

新北市立鷺江國民中學 108 學年度 第 2 學期 7 年級 健康教育 科 第 3 次段考 題目卷

命題教師：健康教師群 日期：7 月 9 日 第四節 班級： 座號： 姓名：

一、是非題(每題 2 分)：請用 2B 鉛筆畫卡，正確選項請畫 A；錯誤選項請畫 B

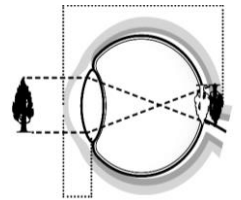
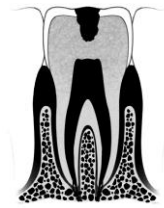
01. () 散光俗稱亂視，常見原因是虹膜的彎曲度不平整，造成視網膜的物體成像模糊不清。
02. () 牙周病或齒列矯正的患者，不可使用牙間刷，以免齒縫愈來愈大。
03. () 牙周病就是牙齒周圍組織的疾病，其病因主要是牙菌斑過多所致。
04. () 齒列不正除了會產生咬合及美觀的問題之外，也會因為死角太多造成潔牙不易，形成齲齒。
05. () 皮膚中的皮下組織含有血管、神經、汗腺、皮脂腺與毛囊等，具有保護的功能。
06. () 透過紫外線照射可以讓身體產生維生素 D，所以曬太陽越久越好。
07. () 選擇防晒產品需謹慎挑選，防晒係數 SPF 主要預防 UVB，可以延長皮膚晒傷的時間，故係數越高越好。
08. () 耳朵的清潔非常重要，需要定期使用棉花棒或耳棒保持外聽道的乾淨。
09. () 耳朵中有耳蝸、前庭與半規管，其中前庭、半規管掌管人體身體的平衡。
10. () 耳咽管與鼻咽相通，當呼吸道受到感染時，也連帶容易引發中耳炎。

