

جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
معاونت آموزشی
دبیرخانه شورای آموزش علوم پایه پزشکی، بهداشت و تخصصی
مرکز سنجش آموزش پزشکی

اولین دوره آزمون
ارزیابی علمی دانشجویان شاغل به تحصیل در خارج از کشور
متقاضی انتقال به دانشگاه‌های داخل
(ویژه ورودی‌های اول ژانویه ۲۰۱۹ به بعد)

رشته: فیزیوتراپی

تعداد سوالات: ۶۰

تعداد صفحات: ۱۰

زمان پاسخگویی: ۶۰ دقیقه

مشخصات داوطلب

نام:

نام خانوادگی:

شماره کارت:

تذکرات مهم:

- برای هر سوال، تنها گزینه‌ای را که بهترین پاسخ ممکن است انتخاب نمایید.
- این آزمون نمره منفی ندارد.
- قبل از شروع پاسخگویی، دفترچه سوالات را از نظر تعداد سوالات و صفحات به دقت مورد بررسی قرار داده و در صورت وجود هرگونه اشکال به مسئولین جلسه اطلاع دهید. در غیر این صورت پس از پایان آزمون هیچ‌گونه اعتراضی پذیرفته نخواهد شد.

دی ماه ۱۴۰۳

الکتروتراپی

- ۱- استفاده از «هات پک» (Hot Pack) برای کدام یک از بیماران زیر «ممنوعیت» استفاده دارد؟
- الف) Thrombophlebitis
ب) Raynaud phenomenon
ج) Chronic neck pain
د) Trigger points
- ۲- کدام یک از موارد زیر، روش استفاده صحیح از «سرما» برای افزایش تون عضلانی در یک بیمار دچار کاهش تون عضلانی است؟
- الف) Vapocoolant spray
ب) Cryostretch
ج) Quick icing
د) Contrast bath
- ۳- در کدام یک از موارد زیر استفاده از اولتراسوندتراپی ممنوعیت دارد؟
- الف) کاهش درد مچ پای یک خانم باردار
ب) ایجاد گرمای عمقی عضله چهارسرانی پس از Internal fixation استخوان ران
ج) کاهش درد زانوی یک نوجوان دوازده ساله
د) ایجاد گرمای عمقی عضلات ناحیه ساق پای بیمار دارای Pacemaker
- ۴- کدام یک از موارد زیر «بیشترین اثرات غیر حرارتی» همراه با «بیشترین عمق نفوذ» را در اولتراسوندتراپی برای یک بیمار را صحیح بیان کرده است؟ (شدت میدان یکسان فرض می‌شود)
- الف) استفاده از Duty cycle با نسبت ۱:۱ (خاموش : روشن) با فرکانس ۳ مگا هرتز
ب) استفاده از Duty cycle با نسبت ۱:۴ (خاموش : روشن) با فرکانس ۳ مگا هرتز
ج) استفاده از Duty cycle با نسبت ۱:۱ (خاموش : روشن) با فرکانس ۱ مگا هرتز
د) استفاده از Duty cycle با نسبت ۱:۴ (خاموش : روشن) با فرکانس ۱ مگا هرتز
- ۵- بیماری دو روز پس از پیچ خوردگی مچ پا، با التهاب حاد مچ پا به فیزیوتراپی مراجعه کرده است. برای کاهش التهاب این بیمار کدام یک از مدالیته‌های زیر را می‌توان استفاده نمود؟ (به شرط تنظیم مناسب شدت)
- الف) لیزر درمانی پالس
ب) امواج رادیویی کوتاه به صورت مداوم
ج) تابش نور مادون قرمز
د) حمام پارافین
- ۶- کدام یک از گزینه‌های زیر، بهترین دوز درمانی اولتراسوندتراپی با فرکانس یک مگاهرتز در جلسات ابتدایی و برای ایجاد گرمای عمقی است؟
- الف) ۰/۷ وات بر سانتی‌متر مربع به صورت منقطع
ب) ۱ وات بر سانتی‌متر مربع به صورت مداوم
ج) ۱/۵ وات بر سانتی‌متر مربع به صورت منقطع
د) ۲ وات بر سانتی‌متر مربع به صورت مداوم

