新北市立鷺江國民中學　110 學年度　第 2 學期　8 年級　健康教育科　第 3 次段考　題目卷

命題教師：健體領域老師群　日期：6 月 29 日　第 5 節　班級：　座號：　姓名：

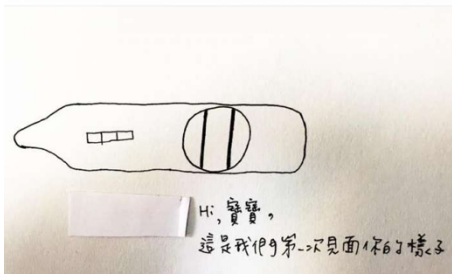
一、題組：(3 分/題，共 42 分)

(一) 插畫家「A 麗絲」31 張「懷孕的心路歷程」插畫　2018/04/09

她將自己從懷孕初期，到寶寶出生的整個心路歷程都畫了下來，搭配文字描述得非常貼切。媽媽們看到後覺得超中肯，忍不住點頭認同。(懷孕初期 0~12 週、中期 13~28 週、後期 29~40 週)

請參閱以下摘錄的圖片及文字說明，仔細觀察再作答：

A



B



C



D



E



F



G



H



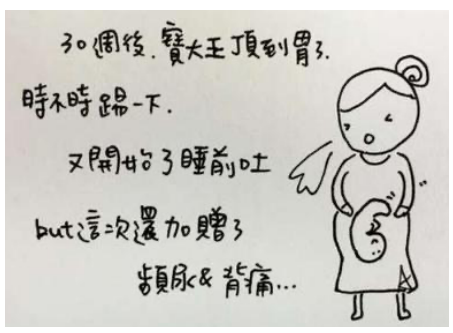
I



J



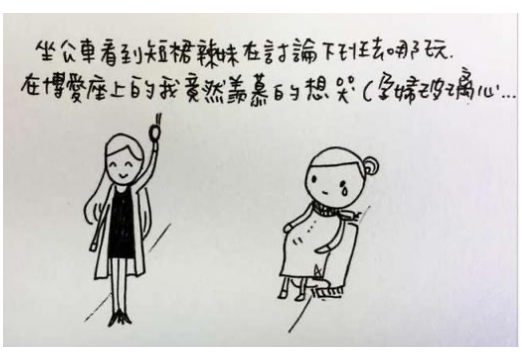
K



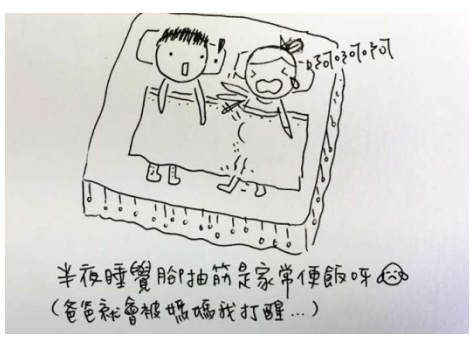
L



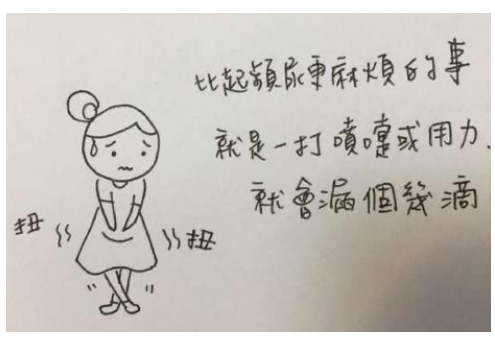
M



N



O



1. (　) 請對照插畫與懷孕期程的配對，何者錯誤？　(A)懷孕初期 A ~ F　(B)懷孕中期 G ~ J　(C)懷孕後期 J ~ O。
2. (　) 插圖中說明懷孕後的生理變化的配對說明何者正確？　(A)懷孕初期孕吐反應__B C D E　(B)懷孕初期胃口大開__ H J　(C) 懷孕後期頻尿__K L　(D) 懷孕中期腳部抽筋__N。
3. (　) 插圖中有關懷孕後的情緒反應及心理變化哪一項配對錯誤？　(A)懷孕初期__緊張　(B)懷孕初期__欣慰

