

注意：考試開始鈴響或紅燈亮前，不可以翻閱試題本

104 學年度身心障礙學生升學大專校院甄試試題本

甄試類(群)組別：四技二專組

【衛生與護理類】

考試科目(編號)：專業科目(二)

健康與護理 (C2226)

—作答注意事項—

1. 考試時間：90 分鐘。
2. 請在答案卷上作答，並答案卷每人一張，不得要求增補。
3. 請核對報考甄試類(群)組別、考試科目是否相符。
4. 單選題共 40 題。

單選題，共 40 題，每題 2.5 分

1. 為了維持健康，請選擇以下最合宜的生活習慣：
(A)每周1-2次的運動，每次持續15分鐘
(B)每天吃健康的早餐
(C)因為要打電動，每天睡眠不到6小時
(D)和朋友在一起時會抽菸、喝酒
2. 以下何者最能解釋「健康體位」？
(A)控制每餐進食的內容
(B)改變生活及營養型態
(C)努力減重維持瘦的身材
(D)身體重量和組成在理想範圍內
3. 以下何者疾病與身體質量指數(BMI)值的高低有關？
(A)高血壓
(B)車禍
(C)腦腫瘤
(D)氣喘
4. 以下何者，最能解釋「厭食症」形成的原因？
(A)是對身材標準嚴苛導致的
(B)是家庭遺傳導致的
(C)是身體體質差導致的
(D)是大吃大喝後的結果
5. 六大類食物的分類，下列何者最正確？
(A)奶、水果、蔬菜、肉、魚豆蛋、五穀類
(B)奶、水果、蔬菜、油脂、魚肉豆蛋、五穀類
(C)奶、水果、蔬菜、蛋、魚肉、米麵類
(D)豆、水果、蔬菜、油脂、魚肉蛋、五穀類
6. 以下何者是「代謝症候群」的定義？
(A)是一種特定的遺傳性疾病的統稱
(B)是不良生活、飲食及睡眠習慣的統稱
(C)是血壓、血脂、血糖、腰圍異常的統稱
(D)是糖尿病、高血壓、心臟疾病的統稱

7. 以下有關運動好處的敘述，下列何者最正確？
- (A)減低肌肉的力量
 - (B)可以增加體重
 - (C)增加心肺功能
 - (D)減緩新陳代謝
8. 下列敘述，何者是健康飲食的原則？
- (A)無汙染、低油、低鹽、高纖
 - (B)低糖、低油、低鹽、高蛋白
 - (C)低糖、低渣、低鹽、高纖
 - (D)低糖、低油、低鹽、高纖
9. 有關成功老化的敘述，下列何者正確？
- (A)多吃甜食讓自己心情快活
 - (B)年輕時要養成良好生活習慣
 - (C)為預防跌倒要減少運動
 - (D)服用胃藥保持腸胃道通暢
10. 路過緊急傷害現場的處理，下列何者最正確？
- (A)若帶有氧氣罩，任何人可以進火場救人
 - (B)馬路中央發生車禍，為了安全要拖拉傷患到路邊
 - (C)沒有人協助時，不要做任何處置
 - (D)傷害發生時，不要輕易移動傷患
11. 若有同學氣喘發作，維持以下何種姿勢最正確？
- (A)半坐臥或端坐
 - (B)復甦姿勢
 - (C)頭放低或平躺
 - (D)趴臥姿勢
12. 以下有關異物阻塞氣管的敘述，何者最正確？
- (A)拍背可以改善異物阻塞氣管的情況
 - (B)可用自動體外電擊去顛法(AED)處理異物梗塞氣管
 - (C)哈姆立克法最常用於氣管有異物梗塞時
 - (D)當氣管有異物梗塞時，首先使用CPR

13. 下列敘述，何者正確？
- (A) 耳內有異物，可考慮使用甘油球處理
 - (B) 喉部有魚刺，可大口喝湯或吞飯處置
 - (C) 眼內有異物，需要立即自行拔出
 - (D) 鼻內有異物，需要立即自行挖除
14. 做一位聰明的消費者，下列敘述何者最正確？
- (A) 有名人代言的產品，一定可以買
 - (B) 加入俱樂部預付款會員，一定沒有問題
 - (C) 以卡養卡，可以買到要用的東西
 - (D) 檢視自己消費動機，分辨不實廣告
15. 有關消費者十大守則的敘述，下列何者不正確？
- (A) 消費資訊，要充實
 - (B) 消費行為，要合理
 - (C) 119專線，要記牢
 - (D) 消費受害，要申訴
16. 有關珍惜健保資源的方法，下列何者最正確？
- (A) 找一位值得信賴的專科醫師
 - (B) 依「醫療分級」層次的高低，繳納不等的部分負擔
 - (C) 「轉診單」是由醫學中心轉診到開業醫師
 - (D) 生病到醫學中心就診較為安心
17. 藥物濫用造成生理傷害，下列何者正確？
- (A) 搶劫、偷竊
 - (B) 記憶功能受損
 - (C) 焦慮、不安
 - (D) 吸毒、販毒
18. 面對生活中藥物的誘惑，下列何者不正確？
- (A) 委婉堅定地拒絕
 - (B) 遠離現場
 - (C) 不好意思拒絕
 - (D) 轉移話題