۷- کدام یک از پارامترهای‌های زیر «تعیین کننده اصلی» در میزان عمق نفوذ لیزرهای کم توان است؟

- الف) Class of laser
ب) Treatment Frequency
ج) Wavelength
د) Mode of Radiation

۸- کدام یک از جریان‌های تحریک الکتریکی، برای تقویت عضلانی یک بیمار با آتروفی عضلات عصب‌دار، مناسب‌ترین است؟

- الف) Conventional TENS
ب) Russian Current
ج) Galvanic Current
د) Long Duration Pulsed Current

۹- کدام یک از جریان‌های زیر بیشترین اثرات الکتروشیمیایی را روی پوست و یا بافت بدن ایجاد می‌کنند؟

- الف) Faradic Pulsed Current
ب) Direct Current
ج) High Voltage Pulsed Current
د) Russian Current

۱۰- کدام یک از گزینه‌های زیر از ویژگی‌های جریان فارادیک است؟

- الف) مدت زمان پالس کوتاه
ب) پیوسته بودن جریان
ج) فرکانس‌های تحریکی بالاتر از ۱۰۰۰ پالس
د) شدت خروجی کمتر از یک میلی آمپر در واحد سطح

۱۱- جریان‌های تداخلی یا اینتر فرنشیال تراپی (Interferential therapy) چه نوع جریانی هستند؟

- الف) تداخل دو جریان فرکانس پایین برای بدست آوردن یک جریان فرکانس بالای درمانی
ب) تداخل دو جریان فرکانس پایین برای بدست آوردن یک جریان فرکانس پایین درمانی
ج) تداخل دو جریان فرکانس متوسط برای بدست آوردن یک جریان فرکانس بالای درمانی
د) تداخل دو جریان فرکانس متوسط برای بدست آوردن یک جریان فرکانس پایین درمانی

۱۲- بیماری با درد حاد گردن به فیزیوتراپی مراجعه کرده است. در صورتی که بخواهیم از تحریک الکتریکی برای کاهش

درد این بیمار استفاده کنیم کدامیک از گزینه‌های زیر مناسب‌ترین پاسخ است؟

- الف) Conventional TENS
ب) Burst TENS
ج) Acupuncture TENS
د) Brief-intense TENS

۱۳- در مبحث تحریک الکتریکی فیزیوتراپی، الکتروگذاری بر روی کدامیک از نواحی زیر «ممنوعیت» دارد؟

- الف) ناحیه‌ای با پوست مرطوب
ب) سینوس کاروتید
ج) مفصل گیجگاهی-فکی
د) مفاصل انگشتان دست

- ۱۴- کدام یک از گزینه‌های زیر تعریف صحیح برای روش «یونتوفوروزیس» (Iontophoresis) در فیزیوتراپی است؟
- الف) انتقال ملکول‌های دارویی توسط میدان اولتراسوند برای اهداف درمانی
 ب) انتقال ملکول‌های دارویی توسط جریان الکتریکی برای اهداف درمانی
 ج) انتقال یون‌های دارویی توسط میدان اولتراسوند برای اهداف درمانی
 د) انتقال یون‌های دارویی توسط جریان الکتریکی برای اهداف درمانی

- ۱۵- کدام یک از گزینه‌های زیر در مورد تحریک الکتریکی در فیزیوتراپی «صحیح» است؟
- الف) جریان‌های ولتاژ بالا قدرت انقباضی بسیار بیشتری نسبت به جریان‌های فاردیک ایجاد می‌کنند.
 ب) جریان فاردیک برای عضلات عصب دار کاربرد دارد.
 ج) شکل مثلثی (Triangular) بهترین شکل موج برای تقویت عضلانی است.
 د) جریان TENS برای نواحی بی عصب کاربرد بهتری دارد.