(C)懷孕中期__想哭　(D)懷孕後期__害怕。

4. (　)插圖 N 說明懷孕後容易半夜抽筋，通常是因為哪一種營養素不足？　(A)礦物質_鈣　(B)礦物質_鎂　(C)維生素 B 群　(D)維生素_葉酸。

5. (　)懷孕後哪幾個時期容易發生頻尿？　(A)初期　(B)中期　(C)初、中期　(D)初、後期。

（二）納豆腦出血中風 女友依依「專業知識」救了他一命！醫：中風測試口訣揪出腦中風徵兆

摘錄於康健 2.0 羅以容 報導 2022/05/10

藝人納豆日前因出血性腦中風住院開刀，在經過將近 4 個月的治療，如今已返家休養，昨（5/9）納豆女友依依公開與納豆一起合拍的影片，除了向觀眾們報平安外，依依更回憶當時病發過程，她透露當天看到納豆「怪怪的」，很像半夢半醒夢遊狀態，且口清不清，當時她警覺不對勁懷疑是小中風，堅持前往醫院檢查。

原來依依是中山醫學大學畢業的高材生，當時前往醫院檢查時，她便在車上要求納豆進行中風檢測「舉手、微笑、說你好」，結果發現納豆的雙手舉起時，右手有一小幅度落差，雙手無法舉到平行、微笑時左半邊臉也無法牽動，說你好的時候也口齒不清，她因此推測 80%至 90%是中風。

到醫院後納豆量測血壓高達 240mmHg，且照 X 光時納豆已無法站立，需要由依依幫忙扶著，甚至照電腦斷層時更失去意識、口吐白沫、失禁等。護理師更建議轉院治療，所幸在依依堅持下成功進行手術開刀，「從失去意識爆血管到開刀都有把握在黃金時間 1 小時內完成」。

台北醫學大學附設醫院神經內科主治醫師蔡睿蘋表示，國際上判斷早期腦中風症狀有「FAST」口訣（微笑、舉手、說句話、儘速送醫）。當「微笑、舉手、說句話」這 3 項當中有 2 項有異常，中風機會大概是 72%以上，當 3 項都異常則超過 85%機率是中風。謹記 FAST 口訣才能把握黃金治療時間。腦中風又分為「出血性腦中風」及「缺血性腦中風」，以中風的病因來說，約 3/4 是缺血性腦中風、1/4 才是出血性腦中風，如果是缺血性腦中風在黃金時間 3 小時內趕至醫院。發生腦中風以男性居多，男女比約為 2：1，有些腦中風的危險因素是可以避免，呼籲民眾應控制好三高，高血壓、高血脂、高血糖，減少糖份、鹽份攝取，也應控制體重、戒菸等。

6. (　)藝人納豆能如此快速送醫治療，主要因素為何？　(A)納豆自己發現說話不清楚　(B)納豆要求女友幫忙送醫　(C)女友為醫學大學高材生　(D)身邊女友敏銳觀察及堅持送他就醫。

7. (　)當納豆依照依依的指示「將雙手舉高」，請問正確測試動作為何？　(A)雙手同時往左右平舉至肩膀兩側　(B)雙手同時往前平舉至胸前　(C)雙手前後往左右高舉至頭上　(D)雙手同時往頭上高舉。

8. (　) 依依當時發現納豆微笑時左半邊臉無法牽動，符合腦中風的口訣中的哪一項異常？　(A)Face　(B)Arm　(C)Speech　(D)Time

9. (　)關於腦中風的說明，下列哪一項敘述不正確？(A)男性發生率高於女性　(B)出血性中風發生率高於缺血性中風　(C)不論是哪一種中風，均需要緊急送醫醫治　(D)腦中風發作時患者不一定會馬上失去意識。

10. (　)哪一項敘述較符合報導中的內容？　(A)納豆在早期腦中風的檢測中未能完成兩項　(B)納豆在當時血壓符合正常標準　(C)納豆平時就有體重過重、抽菸及血脂過高的情況　(D)我們可以透過飲食控制與改變生活型態來避免腦中風的發生。

