

國立新竹高工日間部 113 學年度第 2 學期【健康與護理】第 3 次段考試題

機械科、板金科、製圖科一年級班級：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

壹、是非題：40% ※正確請畫記”A “，錯誤請畫記”B ” ※ 答案卡未畫座號、寫姓名者，扣 3 分。

1. 當 AED 建議電擊時，施救者應握住傷患的手給予心理支持，再按下電擊鈕。
2. 衛福部國健署調查指出，國人飲食型態普遍已達均衡。
3. 吃東西、運動、行走或聊天等行為後馬上測量血壓，並不會影響測量值。
4. HIV 感染者發病成為 AIDS 患者，潛伏期可達 5~10 年，期間若與他人發生不安全性行為或有血液接觸，病毒會像連鎖效應般散播。
5. 體重過輕通常是體質導致，很難改變，只有減重者才需擬定健康體位管理計畫。
6. 初期失智症患者可能會出現健忘、迷路等症狀，但因症狀不明顯，容易被誤認為一般老化現象而延誤就醫。
7. 雙性戀者可透過「治療」改變自己的性傾向，以符合大眾期望，並降低生活壓力及身心影響。
8. 成長過程中的安全感、歸屬感和成就感，並不會影響「自尊」的建立。
9. 無論遭到性騷擾或性侵害，都應儘量保留證據，才有機會將加害者繩之以法。
10. 汽車駕駛阿明因被機車騎士超車而感到不愉快，惡意踩油門逼車，此種行為屬於低自尊人格展現。
11. 每個月定期自我檢查乳房／睪丸及生殖器，能及早發現問題，預防疾病惡化。
12. 「安寧療護」即針對治癒性治療無反應的末期病人，由一組醫療專業人員協助運用各種藥物及方式，提供全人化的照顧及症狀緩解醫療。
13. 平日熬夜，再利用假日償還睡眠債，一樣能維持良好的身體機能，不會對健康造成負面影響。
14. 當生理、心理、社會及心靈四個層面協調運作且能維持平衡發展，便達到「全人健康」狀態，也就具備面對人生各種挑戰的資本。
15. 性行為後若發現忘記服用避孕藥，或保險套破裂、滑脫等情形，應儘快於 72 小時內尋求醫療協助。
16. 預防或控制慢性病沒有捷徑，除了遵循醫囑並定期回診外，最重要的是培養健康的生活型態。
17. 「運動也可以分期付款」是指若無充分時間運動，可以分次進行，經由「累積」達成目標，如每節下課打球 10 分鐘，一天 3 次共累計 30 分鐘。
18. 當男性腰圍大 90 公分、女性腰圍大於 80 公分時，即為「腹部肥胖」。
19. 若家中長者想和社區其他長者一起用餐或參加延緩失能活動，結交更多朋友，可就近到 C 級「長照柑仔店」。
20. A 型流感及 B 型流感常引起季節性流行，臺灣主要好發於秋、冬兩季。

貳、選擇題：52%

21. 若心理長期處於威脅及壓力，則身體會產生一連串的影響，其中不包括 (A)全身肌肉放鬆 (B)疲倦無動力 (C)心跳、呼吸、血壓上升 (D)身體處於備戰狀態。

