

102 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. 影響健康的決定因素中，下列何者是造成目前死亡最大的原因？
①生物學因素 ②生活型態 ③環境 ④醫療體系。
2. 下列的敘述中，何者是錯誤？
①健康促進原則除涉及自願的個人行為改變外，也牽涉到政治、社會與經濟等因素 ②生活方式是一種複雜現象，但不會受到社會價值和個人信仰的影響 ③大眾媒體和其他個人可取得的服務與可使用的產品都可能影響我們的生活 ④健康促進是提升個體增加掌控與改善個體健康狀態的過程。
3. 學校中建立良好的人際關係和公平正義原則是屬於健康促進學校六大範疇中的哪一項？
①健康服務 ②學校物質環境 ③學校社會環境 ④社區關係。
4. 當一個人計畫戒菸而開始詢問專業人員意見時，此是屬於跨理論模式中的哪個階段 (Transtheoretical Model) ？
①沉思前期 ②沉思期 ③準備期 ④行動期。
5. 在健康促進計畫方案的推展，助長行為改變的態度和信念是屬於下列哪個因素？
①素質因素 (predisposing factor) ②促進因素 (enabling factor) ③增強因素 (reinforcing factor) ④干擾因素 (interfering factor)。
6. **理性行動論**(Theory of Reasoned Action) 應用於健康教育教學時，下列說明何者錯誤？
①健康行為的改變是應該先改變一個人的信念 ②個人經邏輯思考後，產生行為意向後，而採取健康行為 ③受到外在環境因素的影響，所以個人產生了健康行為 ④行為意向愈高，健康行為表現機率愈高。
7. 有關健康信念模式的敘述，下列何者錯誤？
①該模式主要在解釋治療性行為 ②該模式包含了對某疾病罹患性的認知 ③該模式包含了對某疾病嚴重性的認知 ④行為的利益性認知高於障礙性認知則較可能採取行動。
8. Nutbeam (2001) 指出「健康素養(health literacy)」有三個層面，不包括以下何者？
①知識性健康素養 ②功能性健康素養 ③互動性健康素養 ④批判性健康素養。
9. 引導學生對「藥品廣告」提出適當的問題(質疑)，與他人請教或討論(反省、解放)，進而發表具邏輯性的用藥概念(重建)，是哪一種生活技能的教學？
①問題解決 ②批判思考 ③有效拒絕 ④自我監督、管理。
10. 對於「健康與體育」學習領域能力指標「1-3-4 解釋社會對性與愛的規範以其影響」，以下相關說明，何者錯誤？
①適用於第四學習階段 ②屬於「生長、發展」主題軸範疇 ③教學內涵包括討論與區分色情與性 ④評量時應以能達成能力指標為原則。
11. 有關選擇適切的健康資訊、服務及產品，以促成健康計畫的執行之消費者健康教學，是屬於「健康與體育」學習領域哪一項主題軸的內涵？
①人與食物 ②安全生活 ③心理健康 ④群體健康。
12. 有關學生視力保健的敘述，下列何者正確？
①讀書或寫字時每 60 分鐘應休息 10 分鐘 ②看電視每看 1 小時應休息 10 分鐘 ③閱讀書刊應保持 30 公分以上距離 ④桌燈宜從右方照射避免光線直接刺激眼睛。
13. 有關「牙周病」的說敘，下列何者錯誤？
①病因主要是牙菌斑 ②常發生於牙齒周圍組織 ③牙周病開始時牙齦發炎，刷牙時容易出血 ④牙菌斑會侵蝕至象牙質，使牙齒對溫度開始產生敏感。
14. 與維持身體「靜態平衡」有關的主要器官組織是下列何者？
①內耳半規管 ②中腦 ③小腦 ④腎上腺。
15. 一般說話的音量是 60 分貝，「輕度聽力障礙」則是聽不到多少分貝的聲音？