（三）莊子鼓盆

莊子的妻子死了，他的很多學生、朋友都來弔喪。惠子也趕來了，走進靈堂，只見莊子蓬頭赤腳坐在棺材上，拚命敲著一只底朝天的瓦盆，一邊敲打一邊唱歌。弔喪的人群都莫名其妙地呆呆站在一旁看著。惠子見了很氣憤，上去奪過瓦盆責備說：「你這個老糊塗，你不悲不哭倒也罷了，還要敲敲唱唱，不太過分了嗎？」

莊子跳下棺材說：「你說錯了，妻子剛死的時候，你們都悲傷，我會不悲傷嗎？」

「那你現在為什麼敲敲唱唱的？」

「現在我想通了。其實啊，一個人本來就無所謂有生命：非但沒有生命，連形狀也沒有；非但沒有形狀，連氣也沒有。」

惠子生氣地斥罵道：「你胡說些什麼名堂？」

「是這麼個道理，」莊子笑嘻嘻地說：「人原來不過混雜在渾沌迷茫之中，慢慢產生了氣，氣又聚成人形，人形又變成了生命。現在人死了，只不過是恢復原來的樣子罷了，這就同春夏秋冬四季循環一樣的。現在我老婆不過是安寢於天地之間，我要是還在旁邊嚎啕大哭，那就是太不通達於天命了，所以我不哭啊！」

莊子妻死，惠子吊之。莊子則方箕踞鼓盆而歌。惠子曰：「與人居，長子，老身，死不哭，亦足矣，又鼓盆而歌，

不亦甚乎？」莊子曰：「不然，是其始死也，我獨何能無慨然？察其始而本無生，非徒無生也，而本無形；非徒無形也，而本無氣。雜乎芒芴之間，變而有氣，氣變而有形，形變而有生，今又變而之死，是相與為春夏秋冬四時行也。人且偃然寢於巨室，而我噭噭然隨而哭之，自以為不通乎命，故止也。」．　《莊子．至樂》(原文)

11. (　) 根據以上陳述，你認為對於莊子喪妻的描述，何者是正確的？ (A)莊子並沒有因為喪妻而難過 (B)莊子藉由唱歌來表示喪妻之痛 (C)莊子因為接受了喪妻而停止哭泣 (D)莊子為了不讓惠子為他難過而唱歌。
12. (　) 你認為莊子的「鼓盆而歌」，所展現對妻子的情感，和下列何者最不相關？ (A)不讓自己陷入妻子死亡的衝擊並積極面對妻子的離去 (B)勇敢接受妻子死亡的事實，並想通不能違背天命 (C)允許自己難過與哀慟，但最終放下妻子已經離開的哀傷 (D)因為以前太少陪伴妻子，所以死後唱歌陪伴。
13. (　) 針對莊子「鼓盆而歌」所展現出的生死觀，何者描述最恰當？ (A)用歌唱來展現對妻子死亡的紀念，如同今日的法會 (B)這就如春夏秋冬四季運行一樣，在人類的生命中不斷的重複輪迴 (C)文中所謂的天命，是指哭泣，所以不應違背天命，就是不應該哭泣 (D)人因為四季的運行而有了生命與形體，所以當四季停止的時候，自然就會死亡。
14. (　) 哪一個描述，最能代表莊子的生死觀呢？ (A)敲著瓦盆唱歌來表示對死者的紀念 (B)不應讓自己的哀傷影響了好朋友來探望，所以要表現得開心點 (C)逝者已矣，應該開心他能回歸於自然，一切始於無形，終將回歸於無形 (D)哭泣並不足以代表哀傷，所以不應該浪費時間哭泣。

二、 選擇題：(2 分/題，共 38 分)

