsü'nün temel atma töreni, Cumhurbaşkanı Recep Tayyip Erdoğan ve Başbakan Binali Yıldırım'ın katılımıyla gerçekleştirildi. Cumhurbaşkanı Erdoğan, Çanakkale Köprüsü'nün 18 ay erken bitirilerek 18 Mart 2022'de açılacağını müjdeledi.

İki yakanın birbirine, kenar açıklıklarıyla kendisinin toplam uzaklığı 3 bin 860 metre ve viyadükleriyle 5 kilometre üzerinde olacak köprünün iki ayak arasındaki açıklığı ise, Türkiye Cumhuriyeti'nin 100. kuruluş yıldönümü olan 2023'ü taçlandırmak için 2 bin 23 metre olarak belirlendi.

- 71 Yukarıda son paragraftaki “taçlandırmak” sözcüğünün anlamı ne olabilir?
- (A) Şapka takmak
(B) Şapka çıkarmak
(C) Şereflelendirmek
(D) Onuruna dokunmak
- 72 “Cumhurbaşkanı Erdoğan, Çanakkale Köprüsü'nün 18 ay erken bitirilerek 18 Mart 2022'de açılacağını müjdeledi.” cümlesindeki müjdelemek sözcüğü ne anlama gelir?
- (A) Sevindirici bir haber vermek
(B) İma etmek
(C) Uyarmak
(D) Anımsatmak
- 73 Aşağıdaki ifadelerden hangisi yanlıştır?
- (A) Türkiye bulunduğu konum bakımından Avrupa ve Asya'yı birbirine bağlayan bir köprü gibidir.
(B) Türkiye ne bölgesel ne de kıtalar arası ticarete diğer ülkelerin dikkatini ve merakını kendi üzerinde toplayabilir.
(C) Dev projelerin bazıları henüz gerçekleşmiş durumda değildir.
(D) 1915 Çanakkale Köprüsü'yle ilgili çalışmalar devam ediyor.
- 74 Aşağıdaki ifadelerden hangisi doğrudur?
- (A) 1915 Çanakkale Köprüsü'nün temel atma töreninde Dışişleri Bakanı da katılmıştır.
(B) 1915 Çanakkale Köprüsü, Türkiye Cumhuriyeti'nin 100. yılında, yani 2022'de tamamlanacaktır.
(C) 1915 Çanakkale Köprüsü'nün inşaatına Bakanlık kararıyla 1915 yılında karar verildi.
(D) 1915 Çanakkale Köprüsü'nün iki ayak arasındaki açıklığı 2023 metredir.
- 75 Aşağıdaki ifadelerden hangisi doğrudur?
- (A) 1915 Çanakkale Köprüsü'nün bir ucu Sütluçe'de, diğer yanı ise Lapseki'de.
(B) 1915 Çanakkale Köprüsü dünyanın en uzun köprüsü olacaktır.
(C) 1915 Çanakkale Köprüsü'nün açılışı 18 ay gecikmesiyle 18 Mart 2022'de yapılacaktır.
(D) 1915 Çanakkale Köprüsü gibi kocaman ulaşım projeleri mutlaka Türkiye'nin sanayi, ticaret, turizm güçlerini baltalayacaktır.

請回答第 76 題至第 80 題：

Canlılar yaşamlarının devamlılığını sürdürebilmek için birçok etken ile mücadele etmek zorundadır. Bu etkenler arasında beslenme, barınma ve sağlık gibi temel ihtiyaçların giderilmesi ilk önceliktir. Özellikle de sağlık...Çevremizde gördüğümüz tüm canlılar yani bitkiler, hayvanlar ve biz insanlar için olmazsa olmaz yaşam standartları bulunmaktadır. Bu standartların oluşumu sırasında meydana gelebilecek en küçük bir sorun dahi sağlıklı bir yaşam sürdürülmesini engelleyebilir. Her şeyden önce sağlıklı ve mutlu olmak için yediklerimize dikkat etmeliyiz. Bundan başka psikolojik ve çevre faktörlerini de unutmamalıyız. Bu faktörlere ait bilgiler bize koruyucu ilaçların önemini daha iyi anlatıyor. Hastalık gelmeden önce onu önlemek için yapılan işler, hastalıktan sonra yapılan tedaviden daha iyidir. Doktorlar “perhiz” yapmayı tavsiye etmektedirler. Bugün“ şişmanlık” batı dünyasında en çok korkulan hastalıktır. Kuzey Amerika’da elli sekiz milyon insan bu hastalığa yakalanmıştır. Şeker hastalığı, kalp hastalıkları ve kanser gibi hastalıklar şişmanlıkla ilgilidir. Stres, tansiyon, uykusuzluk gibi etkenler de sağlıksız beslenmeden kaynaklanır.

Son yıllarda, araştırmalar spor yapmanın sağlığa iyi geldiğini doğrulamaktadır. Devamlı yapılan fizikî aktiviteler, sağlık için çok faydalı olmaktadır. Günlük hayatta insanların en çok karşılaştığı problemlerden biri de strestir. Bir yakınının ölmesi, evlilik, iş değişikliği, boşanma gibi durumlar insanı strese sokabilir. Stresin bilincinde olmak bu hastalıkları önleyebilir.

Çevre de sağlığımız için çok önemlidir, insan ömrü uzamasına rağmen kanserden ölümler artmıştır. Bunun başlıca sebebi kimyasal maddelerin kullanımının artmasıdır. Örneğin; sigara akciğer kanserine, endüstrideki kimyasal maddeler de kronik hastalıklara yol açar.

- 76 Metne göre aşağıdaki bilgilerden hangisi doğru değildir?
- (A) Yediklerimize dikkat etmeliyiz.
(B) Hastalık gelmeden önce alınacak önlemler, hastalıktan sonra yapılan tedaviden daha iyi değildir.
(C) Psikolojik ve çevre faktörleri de sağlığımızı bozabilir.
(D) Doktorlar, perhiz yapmayı tavsiye etmektedir.
- 77 “Metne göre hangisi kanserden ölümlerin artış nedeni olamaz. ”
- (A) Düzensiz beslenme.
(B) Sağlıksız beslenme.
(C) Spor yapmak.
(D) Endüstride kullanılan kimyasal maddeler.
- 78 Batı dünyası için en korkulan hastalık hangisidir?
- (A) Şişmanlık (B) Kanser (C) Şeker hastalığı (D) Kalp hastalıkları
- 79 Şişmanlık hangi hastalıklara sebep olmaktadır?
- (A) Stres ve psikolojik hastalıklar.
(B) Tansiyon ve uykusuzluk.
(C) Şeker, kalp hastalıkları ve kanser.
(D) Akciğer kanseri ve kronik hastalıklar.
- 80 Doktorlar, beslenme konusunda ne tavsiye etmektedir?
- (A) Koruyucu ilaçlar kullanmamayı (B) Sağlıksız beslenmeyi
(C) Kimyasal maddeler kullanmayı (D) Perhiz yapmayı