

100 學年度中區縣市政府教師甄選策略聯盟

國中健康教育科試題

選擇題（每題 2 分，共 100 分）

1. 現行九年一貫課程健康與體育學習領域將學習內容分為七個主題，第一個主題為：
①人與食物 ②生長、發展 ③健康心理 ④安全生活
2. 下列哪個中央層級衛生單位主責國民之預防保健(health promotion and disease prevention)：
①中央健康保險局 ②疾病管制局 ③國民健康局 ④食品藥物管理局
3. 下列哪個健康行為理論模式(health behavioral models)將行為意向(behavioral intention) 視為健康行為之最直接因素：
①社會認知論(Social Cognitive Theory) ②理性(或合理)行動論(Theory of Reasoned Action) ③健康信念模式(Health Belief Model)
④跨理論模式(Transtheoretical Model)
4. 健康信念模式(Health Belief Model)架構中 perceived severity(感受到的嚴重性) 指的是感受到：
①健康狀況不良 ②健康態度不佳 ③健康行為不正常 ④健康知識不足 時可能導致後果的嚴重性
5. 依據跨理論模式(Transtheoretical Model, TTM)的說法，學生健康行為的產生始於 Precontemplation (前蘊思期)，經過 Contemplation (蘊思期)，然後進入下一個階段稱為：
①行動期(Action) ②準備期(Preparation) ③維持期(Maintenance) ④終止期(Termination)
6. PRECEDE-PROCEED 模式將個人實行某特定健康行為所需的技能(skill)歸類於下列哪個因素群(factors):
① predisposing (前置) ② enabling(使能) ③ reinforcing factors (增強) ④ individual (個人) 因素群
7. 某國中以隨機抽樣方式，對該校學生進行健康行為調查，結果發現男生自述「這一個月以來」曾經遭受霸凌(凌辱)者高達 25%，女生則為 10%。如果以女生為參照組，就性別一項而言，學生受霸凌勝算比(Odds Ratio, OR)為：
①0.15 ②0.40 ③2.50 ④3.00
8. 美國健康教育體育休閒舞蹈學會(AAHPERD)根據適能(fitness)的觀點，對健康所提出的 5 個安適狀態(well-being) 不包括下列何者：
①身體適能(physical fitness) ②情緒適能(emotional fitness) ③社會適能(social fitness) ④環境適能(environmental fitness)
9. 世界衛生組織給健康(health)一辭所下的定義是指哪三個面向的安適狀態：
①身體、心理、社會 ②個人、家庭、社區 ③心智、精神、環境 ④身體、心理、情緒
10. 世界衛生組織 (WHO) 將每年的
①四月七日 ②四月二十二日 ③五月七日 ④六月二十二日 訂為世界衛生日(World Health Day)
11. 免費電話「0800788995」是：
①經濟部水利署河川防汛 ②農委會山坡濫墾 ③消防署火災通報 ④衛生署自殺防治專線
12. 同量(一公克)的下列何物質所含熱量最高：
①脂肪 ②蛋白質 ③醣類 ④酒精(乙醇)
13. 威脅當前國人健康的主要傳染病多為：
①細菌 ②原蟲 ③病毒 ④立克次體 所致
14. 最近衛生署為降低或避免民眾暴露於塑化劑，提出所謂「5 少 5 多」的減塑教育宣導，下列何者不為其中五少之一：
①少吃加工食品 ②少塑膠 ③少喝酒 ④少吃不必要的保健食品或藥品
15. 衛生署正在推動的一個名為「健康 100 台灣動起來」計畫，它是有關：
①菸害防制 ②體重控制 ③加入世衛(WHO) ④食品安全的教育活動
16. 2011 年 5 月爆發塑化劑事件，以塑化劑(DEHP)取代棕櫚油製成起雲劑。下列何者為 DEHP 學名？
①鄰苯二甲酸二(2-乙基己基)酯 ②鄰苯二甲酸二(2-乙基己基)酯 ③鄰苯二甲酸二(2-乙基己基)酯 ④鄰苯二甲酸二(2-乙基己基)酯
17. 人體器官中，何者在消化作用中會分泌膽汁，並負責人體內解毒、代謝及儲存的功能？
①肝臟 ②脾臟 ③腎臟 ④胃
18. 可藉由何種疫苗接種以預防肺結核？
①卡介苗 ②水痘疫苗 ③沙賓疫苗 ④麻疹疫苗
19. 青春痘是進入青春期常見的毛孔與皮脂腺問題，正式名稱為？
①痔瘡 ②痘瘡 ③疤瘡 ④瘰癧
20. 2010 年國人十大死因之首為下列何者？
①癌症 ②腦血管疾病 ③肺炎 ④心臟疾病
21. 青少年常見眼睛疾病中，下列何者為因角膜曲度不平整而造成視網膜物體成像模糊不清？
①近視 ②遠視 ③散光 ④斜視
22. 火災發生應變措施中，何者正確？
①無法逃離室內時，應以乾衣物塞住門縫及空調等開口處，防止濃煙進入 ②走出房門時先以手測試門板，若門板很燙，不可立即開門 ③搭乘電梯逃生 ④逃生時應將身體壓低貼近地面，遠離牆壁爬行
23. 可燃性液體（如石油）、或可燃性氣體（如乙烷氣、乙炔氣）、或可燃性油脂（如油漆塗料）等發生之火災屬哪一類火災？
①A 類火災 ②B 類火災 ③C 類火災 ④D 類火災