تمرین درمانی

- ۱۶- کدام یک از انقباضات زیر بیشترین احتمال آسیب به عضله را دارد؟
- الف) Isotonic
 ب) Isometric
 ج) Eccentric
 د) Isokinetic

- ۱۷- کدام یک از تمرینات زیر جهت افزایش هماهنگی به کار می‌رود؟
- الف) مقاومت زیاد با تکرار کم
 ب) مقاومت کم با تکرار زیاد
 ج) مقاومت کم با تکرار کم
 د) بدون مقاومت با تکرار زیاد

- ۱۸- همه موارد زیر از اثرات تمرین آزاد (Free) می‌باشد، بجز:
- الف) افزایش دامنه حرکتی
 ب) تقویت عضلانی
 ج) افزایش هماهنگی
 د) افزایش اعتماد بنفس بیمار

- ۱۹- کدام یک از موارد زیر جزو موارد منع استفاده از هیدروتراپی محسوب می‌شود؟
- الف) فلج عضلانی
 ب) افراد مسن
 ج) عدم تعادل روانی
 د) زنان باردار

- ۲۰- همه موارد زیر شامل PNF Stretching است، بجز:
- الف) Contract relax
 ب) Agonist contraction
 ج) Hold relax
 د) Hold-relax without agonist contraction

۲۱- کدام عبارت زیر در مورد **Rolling** مفصل صدق می‌کند؟

- الف) سطوح مفصلی همگن است.
- ب) در مفاصل نرمال به صورت خالص دیده نمی‌شود.
- ج) حرکت چرخشی یک سطح روی دیگری در سطح افقی است.
- د) منجر به لغزش یک سطح روی سطح دیگر می‌شود.

۲۲- به دنبال **Bed rest** طولانی کدام یک از اثرات زیر دیده می‌شود؟

- الف) کاهش حجم پلاسما
- ب) افزایش حجم قلب
- ج) افزایش تحمل ارتواستاتیک
- د) عدم تغییر حجم خون

۲۳- کدام یک از مشخصه‌های زیر در مورد تمرین پلایومتریک صحیح است؟

- الف) سرعت کم و شدت زیاد
- ب) سرعت زیاد و شدت زیاد
- ج) سرعت زیاد و شدت کم
- د) سرعت کم و شدت کم

۲۴- کدام یک از تمرینات زیر در بیماران با ضعف عضلات کف لگن بدنبال بارداری مناسب‌تر است؟

- الف) تمرین تقویتی عضلات گلوئتال
- ب) تقویت عضلات شکمی
- ج) تمرین ایزوله عضلات کف لگن
- د) تمرینات اصلاح پاسچر

۲۵- کدام عبارت زیر در خصوص تمرینات دامنه حرکتی و کششی صحیح است؟

- الف) تمرینات کششی و دامنه حرکتی در محدوده طول طبیعی بافت نرم هستند.
- ب) تمرینات کششی و دامنه حرکتی خارج از محدوده طول طبیعی بافت نرم هستند.
- ج) تمرینات کششی در محدوده طول طبیعی بافت نرم و تمرینات دامنه حرکتی خارج از محدوده طول طبیعی بافت نرم هستند.
- د) تمرینات دامنه حرکتی در محدوده طول طبیعی بافت نرم و تمرینات کششی خارج از محدوده طول طبیعی بافت نرم هستند.