二、選擇題(每題 2 分)：

11. () 下列有關防晒的觀念，何者正確？(A)陰天不須防晒 (B)在烈日下，使用防晒係數高的防晒乳時，只要記得均勻塗抹一次即可 (C)上午十時~下午兩點紫外線最強的時候，應盡量避免外出 (D)外出時，防晒產品需適時補充，但水分就不必補充，以免大量流汗，影響防晒效果。
12. () 下列哪些行為可以平衡耳朵內外壓力？(A)張開嘴巴 (B)吞嚥 (C)打哈欠 (D)以上皆是。
13. () 小琪這次去檢查牙齒，醫生說有幾顆蛀牙，但他平常吃冷或熱食時，一點感覺都沒有，請問牙齒可能受到侵蝕的程度為？(A)侵蝕到琺瑯質 (B)侵蝕到象牙質 (C)侵蝕到牙髓腔 (D)侵蝕到牙齦。
14. () 下列何者是正確的口腔保健觀念？(A)齲齒可能引發全身性細菌感染 (B)乳齒太早或太晚脫落，不影響恆齒的發育 (C)每 3 年要進行一次口腔檢查或洗牙 (D)牙齒塗氟可強化象牙質，增加對酸性物質的抵抗力。
15. () 關於潔牙用具的挑選下列敘述何者正確？(甲)牙刷挑選軟毛較好 (乙)採用貝氏刷牙法潔牙能有效清潔牙齒 (丙)牙刷的大小以能覆蓋 2~3 顆牙齒為原則 (丁)牙線棒可以清潔全部的齒縫 (戊)牙膏須挑選含氟的成分 (A)甲乙丙丁戊 (B)甲乙丙丁 (C)甲乙丙 (D)甲丙。
16. () 關於牙菌斑顯示滴劑的敘述，何者**錯誤**？(甲)可以用來檢測口腔內牙菌斑的多寡 (乙)可以用來檢測是否蛀牙 (丙)滴劑使用後直接吞食，顯示效果越好 (丁)滴劑使用後，經染色後可得知口腔內哪些範圍需再加以清潔 (戊)定期塗抹牙菌斑顯示劑可以預防酸性物質產生 (A)甲乙丙丁戊 (B)乙丙丁戊 (C)乙丙戊 (D)乙丁戊。
17. () 關於情緒的敘述，何者**錯誤**？(A)生氣是負向情緒，不應該隨便表現出來 (B)紓解情緒時，須注意不傷害自己與他人 (C)覺察情緒時須找到產生情緒的原因與事件 (D)情緒是會累積的。
18. () 關於壓力的敘述，何者**錯誤**？(A)壓力是阻力也是助力 (B)壓力與行為表現呈正比 (C)壓力反應可分成生理、心理與行為三個面向 (D)適度的壓力可以讓表現更好。
19. () 當出現壓力時，生理上可能會出現以下那些反應？(甲)肌肉緊繃酸痛 (乙)腹瀉、便秘或胃痛 (丙)頭痛暈眩 (丁)呼吸心跳減慢 (戊)口乾舌燥 (A)甲乙丙丁戊 (B)甲乙丙戊 (C)甲乙丙丁 (D)甲乙丁戊。
20. () 當耳朵有小蟲進入時，哪種處理方式較**不妥當**？(A)拿棉花棒小心掏耳朵 (B)照光，讓小蟲自行爬出 (C)滴油，將牠淹死 (D)速至耳鼻喉科請醫生幫忙。
21. () 下列哪一個構造與聽覺的產生**無關**？(A)耳殼 (B)鼓膜 (C)三小聽骨 (D)耳咽管。
22. () 關於耳垢的敘述何者**錯誤**？(A)耳垢不建議自行使用棉花棒、掏耳棒清潔 (B)耳垢可分乾性與濕性 (C)耳垢堆積太多不會影響聽力 (D)耳垢較多時可至耳鼻喉科找醫生協助取出。
23. () 關於情緒的敘述，下列何者正確？(甲)正面情緒有助於我們的學習，對健康也有幫助 (乙)很多事情沒有絕對的對錯，只是看事情的角度不同、立場不同，就容易導致彼此不同的情緒反應 (丙)負面情緒的存在可讓我們遇到危險時，身體及思想上能夠快速作出反應 (丁)情緒處理就是要壓抑負面情緒，避免情緒對身體造成傷害。(A)甲乙丙丁 (B)甲乙丙 (C)甲乙丁 (D)甲丙丁。
24. () 關於解決壓力，下列敘述何者**錯誤**？(A)接受壓力的存在，將其視為挑戰 (B)出現壓力時，應該積極去面對，努力找

