

# 國立新竹高工日間部 114 學年度第 1 學期【健康與護理】第 3 次段考試題

電機科、資訊科      一年級班級：      座號：      姓名：

## 壹、選擇題：※ ※答案卡未畫座號、寫姓名者，扣 3 分。

1. 阿志洗澡時發現外生殖器上有一粒一粒的近皮膚色小疹子，不痛也不癢，原本置之不理，沒想到一段時間後看到有更多的顆粒長出來，就診後得知原來是人類乳突病毒（HPV）的感染，請問阿志罹患以下哪一種性病？(A)梅毒 (B)淋病 (C)尖形濕疣 (D)生殖器皰疹。
2. 靜坐、冥想及肌肉鬆弛法等方式：a.可以緩和緊繃的神經和肌肉 b.可以增加心跳，振奮精神 c.可以減輕焦慮 d.可以沉澱心靈與靈界溝通。下列哪組正確？(A)ab (B)ac (C)bc (D)bd。
3. 小美是 16 歲高一學生，目前已懷孕 8 周，和家人商量後決定終止妊娠，以目前懷孕周數方式，下列方式何者正確 (A) 可以採用事後避孕丸 (B)可以採用引產(C)可以採用 RU-486 藥物 (D)可以採用子宮內膜搔刮術。
4. 小倩近期開始出現妄想、幻覺、無法分辨真實與虛幻的差異之症狀。可能是哪一疾病的症狀？(A)精神官能症 (B)情感性精神病 (C)思覺失調症 (D)憂鬱症。
5. 當心理壓力過大時，容易讓身體出現神經系統的影響，請問以下何者正確？ (A)神經肌肉系統：此時肌肉會呈現異常繃緊 (B)副交感神經系統：會出現心跳加快、身體冒汗 (C)交感神經系統：會降低新陳代謝，腸胃蠕動增加 (D)交感神經系統：會出現心跳減慢、血壓下降。
6. 有關愛滋病的預防與治療，下列敘述何者正確？(A) 可施打 HIV 疫苗降低感染愛滋病之風險 (B) 感染後採取雞尾酒療法可以盡早治癒愛滋病 (C) 如暴露於 HIV 感染風險應盡快就醫，使用「預防性投藥」(D) 新生兒出生後可注射免疫球蛋白，降低母子垂直感染之風險
7. 有關保險套的使用方式，下列何者正確？ a.應檢查包裝標示，確認產品尚在有效期限內；b.開封保險套時應由包裝的中間拆封；c.使用前先將保險套前端的乳突部充滿空氣；d.要在快射精前套上；e.必要時可使用油性潤滑劑進行潤滑；f.陰莖軟化後，用手捏著保險套和陰莖根部從陰道退出。 (A)af (B)cd (C)be (D)df。
8. 有位男子，腳趾頭已經感染潰瘍一陣子，有天他在客廳小睡片刻後，起來卻發現被家中的寵物狗咬掉有潰瘍的大拇趾，送醫後才發現，自己早已罹患第二型糖尿病。以上敘述最符合慢性病哪一項特性？(A)具有不可逆病理變化 (B)潛伏期長 (C)與生活型態有關 (D)易造成失能或殘障。
9. (甲)隨時隱藏缺點、(乙)建立安全與歸屬感、(丙)維持良好的人際關係、(丁)展現自己的能力、(戊)遇到事情要先聲奪人不讓別人有機會攻擊自己、(己)負向信念及行為。以上哪些方法可以提升自尊？(A)甲乙丙丁 (B)乙丙丁戊 (C)乙丙丁(D)甲戊己。
10. 若開門發現樓梯間瀰漫高溫濃煙，最適當的處置是？(A)捂口鼻迅速穿過濃煙衝下樓 (B)立即關回門扇、封堵縫隙，等待消防人員救援 (C)破窗讓煙霧外洩後再出門逃生 (D)搭乘電梯快速撤離現場。
11. 哥倫布航行至美洲，為大航海時代拉開序幕，但也帶回了梅毒，幾年之間，梅毒就在整個歐洲傳播開來。以下關於梅毒的敘述，何者正確？(A)感染梅毒初期完全無症狀，只有驗血才會知道感染梅毒 (B)梅毒第二期會出現硬性下疳，無論有無治療，這些傷口會自然消失 (C)晚期梅毒患者會在感染病毒數年到數十年後發病，此時病菌已影響心臟血管及中樞神經系統(D)梅毒的病原體是病毒。
12. 灰色強暴（gray rape）是一種新的約會強暴型態，指在「曖昧不明」「雙方都不確定為何 會發生」的「非自願」性行為。下列何種情況下較不容易引起性侵害爭議？(A) 與心智障礙者約會時，性主動者確認對方在「口頭同意」下進行之性行為 (B) 與 14 歲以下網友約會時，性主動者確認對方未表示「拒絕」下進行之性行為 (C) 雙方約會時在飲酒狀況下，性主動者確認對方在「口頭同意」下進行之性行為 (D) 雙方為年滿 20 歲並有自主能力，約會時性主動者確認對方在「完全清醒」且「口頭同意」下進行之性行為。
13. 若想申請長期照護 2.0，經各縣市長期照顧管理中心評估，除了須符合長照需要等級 2 級以上者，並符合年齡身分條件，請問以下何人的年紀與條件不符合申請資格？(A)75 歲以上的陳爺爺 (B)56 歲的原住民阿勇 (C)患有高血壓的 60 歲王奶奶 (D)患有失智症的 70 歲李奶奶。
14. 下列何者不是預防憂鬱的好方法？(A)均衡飲食，規律運動 (B)設定具體可行的目標，不要遙不可及 (C)盡量隱藏自己低落的情緒 (D)情緒不穩定時找學校的諮商師談一談。
15. 阿明放學途中目睹一路人遭汽車撞倒在地，傷者大腿骨折，大量出血，且臉頰擦傷。依急救原則，應先採下列何種步驟？(A)固定骨折部位 (B)翻動全身，檢查傷勢 (C)設法止血 (D)包紮臉頰傷口。
16. 許多研究發現 BMI 過高的人，容易導致？(甲)低血壓、(乙)糖尿病、(丙)高血脂、(丁)腹部肥胖、(戊)痛風、(己)鈣質流失。(A)甲乙丙丁 (B)甲乙丙丁戊 (C)乙丙丁戊 (D)乙丙丁戊己。
17. 鄭同學是高一新生，最近迷上線上遊戲，每天都玩到半夜才睡覺，近日發現牙齦紅腫、口臭、對冷熱敏感，原本以為是因為睡太少、火氣大所致，後來症狀加劇，甚至刷牙出血，故去牙科診所就醫，醫師診斷牙周病。關於牙周病之敘述，下列何者正確？(A) 牙周病在國人發生比例約 10% (B) 牙周病與罹患心血管疾病有關 (C) 每天至少刷一次牙就可以遠離牙周病 (D) 牙周病治療可以一勞永逸。
18. 學校舉辦班際籃球賽，小原在比賽時遇到一個對手，老是用小動作挑釁。請問：小原該如何處理？(A)也使用小動作 (B) 不全力比賽，以避免衝突 (C)暫時忍耐，比賽結束後再算帳 (D)不理他的挑釁，冷靜比賽，適時求助。
19. 下列關於疾病與傳染途徑的配對，何者正確？(A)A 型肝炎——空氣或飛沫傳染 (B)愛滋病——蟲媒傳染 (C)B 型