۲۶- کدام یک از موارد زیر از شاخصه‌های عضلات پاسچرال می‌باشد؟

- الف) تاندون مشترک انتهایی
- ب) متقاطع بودن عضلات با مفصل هدف
- ج) سطحی بودن عضله
- د) طویل بودن طول عضلات پاسچرال

۲۷- کدام یک از حرکات زیر جزو الگوی **D2Ext** در الگوهای **PNF** اندام تحتانی است؟

- الف) Ankle plantar flexion
- ب) Toe extension
- ج) Hip abduction
- د) Hip flexion

۲۸- در بیماران مبتلا به افزایش کیفوز پشتی، تمرینات کششی کدام عضلات توصیه می‌شود؟

- الف) اینفراسپیناتوس و تراپز میانی
- ب) سوپراسپیناتوس و تراپز فوقانی
- ج) ساب اسکاپولاریس و تراپز میانی
- د) ساب اسکاپولاریس و سراتوس قدامی

۲۹- کدام الگوی PNF در بیماران مبتلا به بی‌اختیاری ادراری با ضعف عضلات کف لگن کاربرد دارد؟

- الف) D1Ext
- ب) D1Flex
- ج) D2Ext
- د) D2Flex

۳۰- کدام یک از فیبرهای عضلانی زیر خستگی ناپذیری بالایی دارند؟

- الف) Type I
- ب) Type IIA
- ج) Type IIB
- د) Type IIC

آناتومی و کینزیولوژی اسکلتی - عضلانی

۳۱- بیماری دچار محدودیت حرکتی پاسیو اکستنشن انگشتان دست می‌باشد. با فلکشن مچ دست، دامنه اکستنشن

انگشتان افزایش می‌یابد. علت محدودیت حرکتی بیمار کدامیک از موارد زیر می‌باشد؟

- الف) کنتراکچر عضلات اکستانسور انگشتان
- ب) کونتراکچر عضلات فلکسور انگشتان
- ج) کونتراکچر کپسول مفاصل انگشتان
- د) ضعف شدید عضلات اکستانسور انگشتان

۳۲- در صورت بروز femoral anteversion کدامیک از موارد زیر در معاینه بالینی مفصل ران دیده می‌شود؟

- الف) افزایش دامنه ابداکشن
- ب) افزایش دامنه فلکشن
- ج) افزایش دامنه روتاسیون داخلی
- د) افزایش دامنه اکستانسیون

۳۳- وضعیت Closed pack position مفصل هیپ که حداکثر استابیلیتی مفصلی در آن برقرار است، کدام است؟

- الف) flexion + medial rotation + abduction
- ب) flexion + lateral rotation + adduction
- ج) extension + lateral rotation + adduction
- د) extension + medial rotation + abduction

۳۴- حداکثر استرین وارد شده به ACL در کدام یک از تمرینات زیر می‌باشد؟

الف) Isometric quadriceps contraction at 15°

ب) Stationary bicycling

ج) Squating

د) passive extension of knee

۳۵- دلیل اصلی ایجاد Automatic terminal rotation (screw home movement) در زانو کدام یک می‌باشد؟

الف) کشیده شدن ACL

ب) طولی‌تر بودن سطح مفصلی کندیل داخلی فمور

ج) کشیده شدن MCL

د) طولی‌تر بودن پلاتوی داخلی تیبیا

۳۶- کدام یک از موارد زیر عضله اصلی اکستانسور مفصل ران می‌باشد؟

الف) گلوئتوس مدیوس

ب) گلوئتوس مینیوس

ج) تنسور فاشیا لاتا

د) گلوئتوس ماگزیموس

۳۷- با Medial rotation ساق پا در زنجیره بسته و در حالت تحمل وزن کدام حرکت زیر در مفصل Subtalar پا اتفاق

می‌افتد؟

الف) pronation

ب) supination

ج) abduction

د) flexion

۳۸- در حین Pronation مفصل Subtalar کدامیک از اتفاقات زیر می‌افتد؟

الف) افزایش قوس طولی داخلی پا

ب) افزایش قوس عرضی پا

ج) کاهش قوس طولی داخلی پا

د) کاهش قوس طولی خارجی پا

۳۹- حداکثر فعالیت عضلات دورسی فکسور پا در کدام مرحله از راه رفتن اتفاق می‌افتد؟

الف) Loading response (Flat foot)

ب) Midstance

ج) preswing (Toe off)

د) Terminal stance (Heel off)