24. 當氧氣不足、燃燒不完全時，會產生何種氣體與人體血液中血紅素結合而無法再攜帶氧氣？
①一氧化碳 ②二氧化碳 ③一氧化硫 ④二氧化硫
25. 依菸害防制法規定，販賣菸品之負責人或從業人員不得供應菸品予未滿幾歲之青少年？
①15 ②16 ③17 ④18
26. 行政院衛生署公佈之台灣成人肥胖標準，一般 BMI 值小於多少為過輕？
①16.5 ②17.5 ③18.5 ④19.5
27. 因不當的飲食習慣，造成血液內何種物質較高，而導致動脈硬化？
①醣類 ②脂肪 ③蛋白質 ④纖維質
28. 牙膏中添加哪一種化合物能預防齲齒？
①氟化物 ②氯化物 ③氫化物 ④氧化物
29. 下列何者不是使用安非他命後引起的生理症狀？
①血壓上升 ②情緒不安愛講話 ③造成中樞神經刺激 ④心跳變慢
30. 台灣地區地層下陷日漸嚴重的主因是什麼？
①超量抽取地下水 ②颱風 ③地震 ④旱災
31. 衛生署所公佈的 100 年度臺灣十大死因，有多項與下列何者有關？
①自殺 ②肥胖 ③感染 ④意外事故
32. 下列何者為效果不佳的健康行為改變策略？
①一次改變多種行為 ②圖示健康行為的改變 ③訂定短期的獎賞系統 ④選擇最容易改變的行為作為首次改變目標
33. 下列何種神經系統常激發壓力反應？
①三叉神經 ②副交感神經 ③體神經 ④交感神經
34. 下列何者為壓力適應症候群（General Adaptation Syndrome, GAS）的階段之一？
①憤怒（anger） ②焦慮（anxiety） ③警戒（alarm） ④矛盾心理（ambivalence）
35. 懷孕檢查是要測出尿液中的下列何種激素？
①黃體激素 ②前列腺素 ③雌性激素 ④人類絨毛膜促性腺激素
36. 口服避孕藥是藉由下列何種方式阻止懷孕？
①作為精子的障礙物 ②引發立即性流產 ③防止排卵 ④殺死精子
37. 下列何種給藥方式會顯著地增加使用者感染肝炎及愛滋病的風險？
①吸入 ②吞服 ③注射 ④經皮膚吸收
38. 鴉片類物質（opioids）的主要作用為？
①引起幻覺 ②刺激活動 ③誘發警覺 ④解除疼痛
39. 吸菸的立即性效果包括下列何者？
①改善味覺 ②降低心跳速率 ③增加食慾 ④增高血壓
40. 下列四位中學生，依其每日所吸收的卡路里及所消耗的卡路里數量，哪一位最有可能安全地減重？
①甲：3000，3000 ②乙：3000，2000 ③丙：2000，2800 ④丁：1000，4000
41. 在上層的大氣中臭氧層的出現很重要，其理由為何？
①增強溫室效應 ②導致各種皮膚癌的増加 ③吸收有害的紫外線 ④減少酸雨和都市煙霧的量
42. 胎兒酒精中毒症候群與下列何者有關？
①苯酮症 ②白血症 ③肝炎 ④發展性障礙
43. 女性生殖管道包括（A）子宮頸（B）輸卵管（C）子宮（D）陰道等，精子經由女性生殖管道至受精處的通道順序，下列何者正確？
①（D）（A）（B）（C） ②（D）（A）（C）（B） ③（D）（C）（B）（A） ④（A）（D）（B）（C）
44. 懷孕母體的飲食中，何種營養素的缺乏與胚胎的神經管缺陷（如 spinal bifida）最有關連？
①鈣 ②葉酸 ③鐵 ④維生素 D
45. 方案規劃的開始要先做什麼？
①既有的健康需求與問題之評估 ②辨識不同實務的環境 ③社會行銷過程之評估 ④學習目標之評估
46. 某護士週一對病人注射 160mg 藥物，假如每天測量病人的藥物殘留量，週二為 80mg、週三為 40mg，問病人的藥物殘留量在哪一天成為 2.5mg？
①週五 ②週六 ③週日 ④週一
47. 年輕女性應該於何時開始每年作一次子宮頸抹片檢查？
①月經來潮 ②約會 ③國中階段 ④有性行為的發生
48. 下列何者是身體主要能量的來源？
①蛋白質 ②脂肪 ③碳水化合物 ④電解質
49. 「對自己執行新行為的信心或不再回復原先舊行為的決心」所指的是跨理論模式的哪一種核心概念？
①決策平衡 ②改變階段 ③自我效能 ④改變過程
50. 下列何者為暴食症（bulimia nervosa）的特徵？
①飲食均衡及適當運動 ②拒絕吃足量的食物以保持極輕體重 ③高脂肪攝取及低運動量 ④交替的發生暴飲暴食及挖掘嘔吐

【試題結束】