22. 當患者出現以下哪些徵兆時，代表 CPR 操作已有成效 a. 膚色變正常 b. 肢體會動 c. 有自發性呼吸 d. 瞳孔縮小或對光有反應 (A)cd (B)ac (C)bd (D)abcd。
23. 李同學三餐都外食，近日發現褲子很緊，為控制飲食，決定從改變<我的餐盤>做起？(A)每餐豆、魚、蛋、肉量約兩掌心(B)每天早晚喝 120 c.c 豆漿 (C)每餐蔬菜量比水果少一點，選擇深綠色蔬菜 (D)每餐水果量約拳頭大，選擇當季水果。
24. 放學途中，小蘭發現一名男子昏倒在路旁，且鮮血直流，此時四下無人，她應該怎麼做 (A)用力搖醒男子，並為他補充大量飲料 (B)為其禱告，希望奇蹟出現 (C)避免被誤會為加害者，應視若無睹，趕緊離開 (D)保持冷靜，打 119 求救後給予適當急救。
25. 何種性傳染病初期無症狀，後可見肉芽增生，且逐漸增多增大，甚至引發生殖器官癌症 (A) 尖圭溼疣（菜花） (B) 梅毒 (C) 淋病 (D) 披衣菌。
26. 以下何者並非打造「成功老化」的策略 (A)訓練正向思考 (B)尋找適合自己的紓壓管道 (C)避免參與社會活動 (D)增加身體活動。
27. 有關各種避孕方法的適應症及可能之副作用，下列敘述何者正確？(A)子宮內避孕器較常用於已生育之婦女，初期使用可能有頭痛、月經混亂之副作用 (B)口服避孕藥適用於高血壓及高血脂之婦女，初期使用可能有頭暈、嘔吐之副作用 (C)輸精管結紮較常用於短期內沒有生育計畫之男性，術後需射精至少 10-15 次才能達到 100%避孕效果 (D)事後避孕藥適用於發生性行為後 72 小時內，可能造成月經混亂、下腹痛等副作用。
28. 以下何者並非年長者會出現的生理現象 (A) 短期記憶功能上升 (B) 易罹患骨質疏鬆症 (C) 聽力退化，易重聽 (D) 腸胃蠕動變慢，消化、吸收能力下降。
29. 有關「發燒」自我照護原則，以下何者有誤 (A)增加水分與電解質的補充 (B)緊閉門窗，避免吹風受寒 (C)每 2 小時定時測量並記錄體溫 (D)擦澡或溫水拭浴，以促進散熱。
30. 有關安寧療護強調的「五全照顧」，以下何者為非 (A)全人：身、心的完整照顧 (B)全隊：建立專業醫療團隊，提供各種需求照護 (C)全程：不只照顧病人，也協助家屬度過憂傷期 (D)全家：照顧病人也關懷家屬。
31. 以下哪些為青少年常見壓力源 a. 人際關係 b. 考試、升學 c. 家庭關係 d. 自我／生涯角色要求 e. 戀愛、失戀 f. 健康狀況 (A)abce (B)abcdef (C)bdef (D)acdef。
32. 林同學最近因課業壓力大，且長期熬夜，近日發現牙齦紅腫、口臭等症狀，經牙醫師診斷發現為牙周病。關於牙周病敘述下列何者正確？ (A)牙周病在國人發生比例約 10% (B)每天刷一次牙就可以遠離牙周病 (C)牙周病不會造成牙齒脫落 (D)口腔的細菌會透過血液循環到心臟或大腦。
33. 有關惡性腫瘤（癌症）的敘述，以下何者正確 (A) 主要危險因子是「遺傳」(B)因不易檢查，被稱為「沉默的殺手」 (C) 是青少年十大死因之首 (D)人體各部位都可能發生。
34. 男性 40 歲，體檢檢查結果如下，有關代謝症候群的診斷條件，下列哪些數值符合 1. 血壓 135／85mmHg 2. 三酸甘油酯 160mg／dL 3. 總膽固醇 250mg／dL 4. 飯後血糖 100mg／dL 5. 腰圍 95cm (A)125 (B)134 (C)145 (D)123。
35. 處於壓力下的青少年易有行為問題，試問以下何者不包括 (A)易發生言語、肢體衝突 (B)奮發向上，努力讀書 (C) 蹺課、逃家 (D)依賴菸、酒或藥物。
36. 有關「交往約會四階段」內涵，以下何者有誤 (A)團體活動：適合認識或熟悉的對象 (B)小團體約會：3～6 位互動較多不尷尬 (C)單獨約會：一對一單獨邀約，約會頻率與關係緊密成正比 (D)固定對象：彼此是情侶關係，不再與其他人單獨交往。