①90 分貝以上 ②71~90 分貝 ③51~70 分貝 ④25~50 分貝。
16. 下列有關男性「精液」的敘述，何者不正確？
①每次射精的精液量約 2.5~6 毫升 ②精液中約有 50% 是精子 ③精液含抗微生物物質，可以破壞陰道中的細菌 ④精液中的精子，外形正常的超過 50%、活動力正常的超過 50%，才具有受孕力。
17. 小明的身高為 160 公分，體重為 64 公斤，請問其身體質量指數 (Body mass index, BMI) 約為多少？
①22 ②25 ③27 ④29。
18. 貼有「吉園圃標章」的蔬果，符合下列哪一項說明？
①該食品為有機食物 ②該食品種植過程中沒使用農藥 ③該食品在生產的過程中符合安全衛生規定 ④該食品通過農藥殘留檢測，可安心食用。
19. 根據教育部公布「中小學外訂餐盒食品衛生管理要點」，為預防食品中毒事件之發生，學校應選擇運送車程不超過多少時間的優良廠商？
①15 分鐘 ②30 分鐘 ③1 小時 ④2 小時。
20. 依據行政院衛生署公佈的「每日營養素建議攝取量」，建議提供熱量的三大營養素：醣類、蛋白質、脂肪，各佔熱量比例是多少？
①醣類應超過 70% ②脂肪 30-40% ③蛋白質低於 10% ④精製糖不超過 10%。
21. 增進下列哪一項體適能，有助於日常生活及工作較不易疲倦，腦細胞更具活力，工作(讀書)更有效率，更可避免各種心臟、血管疾病，減低肥胖機率等？
①肌力 ②肌耐力 ③柔軟度 ④心肺耐力。
22. 教育部與衛生署共同推動「**正確用藥**」教育五項核心能力，不包括以下哪一項？
①做身體的主人 ②定期健康檢查 ③與醫師、藥師作朋友 ④清楚表達自己的身體狀況。

23. 下列何種物質屬於中樞神經興奮劑？
①FM2 ②海洛因 ③MDMA ④酒精。
24. 安非他命會造成身心傷害，主要是因為身體的哪個部份受到影響？
①心臟 ②肺臟 ③肝臟 ④大腦神經系統。
25. 酒駕新法修正後，當駕駛者吐氣含酒精濃度達每公升多少量以上，則屬公共危險罪？
①0.05 毫克 ②0.15 毫克 ③0.25 毫克 ④0.55 毫克。
26. 在青少年吸菸行為調查，有關吸菸學生的定義為何？
①過去 30 天內曾經嘗試吸菸，即使只吸一、兩口 ②一生之中吸菸超過 5 包(100 支)者 ③目前有時或每天使用菸品者 ④已經吸菸成癮者。
27. 針對八歲以上傷者進行 CPR 急救時，按壓胸部與進行人工呼吸之比例為何？
①10：1 ②15：2 ③20：1 ④30：2。
28. 有關窒息的敘述，下列何者錯誤？
①通常是因呼吸道阻塞氧氣無法進入所造成 ②窒息時嘴唇和指甲會呈現紅色 ③窒息患者的呼吸及心跳都停止時，應施以心肺復甦術 ④患者昏迷時應採用復甦姿勢。
29. 下列有關戶外事故傷害的預防，哪一項敘述是錯誤？
①行經草叢小徑勿撥動周圍雜草，以免打草驚蛇而遭蟲蛇咬傷 ②打雷時如果正在從事水上活動應盡速上岸 ③郊遊時穿戴尼龍質的光滑外套和淺色的帽子，可以預防被蜂類螫傷 ④從事戶外活動時，看見不熟悉的植物或昆蟲應避免觸摸。
30. 下列有關自殺的敘述何者正確？
①女性自殺成功率多於男性 ②自殺通常有預警線索 ③憂鬱症病人在恢復期較不會將自殺意念付諸行動 ④嘴裡說要自殺的人通常較不會有自殺行為。
31. 預防再次自殺，給予持續性的藥物及心理治療，並學習情緒及壓力管理，以穩定的情緒、理性的態度來面對生活的挑戰，是自殺防範中哪一級的防範目標？
①初級預防 ②次級預防 ③三級預防 ④四級預防。