肝炎——性接觸及血液傳染 (D)登革熱——空氣或飛沫傳染。

20. 關於性騷擾及性侵害的相關描述，下列何者正確？ a.讓對方感到不舒服且與性有關的言行，都可能構成性騷擾；b.兩情相悅下發生性行為，不論對方成年與否，都不構成性侵害；c.當同事的言詞讓自己有被侵犯的感覺時，應即刻表達自己的立場；d.被害人若用力抵抗，就能夠避免性侵害；e.性侵害也可能發生在父母、手足或親戚之間。(A)abc (B)ace (C)bcd (D)bde。
21. 阿凱每天上線到凌晨，因此早起上學讓他很痛苦，也沒有食慾吃早餐，所以阿凱可能出現哪些健康問題？(甲)不吃早餐，引起厭食症、(乙)腺體機能失調，引發慢性病 (丙)低血糖，導致精神不濟 (丁)腸胃功能不佳，導致胃潰瘍 (戊)血液循環不佳，導致心肌梗塞 (己)血壓過高，導致中風。(A)甲乙丙丁 (B)乙丙丁 (C)乙丙丁戊 (D)甲乙丙丁戊己。
22. 下列關於預防氣喘病發作的方法，何者為非？ (A)平時盡量增加接觸過敏原的機會 (B)枕頭、床單常常洗滌 (C)游泳增加肺活量 (D)增強抵抗能力，減少感冒的機會。
23. 阿強下課後跟同學到室外籃球場打籃球，打到一半身體全身無力、頭暈、頭痛、臉色蒼白，全身冒汗衣服全濕了，好在同學將他帶到樹蔭下，補充運動飲料，就好多了，請問阿強剛剛出現了什麼問題？ (A)熱中暑 (B)熱衰竭 (C)熱痙攣 (D)熱暈厥。
24. 以下何者並非建立健康親密關係的技巧？ (A)真心接納及包容對方與自己不一樣的地方 (B)不可有秘密，兩人應擁有共同的時間與空間 (C)彼此關係對等，不用委屈自己討對方開心 (D)雙方感受到愛與被愛，相處時感到自在、滿足，覺得彼此都有所成長。
25. 大雄：M 痘的潛伏期約 3-21 天  
胖虎：潛伏期具有傳染力  
小夫：發疹期間傳染力最強  
靜香：接種疫苗是預防 M 痘感染的有效方式  
以上是四位同學上課時寫下關於 M 痘的筆記，請問誰的筆記寫錯了？(A)大雄 (B)胖虎 (C)小夫 (D)靜香。
26. 小明媽媽今年 50 歲，可做健保給付的健康檢查項目有哪些？ a.糞便潛血反應的大腸癌篩檢；b.成人預防健康檢查服務 c.子宮頸抹片檢查；d.婦女乳房 X 光攝影檢查 e.低劑量肺部電腦斷層掃描。(A)acde (B)abce (C)bcde (D)abcd。
27. 張小弟 17 歲，最近排便需要用力解，他發現大便變細小且帶有血、黏液，以為是痔瘡而不以為意，某日突然肚子痛、腹瀉、解血便，由媽媽陪同就醫檢查，醫師問診發現張小弟從國中開始喜歡吃香腸、燒烤食物、泡麵，懷疑可能是大腸直腸癌，安排大腸鏡檢查。下列有關大腸直腸癌的預防及篩檢，何者錯誤？ (A) 減少攝取高脂肪飲食 (B) 貧血、體重減輕為警訊 (C) 篩檢項目為糞便潛血檢查 (D) 我國大腸直腸癌免費篩檢對象為 20 ~ 75 歲民眾
28. 為了鼓勵事故現場的旁觀者對傷患施以幫助，不必擔心因過失造成傷亡而遭到追究的法條是下列何者？ (A)職業安全衛生法 (B)急難救助法 (C)性別平等教育法 (D)緊急醫療救護法。