37. 有關健康檢查各項臨床意義與標準，以下何者有誤 (A)胸部 X 光可檢查出是否患有肺部呼吸道疾病 (B)總膽固醇正常值為 210~300mg/dl，過高容易造成血管硬化，過低代表營養不良，身體虛弱、抵抗力差 (C)血液常規檢查可篩檢是否有貧血、發炎、白血病或血小板數目異常 (D)由 BMI 值可看出是否有過胖或過瘦的健康問題。
38. 生活中有些看似無意的玩笑舉動，其實可能是性騷擾行為。以下哪些情境屬於性騷擾 a. 談話內容情色化，如講黃色笑話 b. 詢問個人有關性的隱私 c. 對他人做出不當肢體接觸 d. 以性歧視言語調侃對方，或對他人做出性含意行為 e. 對他人衣著、外表或身材給予性方面的評語 f. 不受歡迎的追求或過度追求、邀約 (A)abcde (B)abcef (C)acdef (D)abcdef。
39. 請問下列症狀有幾項是糖尿病患可能出現的症狀？a. 體重上升 b. 常常口渴 c. 容易疲倦 d. 時常感到飢餓 e. 皮膚搔癢 f. 排尿次數變多 (A)3 項 (B)4 項 (C)5 項 (D)6 項。
40. 關於憂鬱的成因，以下敘述何者錯誤 (A)心理因素：完美主義、習慣負面思考 (B)社會因素：兒童時期的創傷經驗、生活重大壓力事件 (C)非單一成因造成 (D)生理因素：大腦神經傳導物質「血清素」與「正腎上腺素」分泌過高，與遺傳無關。
41. 林同學 1 個月前騎車曾發生車禍，之後晚上常常睡不好，容易做惡夢醒來，易緊張、吃不下、害怕出門，一講到車禍就容易激動。根據上述情況，導致林同學發生這些情形的原因為何？(A)創傷後壓力症候群 (B)焦慮 (C)憂鬱 (D)思覺失調。
42. 小偉愛好戶外活動，每天晚上都會到公園玩滑板，有時因運動過度而造成肌肉拉傷、腳踝扭傷。醫生建議他運動前進行暖身活動，下列何種活動最適宜？(A)舉重 10 分鐘 (B)四肢全關節活動 10 分鐘 (C)吊單槓 10 分鐘 (D)快跑 10 分鐘。
43. 有關癲癇（伊比力斯症）處理方式與注意事項，以下何者為非 (A)勿強行約束患者，以免造成骨折 (B)移開患者周遭的物品，避免痙攣時碰撞受傷 (C)讓患者半坐臥，維持呼吸順暢 (D)勿把任何物品塞進患者口中，以免傷及牙齒、牙齦或阻塞呼吸道。
44. 「跌倒」是高齡者最常發生的事故傷害，試問以下哪個措施規劃對提高長者活動意願並無幫助 (A)良好排水與照明設備 (B)路面雜物清除，考量樓梯陡度與間距 (C)社區人行道平整 (D)居家地板拋光、打蠟。
45. 近日施行人工流產的倩倩，身心可能會出現哪些合併症 a. 細菌感染 b. 子宮頸裂傷 c. 大量出血 d. 感到悲傷或有罪惡感 e. 不孕 f. 體重大幅增加 (A)abcdef (B)bcde (C)cdef (D)abcde。
46. 有關性騷擾處理原則，以下何者有誤 (A)息事寧人，以免事情鬧大彼此尷尬 (B)可錄音或錄影記錄特徵及事件過程，以利舉證 (C)明確表達不悅，制止對方行為 (D)尋求目擊證人及其支持，向警察機關報案。

### 參、題組題：8%

以下針對高膽固醇及高血壓的併發症敘述，請填入適當的選項

A. 高血壓 B. 腦中風 C. 冠心病 D. 腎臟病變

47. 早期症狀有臉部或嘴角歪斜、雙手平舉時其中一隻手臂無力下垂、無法表達或口齒不清。
48. 血壓越高，心臟壓送血液的力量就越大，反而增加心臟負擔；可能引發胸悶、呼吸喘，嚴重時可導致死亡，
49. 血壓超過 130/80 mmHg，平時無症狀，可能因體檢才發現，又稱為「沉默的殺手」
50. 長期高血壓控制不良可能導致，蛋白尿、肢體水腫、皮膚搔癢、最後尿量排不出導致終身洗腎。