32. 正確偵測憂鬱症與自殺的警訊，主動協助處理生活困境，是自殺防範中哪一級的防範目標？
①初級預防 ②次級預防 ③三級預防 ④四級預防。
33. 心理防衛機制中，個人將自己不為社會認可的慾念加諸在別人身上，藉以減少自己因擁有此慾念或缺點而產生焦慮的歷程稱之為何？
①補償作用 ②反向作用 ③投射作用 ④轉移作用。
34. Plutchik(1980)將情緒分為四個層面(A)刺激事件 (B)心理感受 (C)生理變化及外顯行為 (D)認知評價，情緒發生的過程應該為下列何者？
①ABCD ②ACDB ③ABDC ④ADBC。
35. 世界衛生組織 (WHO)指出 21 世紀三大疾病，並將其列為衛教預防重點工作，此三大疾病不包含以下何者？
①憂鬱症 ②癌症 ③腎臟病 ④AIDS。
36. 根據衛生署最近一年所公佈的國人十大死因統計資料中，15 至 24 歲青少年最主要的死因(第一位)是哪一項？
①自殺 ②事故傷害 ③癌症 ④愛滋病。
37. 「白內障」是眼球的哪一部分發生病變？
①瞳孔 ②角膜 ③水晶體 ④視網膜。
38. 下列關於「第一型糖尿病」的敘述，何者正確？
①多發生在中老年人 ②95%的糖尿病屬於此種類型 ③肥胖者為此類型的高危險群 ④患者體內的抗體破壞了胰臟的功能。
39. 有關 H7N9 的敘述下列何者錯誤？
①潛伏期可長達 14 天 ②屬於第五類法定傳染病 ③勤洗手可幫助預防 H7N9 ④飲食可以不用特別注意。
40. 下列有關肺結核病的敘述，何者正確？
①肺結核病是經由飛沫而傳染的 ②肺結核病患者無法完全康復 ③所有結核病患者，均會將結核菌排出而傳染給他人 ④肺結核病患者在感染初期會有體重減輕咳血等症狀。
41. 下列有關 A 型肝炎和 B 型肝炎的敘述，何者是錯誤的？
①避免和他人共用餐具，可以預防 A 型肝炎 ②感染 A 型肝炎可以獲得終生免疫 ③B 型肝炎帶原者不應捐血 ④A 型肝炎主要是經由輸血而傳染。
42. 有關法定傳染病的說明，下列何者正確？
①我國依傳染病防治法將法定傳染病分為四類 ②嚴重急性呼吸道症候群(SARS)屬於第二類傳染病 ③第四類傳染病應於指定治療機構施行隔離治療 ④第一、二類傳染病病例之報告，應於 24 小時內完成。
43. 某國中全校共有 60 班，依據學校衛生法該校至少應設校護幾人？
①1 人 ②2 人 ③3 人 ④4 人。
44. 教育部規定教室黑板照明標準為多少燭光(Lux)？
①300 ②400 ③500 ④600。
45. 教育部規定國中學生健康檢查的項目，不包括下列哪一項？
①寄生蟲檢查 ②耳鼻喉檢查 ③尿液潛血檢查 ④脊柱、四肢檢查。
46. 在公共衛生三段五級預防中，進行成人病患篩檢防治工作，此為第幾級預防？
①第一級 ②第二級 ③第三級 ④第四級。
47. 下列哪一項不屬於渥太華憲章中推動健康促進活動行動綱領的範疇？
①制定健康的公共政策 ②創造支持性的環境 ③加強醫院醫療照護 ④強調社區的參與。
48. 下列何者不屬於教育部二代健康促進學校的重要實施原則？
①只著重於由下而上的運作方式 ②重視中央及地方的充分參與 ③實施過程和成果具有實證導向 ④推動策略具有多元性。
49. 採用同樣的方法對同一對象重複測量時，所得結果的一致性程度是指：
①效度 ②敏感度 ③標準差 ④信度。
50. 依據赫爾辛基宣言，當一個被視為無法律行為能力之對象，例如未成年之孩童，對參與研究的決定有表達同意之能力時，下列狀況中何者可進行研究？
①該對象同意；法定代理人無意見 ②該對象無意見；法定代理人同意 ③該對象不同意；法定代理人同意 ④該對象同意；法定代理人同意。