15. (　) 婚前健康檢查是為準備結婚的新人以及計畫懷孕的夫妻所做的特殊健康檢查，何者不是婚前健康檢查的項目呢？ (A) B 型肝炎 (B)地中海型貧血 (C)性病 (D) COVID-19 篩檢。
16. (　) 何種行為對改善惡性腫瘤沒有幫助？ (A)規律運動 (B)多吃蔬菜 (C)早睡早起 (D)多食用豬、羊、牛肉等紅肉以補充鐵質。
17. (　) 根據德國心理學家艾瑞克森的人格發展論，人生分為八個階段，每一個階段都有不同的發展任務及生活重點，關於各階段的說明，以下何者為非？ (A)嬰兒期最主要任務是發展出對人的信任感 (B)幼兒期主要發展任務是開始有自主能力 (C)兒童期重要的發展任務是勤勉，是個人目標的認同和達成，如果無法達成易導致自卑 (D)青少年期發展任務是形成親密關係，如果未形成親密關係，將導致疏離與孤獨。
18. (　) 關於腎臟的說明，何者正確？ (A)腎臟位於腹腔腹面左右各一 (B)腎臟功能是儲存尿液 (C)腎臟沒有痛覺神經，所以出現問題時往往不易被察覺 (D)當腎功能下降時，會引發腎衰竭及尿毒症，此時只有換腎一種方式才能維持生命。
19. (　) 有關老化的敘述，何者正確？ (A)應該在成年期努力工作，以確保老年時有足夠金錢可以使用，熬夜應酬也沒有關係，因為年輕就是本錢 (B)有品質的老化是住最高級的病房 (C)中年以後，女性進入更年期，鈣質會流失，開始吃鈣片就不會骨質疏鬆 (D)更年期會有多種不舒服的症狀，如面色潮紅、失眠等。
20. (　) 以下哪些原因，可能導致腎臟病？甲：長期憋尿；乙：鏈球菌感染；丙：沒有經過醫師處方而過量使用止痛藥、抗生素及減肥藥；丁：高血糖、高血脂。 (A)甲乙丙 (B)甲乙丁 (C)甲丙丁 (D)甲乙丙丁。
21. (　) 關於冠心病的說明，以下何者錯誤？ (A)當供應心肌血液的冠狀動脈發生狹窄或阻塞時，就會阻斷心臟的氧氣及養分供給，導致心肌缺氧 (B)心肌缺氧時，會抑制心肌收縮，使心臟無法搏出正常量的血液，損及控制心律的傳導系統，引起心衰竭或心律不整 (C)冠心病最常見的急性症狀是面部表情癱瘓、心絞痛 (D)心肌梗塞可能造成猝死。
22. (　) 糖尿病患的血糖若長期控制不好，會引起許多器官功能障礙，甚至是全身性的併發症，可能的併發症有哪些？ 甲：視網膜剝離；乙：心血管疾病；丙：腎臟病。 (A)甲乙 (B)乙丙 (C)甲丙 (D)甲乙丙。
23. (　) 關於癌症的說明，以下何者有誤？ (A)惡性腫瘤已多年連續高居國人十大死因之首，近年來國內青少年主要死因中，癌症也高居第一 (B)除了先天性與後天性因素會導致癌症外，還有少數癌症跟病毒感染有關 (C)癌症中以肺癌及肝癌的死亡率最高 (D)根據衛生福利部調查，國人平均每四人就有一人死於惡性腫瘤。
24. (　) 關於幼兒期的敘述何者錯誤？ (A)腦部及神經系統已完全成熟 (B)會學習、模仿大人行為 (C)充滿好奇心及模仿力，喜歡玩遊戲及探索環境 (D)能簡單的生活自理，如自己上廁所、刷牙、吃飯、表達想法等。
25. (　) 關於健康老化的敘述，何者錯誤？ (A)老化是必經的過程，須保持愉悅的心情迎接老化 (B)健康的生活型態是健康老化的基礎 (C)老年時期是否健康與中年時期有關係，和青少年時期沒有關係 (D)應該尋求適合自己的運動，每天持之以恆、強健心肺功能。

26. (　) 何者不是腎臟病的症狀？ (A)血尿 (B)蛋白泡沫尿 (C)水腫 (D)血壓下降。

27. (　) 何者不是普遍懷孕階段的孕早期的孕婦會出現的身體現象？ (A)因為需要養分而食慾大增 (B)因為荷爾蒙改變使媽媽容易倦怠疲勞 (C)因為子宮脹大而使膀胱受到擠壓，使媽媽常感到尿意 (D)早期主要是在荷爾蒙的變化，因此肚子並沒有明顯的變大。

28. (　) 曉逸的外婆因為乳癌過世，讓曉逸的媽媽傷心不已，曉逸的媽媽最近也常懷疑自己是否也跟外婆一樣，罹患了乳癌。曉逸應該怎麼做最恰當？ (A)建議媽媽進行健康檢查 (B)安慰媽媽，「不會，乳癌不會遺傳」 (C)告訴媽媽不要胡思亂想 (D)讓媽媽少吃十字花科蔬菜，以降低罹癌風險。