29. 在事故現場發現患者肢體變形或懷疑患者骨折，在沒有固定骨折處的狀況下不能使用哪一種止血法，以免引發更嚴重的出血，而造成二度傷害？ (A)加壓止血 (B)抬高患肢 (C)壓迫止血點 (D)冰敷止血。
30. 當眼睛所看到的成像可能會出現點狀、線狀、面狀甚至立體狀的黑影時，它雖然不是病，卻是眼睛某一構造的退化現象，請問此為哪一構造出現了變異？ (A)角膜 (B)視網膜 (C)水晶體 (D)玻璃體。
31. 關於健康老化的生活照顧，下列哪一項最有助益？ (A)多使用流質食物 (B)鼓勵多補充健康食品或維他命 (C)定期變更居家擺設刺激反應 (D)鼓勵老人參加社區學習或活動。
32. 馮同學三餐都是外食，近日發現褲子很緊，腰圍 78 公分，為控制飲食，決定從改變「我的餐盤」做起。下列有關國民健康署推行的「我的餐盤」原則之敘述，何者正確？ (A) 每天早晚喝一杯 240 cc 的紅茶 (B) 每餐的水果量約拳頭大，選擇在地、當季、多樣化之水果 (C) 水果比蔬菜多一點，且 1/2 選深色水果 (D) 每餐豆、魚、蛋、肉的量約兩掌心，選用的順序為肉、魚、蛋、豆。
33. 冠心病是最常見的心臟疾病，以下關於冠心病的敘述何者有誤？ (A)心絞痛、心肌梗塞是常見的冠狀動脈心臟病，更是形成猝死的主要原因 (B)冠心病往往發生在睡覺時或心情平靜時 (C)吸菸者罹患冠心病的機率比非吸菸者高 (D)膽固醇過高，患心臟疾病的機會高於普通人。
34. 下列選項對伊比力斯症的描述，何者正確？ (A)是腦部無法對神經細胞釋出之電流作有效控制而產生抽搐現象 (B)當患者發作時要使其俯臥安靜休息 (C)伊比力斯症患者多合併有精神異常 (D)吃藥也無法有效改善其症狀。
35. 什麼樣情容易從性行為中感染到人類乳頭瘤病毒，而罹患子宮頸癌？a.女性太早發生性行為 b.性伴侶愈多 c.自己的性伴侶有複雜的性行為 d.單一性伴侶 e.性行為中不使用保險套。(A)abcde (B)abcd (C)abce (D)bcde
- 36.有關生殖系統常見的問題與自我保健方式之敘述，下列何者正確？ (A) 乳癌為女性獨有的疾病，應於每月月經來潮後一週內進行乳房自我檢查 (B) 男性應於每月固定時間進行 1 次睪丸自我檢查 (C) 男性常見有精索靜脈曲張現象，不會影響生育功能，不須特別處理 (D) 女性於月經前期如出現淡黃色白帶過多的狀況，可先買女性清潔用品做陰道灌洗，如未改善則應就醫檢查。
37. 下列慢性病的特徵中，何者為非？ (A)潛伏期長 (B)初期症狀明顯 (C)需要長時間的照護和復健 (D)容易造成失能和殘障。
38. 口服避孕藥的避孕原理為？ (A)抑制排卵 (B)干擾受精卵著床 (C)避免精子與卵子的相遇 (D)可殺死精蟲。
39. 以下選項各數字何者不符合國民健康署提出的健康密碼「85210」的含意？ (A)8：每天睡滿 8 小時，精神更充沛 (B)5：天天五蔬果，健康跟著我 (C)2：每週運動 2 小時，養成動態的生活習慣 (D)0：多喝白開水，糖分 0 累積。
40. 關於同理心與同情心的差異，下列敘述何者正確？ (A) 同情心是指能從對方的角度立場思考 (B) 同情心是能感同身受了解他人的心情 (C) 同理心是能了解他人情緒背後真正的原因 (D) 同理心是能放棄自己原來的想法而接受對方