出壓力來源(C)適度的壓力可激起個人的內在潛能，使其成為成長動力 (D)需將壓力排除在生活之外，讓自己沒有壓力，行為表現才會更好。

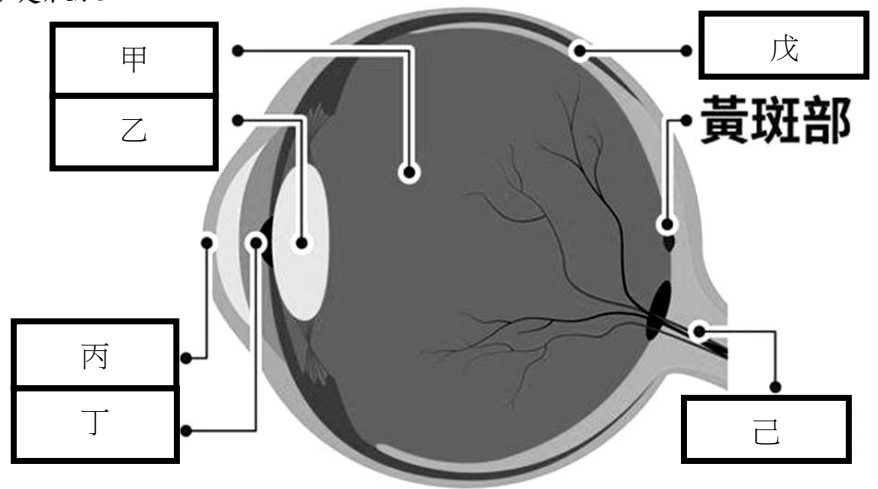
25. ()吃大量的食物來抒壓的「暴食症」，以及一直斷食來減重的「厭食症」，皆屬於何種異常行為？(A)強迫症 (B)焦慮症 (C)攻擊行為 (D)憂鬱症。
26. ()關於皮膚構造與功能配對，下列哪項正確？(甲)神經接受器可以感受到觸、壓、冷、熱、痛等感覺，讓我們避免外來的傷害 (乙)皮脂腺負責保暖功能 (丙)表皮可防止體內水分的流失，及防止病菌、有害物質等的侵入，具有保護作用 (丁)汗腺負責排汗、可散熱調節體溫。(A)甲乙丙丁 (B)甲丙丁 (C)甲乙丁 (D)丙丁。
27. ()近視度數 500 度以上，稱為高度近視，日後易造成哪些併發症？(甲)視網膜剝離 (乙)乾眼症 (丙)黃斑部病變 (丁)青光眼 (A)甲丙丁 (B)甲乙丙 (C)甲乙丁 (D)甲乙丙丁。
28. ()右圖是小琳的牙齒狀況，關於此狀況，下列敘述何者正確？(A)此狀況為齲齒，已經侵蝕到琺瑯質 (B)此狀況為齲齒，已經侵蝕到象牙質 (C)此狀況為齲齒，已經侵蝕到牙髓腔 (D)此狀況為牙周病，需進行後續治療。
29. ()下列何種方式可以預防青春痘發生？(A)用不含香精、無刺激性的洗面乳洗臉 (B)吃雞排、薯條紓解壓力 (C)每天的生活緊張、壓力過大 (D)長期熬夜念書。
30. ()青春痘的發生是由於何處過度分泌油脂，造成毛孔阻塞結成硬塊？(A)皮脂腺 (B)汗腺 (C)毛囊 (D)甲狀腺。
31. ()判斷右圖的影像，是屬於哪種眼睛疾病？(A)近視 (B)遠視 (C)散光 (D)視網膜剝離。
32. ()下列四位同學關於「口腔清潔」的認知，哪位是錯誤的？(A)小甲：如果配戴牙齒矯正器，用餐後須立即潔牙，並採用牙間刷，並搭配矯正專用的牙刷使用 (B)小乙：牙刷無法有效深入齒縫間，完全清除牙菌斑，所以最好使用牙線 (C)小丙：避免喝含糖飲料，多補充鈣質、選擇富含纖維的食物，如蔬菜、水果等，有益牙齒健康 (D)每三個月需定期檢查牙齒或洗牙。
33. ()關於「牙周病」的敘述，下列何者錯誤？(A)當發生牙周病時，須改正刷牙方式，則可痊癒 (B)主要致病的原因是附著在牙齒上的牙菌斑，隨著時間逐漸鈣化而形成牙結石，破壞牙周組織 (C)會造成牙齦發炎、浮腫、易出血、也會產生口臭問題 (D)顧名思義就是牙周組織的疾病。
34. ()關於牙齒的敘述何者正確？(A)乳牙共 20 顆，12 歲以後恆齒會慢慢長出來 (B)智齒是智慧的表徵，若生長不當則需要拔除 (C)牙齒咬合不正不僅外觀不好看，也容易影響牙齒清潔 (D)牙齒根管治療是一種牙周病的治療方式。
35. ()關於洗臉清潔，以下何者正確？(A)用熱水清潔可達到深層洗淨的效果 (B)需挑選適合自己膚質的洗面乳 (C)天天去角質可以幫助皮膚代謝 (D)洗完臉後皮膚緊繃的感覺是正常的。
36. ()眼球內有一定的壓力來維持形狀，若眼壓太高，壓迫到視神經和血管，可能會導致何種疾病，情況嚴重則導致失明？(A)白內障 (B)青光眼 (C)黃斑部病變 (D)視網膜剝離。
37. ()承上題，此疾病的症狀為何？(A)看東西霧茫茫 (B)視野越來越狹窄 (C)出現飛蚊症 (D)看東西扭曲變形。
38. ()以下哪些是屬於良好的護眼習慣？(甲)閱讀或使用 3C 產品，每 30 分鐘休息 10 分鐘 (乙)均衡飲食，以彩虹飲食為原則，多攝取維生素 A、B 群、C 及深綠色的蔬菜、水果 (丙)每半年做一次視力檢查 (丁)看書或執筆寫字，保持 35 公分的距離 (A)甲乙丙丁 (B)甲乙丁 (C)乙丙丁 (D)甲乙丙。
39. ()長時間接觸 3C 產品的螢幕輻射及藍光、陽光紫外線等，容易引發何種疾病造成視覺扭曲？(A)白內障 (B)青光眼 (C)黃斑部病變 (D)視網膜剝離。
40. ()近視的主要成因是？(A)長時間近距離過度用眼 (B)先天遺傳因素 (C)成像在視網膜之後 (D)躺著看書。