19. 下列何者是最常見的「戒斷症候群」的生理症狀？
- (A) 頭痛、肌肉酸痛
 - (B) 憂鬱、不安
 - (C) 易怒、生氣
 - (D) 不與人來往
20. 下列何者是青少年接觸毒品，百分比最高的原因？
- (A) 已上癮
 - (B) 情緒低落/焦慮
 - (C) 尋求快感
 - (D) 受同輩影響
21. 青少年提升自尊的方法，下列何者最正確？
- (A) 不與人互動，以免曝露缺點
 - (B) 透過自我反省及觀察，了解自己
 - (C) 重視朋友對自己的評價，模仿他人
 - (D) 設定超過能力的學習目標，增加信心
22. 紓解情緒最合宜的方法，下列何者最正確？
- (A) 自怨自艾
 - (B) 不允許自己失敗
 - (C) 換個方式思考
 - (D) 自我放棄
23. 要擁有健全、正向的人際關係，下列何者最正確？
- (A) 設身處地、將心比心的運用同理心
 - (B) 直接指責對方的缺點
 - (C) 對於意見不一致時，避而不談，以免爭吵
 - (D) 溝通時一味討好對方
24. 發生憂鬱症的潛在因素，下列何者最正確？
- (A) 罹患急性腸胃炎之後容易發生
 - (B) 有負面悲觀的思考習慣者
 - (C) 能獨立思考、自我接納的人
 - (D) 有良好人際關係的人

25. 心理健康的人，會有下列何種表現？
- (A)能肯定自我價值
 - (B)無法接納自己的缺點
 - (C)喜歡糾正別人的缺點
 - (D)不喜歡與人交往
26. 小英最近心情低落、沮喪，要引導他走出傷痛，下列何者最正確？
- (A)避免談論發生事件，以免觸景生情
 - (B)協助接受事實，勇敢面對
 - (C)與朋友公開討論發生事件
 - (D)謹記教訓，不可忘記
27. 關於憂鬱症的敘述，下列何者最正確？
- (A)如果情緒起伏不定，就表示有憂鬱症
 - (B)憂鬱症是無法治療的疾病
 - (C)憂鬱症患者容易產生自殺念頭
 - (D)憂鬱症容易治癒，且不易復發
28. 當身邊的人出現自殺念頭時，應採取的態度，下列何者最正確？
- (A)尋求協助
 - (B)拖延
 - (C)保密
 - (D)視為玩笑
29. 有關青少年壓力源的描述，下列何者最正確？
- (A)父母及師長的高度期待，容易產生壓力
 - (B)因內分泌及自主神經系統功能衰退，易造成情緒不穩
 - (C)生活態度樂觀的人，較不容易調適壓力
 - (D)經營社團，不會造成任何壓力
30. 關於減壓的方法，下列何者最正確？
- (A)找朋友抽菸、喝酒
 - (B)使用藥物減壓
 - (C)玩電動或線上遊戲，放鬆心情
 - (D)檢討原因，做好時間管理

31. 增進兩性互動之和諧，下列何者最正確？
(A) 要求對方付出，測試忠誠度
(B) 常常私下約會，了解彼此
(C) 無條件順從對方的要求
(D) 與人互動應注意自愛和彼此尊重
32. 關於同性戀之敘述，下列何者最正確？
(A) 當同性戀者向他人表明其同性戀身分時，稱為上櫃
(B) 對於不同性別特質的人，我們應當表示尊重
(C) 同性戀者會散播愛滋病毒
(D) 對於同性戀者，應該保持距離
33. 愛滋病毒的傳染途徑，下列何者最正確？
(A) 擁抱
(B) 握手
(C) 不安全的性行為
(D) 共同進餐
34. 關於保險套的敘述，下列何者最為正確？
(A) 保險套的避孕效果100%
(B) 保險套的原理為抑制卵巢排卵
(C) 保險套的原理為干擾受精卵著床
(D) 保險套的原理為阻止精子與卵子結合
35. 協助好友走出情傷，下列哪一個方法最適宜？
(A) 鼓勵好友要堅強，忍住悲傷，不能說出心裡的感受
(B) 陪伴好友躲在屋裡一起哭泣，不讓其他人知道
(C) 幫好友立即找一位新男友，填補空虛的心靈
(D) 陪伴好友，虛心檢討分手原因，保持冷靜，接受現實
36. 有關避孕的方法，下列何者最正確？
(A) 體外射精可以避孕
(B) 避孕藥只要在性行為之前服用即可
(C) 保險套需在性交前套上，且全程正確使用
(D) 子宮內避孕器適合未婚婦女

37. 懷孕初期(前三個月)的生理變化，下列何者最正確？
- (A) 乳房及乳暈會變大，有脹痛感
 - (B) 有明顯的胎心音及胎動
 - (C) 體重正常會增加18~20公斤
 - (D) 卵巢仍會排卵
38. 關於優生保健的敘述，下列何者不正確？
- (A) 優生保健是為了避免潛藏的遺傳性疾病
 - (B) 優生保健即所謂墮胎，任何醫院皆可實施
 - (C) 優生保健的目的：提高人口素質，保護母子健康
 - (D) 優生保健的項目包含婚前健康檢查、遺傳諮詢等
39. 兩性交往的正確態度，下列何者最正確？
- (A) 應以婚姻為最終目的
 - (B) 直接告訴他，愛他
 - (C) 要極力表示你喜歡他，爭取機會
 - (D) 重視溝通和協調
40. 避免性騷擾的注意事項，下列何者最正確？
- (A) 應徵工作輕鬆、免經驗又高薪的工作
 - (B) 只有女性才會受到性騷擾，男生不會
 - (C) 不隨便邀請不熟的朋友到租屋處
 - (D) 約會時應選擇昏暗的地方，增加情趣