- ۴۰- در حین ابداکشن اندام فوقانی نسبت کلی حرکت مفصل گلهومرال به اسکاپولوتوراسیک تقریباً چقدر است؟
- الف) ۱ به ۳
ب) ۱ به ۲
ج) ۱ به ۳
د) ۲ به ۱

- ۴۱- تمامی عضلات Cuff rotators در جلوگیری از Impingement شانه نقش دارند، بجز:
- الف) infraspinatus
ب) Supraspinatus
ج) Teres minor
د) Subscapularis

- ۴۲- کدام زوج عضلانی به Upward rotation اسکاپولا در حین elevation بازو همکاری می‌کنند؟
- الف) Trapezius + Serratus anterior
ب) Deltoid + Serratus anterior
ج) Deltoid + Trapezius
د) Supraspinatus + Deltoid

- ۴۳- کدام یک از عضلات زیر در حین فلکشن آرنج در تمام حالات با مقاومت یا بدون مقاومت، سریع یا آهسته فعالیت می‌کند؟
- الف) Biceps brachi
ب) Brachialis
ج) Brachioradialis
د) Extensor Carpi Radialis

- ۴۴- در حین Lateral flexion مهره‌های تحتانی گردن چه حرکت همراهی اتفاق می‌افتد؟
- الف) Rotation به سمت مقابل
ب) Rotation به همان سمت
ج) Flexion
د) Extension

- ۴۵- در بیمار با دفورمیتی Forward Head کدام عضله دچار Overactivity می‌شود؟
- الف) Levator Scapula
ب) Lower Trapezius
ج) Serratus Anterior
د) Sternocleidomastoid

- ۴۶- Coxa Valga چیست؟
- الف) افزایش Valgus زانو
ب) افزایش Valgus آرنج
ج) افزایش Valgus سر فمور
د) افزایش Valgus پا

۴۷- در بیمار مبتلا به هیپ دردناک استفاده از عصا در کدام سمت توصیه می‌شود و چگونه به کاهش درد بیمار در حین راه رفتن کمک می‌کند؟

- الف) در همان سمت دردناک، از طریق کاهش میزان لود وزن وارده بر مفصل هیپ
 ب) در همان سمت دردناک، از طریق کاهش شدت فعالیت عضلات ابداکتور هیپ
 ج) در سمت مقابل دردناک، از طریق کاهش میزان لود وزن وارده بر مفصل هیپ
 د) در سمت مقابل دردناک، از طریق کاهش شدت فعالیت عضلات ابداکتور هیپ

۴۸- در صورت محدودیت حرکت **Ulnar deviation** مچ دست به دلیل کونتراکچر کپسولی، کدام جهت glide برای موبیلیزاسیون مفصلی استفاده می‌شود؟

- الف) Ulnar Glide
 ب) Radial Glide
 ج) Palmar Glide
 د) Dorsal Glide

۴۹- در صورت فلج عضلات اینترنسیک دست کدام دفورمیتی زیر اتفاق می‌افتد؟

- الف) Swan Neck
 ب) Mallet finger
 ج) Clawing (intrinsic Minus)
 د) Ulnar Drift

۵۰- نقش اصلی عضلات اینترنسیک دست در حرکات انگشتان دست چیست؟

- الف) Metacarpophalangeal Flexion + Interphalangeal Flexion
 ب) Metacarpophalangeal Extension + Interphalangeal Flexion
 ج) Metacarpophalangeal Flexion + Interphalangeal Extension
 د) Metacarpophalangeal Extension + Interphalangeal Extension

۵۱- عضله **Tensor Fascia Lata** کدام ترکیب حرکتی را در مفصل ران انجام می‌دهد؟

- الف) Flexion, Abduction, Medial Rotation
 ب) Flexion, Adduction, Medial Rotation
 ج) Flexion, Abduction, Lateral Rotation
 د) Flexion, Adduction, Lateral Rotation

۵۲- عضلات اینتر اوسئوس پالمار و دورسال دست به ترتیب از کدام عصب، عصب‌گیری می‌شوند؟