29. (　)青少年時期需要均衡的飲食，否則會影響正常生長發育，飲食中的營養素對我們生長發育有很大助益，關於這些營養素的概念，何者敘述錯誤？ (A)蔬果中的礦物質，可使生理機能正常運作 (B)維生素 C 幫助膠原蛋白形成，促進腸道對於鈣質的吸收 (C)鐵是製造紅血球的原料，可從紅肉及深綠色蔬菜中補充所需要的鐵 (D)鈣質可提供肌肉的生成，改善生理期疲勞感。可從瘦肉、動物肝臟、蛋黃等食物中獲得。

30. (　) 關於死亡的定義，何者說明有誤？ (A)沒有心率、呼吸及神經反射 (B)腦幹在內的全腦功能喪失而腦死 (C)大腦的功能喪失，但腦幹是好的 (D)心跳、呼吸功能呈現不可逆的停止與中樞神經功能停止。

31. (　) 有關量血壓的注意事項，以下何者有誤？ (A)應多次測量並取平均值 (B)測量時勿聊天嬉戲 (C)壓脈帶應綁在低於心臟的位置 (D)測量時腳底自然垂放、不蹺腳。

32. (　) 關於懷孕時胎兒的狀況，下列敘述何者錯誤？ (A)受精卵在子宮著床 (B)胎盤是媽媽提供寶寶營養的來源 (C)臍帶負責運送氧氣與養分 (D)胎兒體內的廢物，直接排放到羊水中，經由子宮吸收、代謝。

33. (　) 當老化發生時，身體可能會出現哪些情況？甲：身體細胞逐漸衰退，導致身體功能逐漸喪失，如頭髮由黑轉白、髮量變得稀疏；乙：皮膚隨年齡增長開始出現皺紋、失去光滑與彈性；丙：身體免疫系統功能降低，較無法抵抗疾病的入侵；丁：感官會變得較遲緩，如視力衰退、聽力損失。 (A)甲乙丙 (B)甲乙丁 (C)乙丙丁 (D)甲乙丙丁。

三、是非題：正確請填A，錯誤請填B（2 分/題，共 20 分）

34. (　) 根據衛生福利部調查，國人平均每四人就有一人死於惡性腫瘤，其中以口腔癌及食道癌的死亡率最高。由此可見癌症的威脅不容小覷。

35. (　) 成年中期健康狀況與身體有不同程度的衰退，反應沒有那麼靈敏，應常運動、建立良好的飲食習慣及生活型態，以維持身體健康，避免慢性病發生。

36. (　) 健康老化不只是要免於病痛，還要維持身體功能，不失能、失智，就連心靈層面也要健康，並擁有活躍社交的生活，對社會有所貢獻。為了達到這個目的，必須趁年輕就要開始積極實踐健康的生活型態。

37. (　) 從我們出生的那個片刻起，死亡就已經開始走向我們，誰也不例外。

38. (　) 第一型糖尿病約占 5～10%糖 尿病是因患者無法自行分泌胰島素，大多在年幼時發病，這種病患必須每日注射胰島素，才能維持正常生活。

39. (　) 兒童期此時大約是國小階段，視力、牙齒尚在發育之中，應定期檢查，避免近視及蛀牙。

40. (　) 疫苗是利用當人體在接觸抗原後，會產生抗體，以後若再接觸到此種抗原，即具有免疫效果的原理。將研製的抗原打進人體之後，促使人體內產生抗體，產生免疫的效果。

41. (　) 生長激素在夜間 1 點到 5 點這個時段分泌特別旺盛，尤其是此時若處於睡眠狀態，分泌會是清醒時的 7.5 倍。所以想要長高，千萬不要熬夜犧牲睡眠時間，儘可能在晚上 12 點前上床休息。

42. (　) 健康平均餘命是指從一個人現在的年齡算起，預期可以繼續存活的平均年數。如 0 歲健康平均餘命為 80 歲，就是新生兒出生以後預期可以活 80 年。

43. (　) 如果能有長高的遺傳基因，又能有充足的運動，一定可以長得更高，即使經常熬夜或喝飲料都沒關係，因過多的糖分可以藉由運動幫助代謝，不會阻礙長高。

本試題卷結束