三、題組(每題 2 分)：

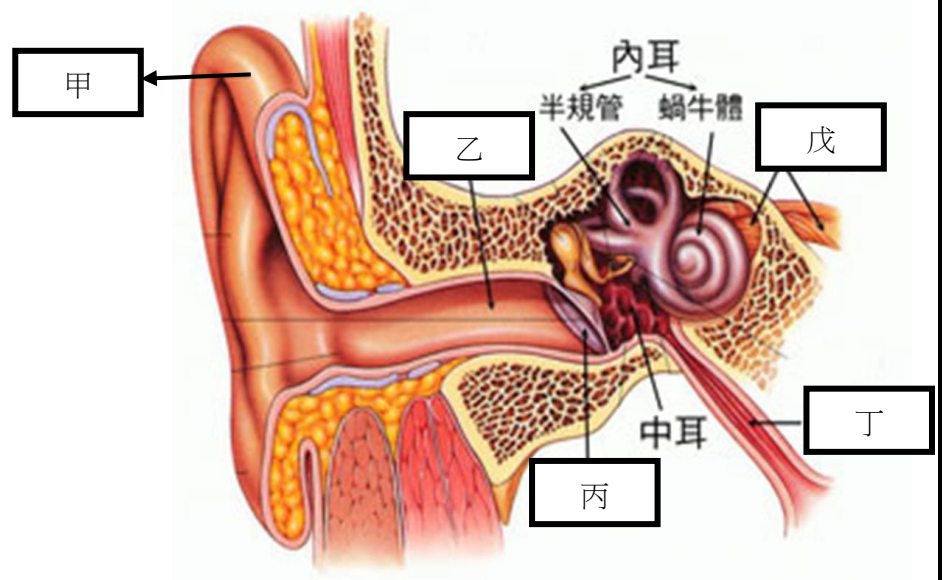
※請根據右圖眼睛構造回答題 41~45

41. () 配戴隱形眼鏡時，隱形眼鏡會與眼睛的哪個構造接觸？(A)甲 (B)乙 (C)丙 (D)丁。
42. () 承上題，此構造為(A)角膜 (B)水晶體 (C)視網膜 (D)睫狀肌。
43. () 「戊」的構造位於眼球壁最內層，主要負責感光與成像，此構造是？(A)角膜 (B)水晶體 (C)視網膜 (D)視神經。
44. () 構造「丁」其名稱與功能為何？(A)睫狀肌，可以調整水晶體彎曲度 (B)瞳孔，可以放大縮小調整光線進入 (C)角膜，曲折光線進入眼睛 (D)水晶體，有聚焦功能。
45. () 「己」的構造是？(A)角膜 (B)水晶體 (C)視網膜 (D)視神經。



※請根據右圖耳朵構造回答題 46-50

46. () 哪兩個構造構成外耳？
(A)甲乙 (B)乙丙 (C)丁戊 (D)乙戊。
47. () 哪個構造是一層半透明薄膜，會傳遞聲音？
(A)甲 (B)乙 (C)丙 (D)丁。
48. () 承上題，此構造是？(A)耳蝸 (B)三小聽骨 (C)耳咽管 (D)鼓膜
49. () 可以平衡耳朵內外壓力的構造為？
(A)耳蝸 (B)三小聽骨 (C)耳咽管 (D)鼓膜
50. () 聲音的傳遞過程中，不會經過哪一個構造？
(A)甲 (B)乙 (C)丁 (D)戊。



本試題卷結束