- الف) اولنار - مدیان
 ب) مدیان - اولنار
 ج) اولنار - اولنار
 د) مدیان - رادیال

۵۳- عضله **Fibularis longus** به کجا اتصال دارد؟

- الف) به سطح پلانتار قاعده متاتارس اول
 ب) به سطح پلانتار کوبوئید
 ج) به سطح پلانتار ناویکولار
 د) به سطح پلانتار متاتارس پنجم

۵۴- زاویه **Q angle** چیست؟

- الف) خط کشش عضله کوادری سپس
 ب) زاویه خط تحمل وزن بر روی زانو
 ج) زاویه والگوس زانو
 د) زاویه والگوس سر ران

۵۵- ترکیب حرکتی مفصل ساب تالار در زنجیره باز شامل کدام حرکات می‌باشد؟

- الف) Calcaneal Adduction, Inversion and dorsiflexion
 ب) Calcaneal Adduction, Eversion and dorsiflexion
 ج) Calcaneal Abduction, Eversion and plantar flexion
 د) Calcaneal Abduction, Eversion and dorsiflexion

۵۶- کدام یک از عضلات زیر تک مفصلی می‌باشد؟

- الف) Tibialis Posterior
 ب) Biceps Brachi
 ج) Vastus Lateralis
 د) Extensor Carpi Radialis Brevis

۵۷- انقباض کدام عضلات زیر می‌تواند در جذب و کنترل استرس‌های وارده بر **ACL** کمک کننده باشد؟

- الف) Quadriceps
 ب) Hamstring
 ج) Iliotibial Tibial Band
 د) Soleus

۵۸- کدام زوج نیروی عضلانی در حرکت ابداکشن گلهومرال نقش دارند؟

- الف) Supraspinatus + Infraspinatus
 ب) Supraspinatus + Subscapularis
 ج) Deltoid + Supraspinatus
 د) Deltoid + Infraspinatus

۵۹- نقش اصلی رتیناکولوم فلکسوری دست چیست؟

- الف) افزایش قدرت عضلانی
- ب) تغییر زاویه کشش عضله
- ج) جلوگیری از Bowstring
- د) کاهش میزان لغزش تاندون

۶۰- برای جلوگیری از Impingement تاندون سوپراسپایناتوس در حین الیوشن شانه افزایش کدام حرکت شانه

کمک‌کننده می‌باشد؟

- الف) lateral Rotation
- ب) Medial Rotation
- ج) Elevation
- د) Protraction

موفق باشید

Konkur.in

آزمون ارزیابی علمی دانشجویان شاغل به تحصیل در خارج از کشور متقاضی انتقال به دانشگاه‌های داخل
(ویژه ورودی‌های اول زانویه ۲۰۱۹ به بعد)

رشته: فیزیوتراپی

توجه! اگر این پاسخنامه متعلق به شما نیست، مسئول جلسه را آگاه سازید. پاسخ سئوالات باید با مداد مشکی نرم و پررنگ در بیضی مربوطه مطابق نمونه صحیح علامت گذاری شود. نحوه علامتگذاری: صحیح ● غلط ○

لطفاً در این مستطیل‌ها هیچگونه علامتی نزنید.