的想法

41. 過度追求行為也構成「性騷擾」！下列哪些行為屬於跟蹤騷擾行為？ a.頻繁的打電話或傳簡訊 b.有意無意在身邊出現 c.適當的關心尊重對方 d.公開示愛造成對方壓力 e.每天送花及早餐，不顧對方意願。(A)abce (B)bcde (C)acde (D)abde。
42. 以下有關傳染病的防護對策何者有誤？ (A)吃東西前、上廁所後、照顧小孩前，都應正確洗手 (B)平面口罩只須完全覆蓋嘴巴，鼻子、下巴沒有緊貼沒關係 (C)當口罩有破損或有異味時，應立即更換 (D)正確洗手並配戴口罩，可有效預防飛沫或空氣傳染。
43. 小美爸爸 52 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 135／90mmHg 2.高密度脂蛋白膽固醇 39mg／dL 3.三酸甘油酯 130mg／dL 4.飯前血糖 103mg／dL 5.腰圍 95cm (A)1245 (B)1234 (C)1235 (D)2345。
44. 青少年「高近視率」是值得關注的議題，有關視力保健，下列敘述何者錯誤？ (A)用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘 (B)走路、坐車不使用 3C 產品 (C)戶外活動要力行 (D)手機平板螢幕平仰視 10～15 度。
45. 有關「體重過輕者」執行的健康體位管理計畫，以下何者不恰當？ (A)每天盡量少運動 30 分鐘，以減少熱量消耗 (B)兩餐之間增加點心，以水果、全穀類製品或奶製品為主 (C)吃不下可採少量多餐方式 (D)補充足量的蔬果、全穀雜糧食物及瘦肉，均衡飲食。
46. 阿強在上課時突然摔倒在地，一直抽搐，這時候旁邊同學應該如何處理？ (A)清除現場危險物品 (B)可用湯匙撐開患者嘴巴 (C)用約束帶約束患者動作 (D)可試圖喚醒患者。

## 二、題組題：

請將傳統養生之道與現代健康促進觀念配對：

A.食飲有節 B.起居有常 C.不妄作勞 D.形與神俱

47. 適度的工作與運動。
48. 情緒穩定，正向思考，具備良好的生活習慣。
49. 規律的作息，不僅可以解除疲勞，亦可提高學習效率。
50. 三餐定時定量，少吃 Buffet，每餐均衡攝取六大類食物。