۱	۵۱	۱۰۱	۱۵۱	۲۰۱	۲۵۱
۲	۵۲	۱۰۲	۱۵۲	۲۰۲	۲۵۲
۳	۵۳	۱۰۳	۱۵۳	۲۰۳	۲۵۳
۴	۵۴	۱۰۴	۱۵۴	۲۰۴	۲۵۴
۵	۵۵	۱۰۵	۱۵۵	۲۰۵	۲۵۵
۶	۵۶	۱۰۶	۱۵۶	۲۰۶	۲۵۶
۷	۵۷	۱۰۷	۱۵۷	۲۰۷	۲۵۷
۸	۵۸	۱۰۸	۱۵۸	۲۰۸	۲۵۸
۹	۵۹	۱۰۹	۱۵۹	۲۰۹	۲۵۹
۱۰	۶۰	۱۱۰	۱۶۰	۲۱۰	۲۶۰
۱۱	۶۱	۱۱۱	۱۶۱	۲۱۱	۲۶۱
۱۲	۶۲	۱۱۲	۱۶۲	۲۱۲	۲۶۲
۱۳	۶۳	۱۱۳	۱۶۳	۲۱۳	۲۶۳
۱۴	۶۴	۱۱۴	۱۶۴	۲۱۴	۲۶۴
۱۵	۶۵	۱۱۵	۱۶۵	۲۱۵	۲۶۵
۱۶	۶۶	۱۱۶	۱۶۶	۲۱۶	۲۶۶
۱۷	۶۷	۱۱۷	۱۶۷	۲۱۷	۲۶۷
۱۸	۶۸	۱۱۸	۱۶۸	۲۱۸	۲۶۸
۱۹	۶۹	۱۱۹	۱۶۹	۲۱۹	۲۶۹
۲۰	۷۰	۱۲۰	۱۷۰	۲۲۰	۲۷۰
۲۱	۷۱	۱۲۱	۱۷۱	۲۲۱	۲۷۱
۲۲	۷۲	۱۲۲	۱۷۲	۲۲۲	۲۷۲
۲۳	۷۳	۱۲۳	۱۷۳	۲۲۳	۲۷۳
۲۴	۷۴	۱۲۴	۱۷۴	۲۲۴	۲۷۴
۲۵	۷۵	۱۲۵	۱۷۵	۲۲۵	۲۷۵
۲۶	۷۶	۱۲۶	۱۷۶	۲۲۶	۲۷۶
۲۷	۷۷	۱۲۷	۱۷۷	۲۲۷	۲۷۷
۲۸	۷۸	۱۲۸	۱۷۸	۲۲۸	۲۷۸
۲۹	۷۹	۱۲۹	۱۷۹	۲۲۹	۲۷۹
۳۰	۸۰	۱۳۰	۱۸۰	۲۳۰	۲۸۰
۳۱	۸۱	۱۳۱	۱۸۱	۲۳۱	۲۸۱
۳۲	۸۲	۱۳۲	۱۸۲	۲۳۲	۲۸۲
۳۳	۸۳	۱۳۳	۱۸۳	۲۳۳	۲۸۳
۳۴	۸۴	۱۳۴	۱۸۴	۲۳۴	۲۸۴
۳۵	۸۵	۱۳۵	۱۸۵	۲۳۵	۲۸۵
۳۶	۸۶	۱۳۶	۱۸۶	۲۳۶	۲۸۶
۳۷	۸۷	۱۳۷	۱۸۷	۲۳۷	۲۸۷
۳۸	۸۸	۱۳۸	۱۸۸	۲۳۸	۲۸۸
۳۹	۸۹	۱۳۹	۱۸۹	۲۳۹	۲۸۹
۴۰	۹۰	۱۴۰	۱۹۰	۲۴۰	۲۹۰
۴۱	۹۱	۱۴۱	۱۹۱	۲۴۱	۲۹۱
۴۲	۹۲	۱۴۲	۱۹۲	۲۴۲	۲۹۲
۴۳	۹۳	۱۴۳	۱۹۳	۲۴۳	۲۹۳
۴۴	۹۴	۱۴۴	۱۹۴	۲۴۴	۲۹۴
۴۵	۹۵	۱۴۵	۱۹۵	۲۴۵	۲۹۵
۴۶	۹۶	۱۴۶	۱۹۶	۲۴۶	۲۹۶
۴۷	۹۷	۱۴۷	۱۹۷	۲۴۷	۲۹۷
۴۸	۹۸	۱۴۸	۱۹۸	۲۴۸	۲۹۸
۴۹	۹۹	۱۴۹	۱۹۹	۲۴۹	۲۹۹
۵۰	۱۰۰	۱۵۰	۲۰۰	۲۵۰	۳۰۰