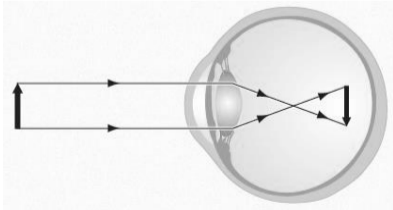


臺北市立瑠公國中 107 學年度第一學期 七年級健康教育科 期末 補考卷

※本次測驗為單一選擇題，共 25 題每題 4 分，總分 100 分，採電腦閱卷，請務必使用 2B 鉛筆作答，依題號 將正確答案劃記在答案卡上！

單一選擇題

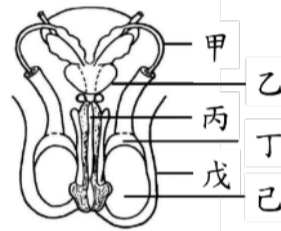
- 01 () 下列對健康的定義，何者錯誤？ (A)生理的健康是最根本且最重要的 (B)達到生理、心理與社會的安寧且平衡才是健康 (C)心理健康會影響生理健康 (D)社會健康較難從個人控制但也不得忽略。
- 02 () (甲) 嬰兒期、(乙) 兒童期、(丙) 青春期、(丁) 成年期，何者是生長發育較快的時期？ (A)甲、乙、丙、丁 (B)甲、乙、丙 (C)甲、乙、丁 (D)甲、丙。
- 03 () 瑞恩平日身體狀況良好，但偶爾會感冒。下列何者符合瑞恩的健康狀況？ (A)瑞恩的健康情況不佳 (B)是心理因素導致的健康失衡 (C)健康狀況是動態的，隨時在變動 (D)健康是可絕對區分的，罹患感冒就是不健康。
- 04 () 健康教育課時，同學們針對人體構造進行發言，請問何人的概念正確？ (A)佑雨：「多數的人體器官位於胸腔。」 (B)于寧：「胸腔、腹腔與脊髓腔屬於背側體腔。」 (C)燕璋：「顱腔並不屬於腹側體腔。」 (D)運全：「屬於人體消化系統的器官多位於骨盆腔。」
- 05 () 下列有關人體構造的敘述，何者錯誤？ (A)人體外觀以脊柱為中心，左右對稱 (B)外型可分為頭、頸、軀幹等三個部分 (C)以堅固的骨骼為支架 (D)以橫膈膜畫分胸腔與腹腔。
- 06 () 下列有關健康檢查標示符號的意義，何者正確？ (A)健檢結果的符號為負號(-)表示「陰性、沒有」，完全不需擔心健康狀況 (B)健檢結果的符號為正號(+)則表示「陽性、有」，需安排更仔細的檢查 (C)負號的數量越多，即表示健康狀況越差 (D)正負號數量可相互抵消。
- 07 () 下圖是伯程的眼睛成像圖。請問：伯程應該如何矯正？ (A)點眼藥水 (B)接受眼內手術 (C)配戴凸透鏡 (D)配戴凹透鏡。



- 08 () 下列有關潔牙的敘述，何者正確？ (A)若時間緊迫，可透過漱口水取代刷牙 (B)為有效預防牙周病，應先用牙刷再用牙線 (C)配戴牙套的同學可用牙間刷清潔牙齒 (D)貝氏刷牙法強調牙刷與牙齒位置要成 35 度角。

班級：七年 班 號 姓名： _____

- 09 () 下列有關個人衛生的敘述，何者正確？ (A)個人衛生的執行狀況影響自身健康，並不會對他人造成影響 (B)隱形眼鏡的清潔與消毒屬於個人衛生的一部分 (C)國人孩童的口腔狀況較全球佳，表示口腔保健的個人衛生落實成效不錯 (D)個人衛生取決於自身信念，與環境因素並無關聯。
- 10 () 下列何者是造成牙周病最主要的原因？ (A)牙周病毒 (B)大腸桿菌 (C)金黃色葡萄球菌 (D)牙菌斑。
- 11 () 根據下圖男性生殖器官的代號，下列敘述何者正確？



- (A)丁的功能為分泌男性荷爾蒙
(B)精子在己成熟並儲存於此
(C)乙的功能與精液形成有關係
(D)精液形成並排出體外的路線為：丁→己→甲→乙→丙

- 12 () 下列男性生殖器官和者並非成對存在於人體？ (A)副睪 (B)精囊 (C)攝護腺 (D)輸精管。
- 13 () 下列關於女性月經週期的照護方法何者最為適當？ (A)可以自行服用止痛藥舒緩經痛 (B)可在洗澡的時候泡熱水澡舒緩疼痛感 (C)喝富含鐵質的熱紅豆湯是舒緩經痛的方法 (D)避免造成腹部更加疼痛，生理期時應避免活動。
- 14 () 班上的男生們聚在一起討論男性青春期的變化，討論內容如下。請問有幾個人概念是正確的？ (A)一人 (B)兩人 (C)三人 (D)四人。

阿瑠：「包皮清潔若未確實則會導致發炎。」
小公：「進入青春期的男性就應該去割包皮。」
大國：「夢遺又稱夜間遺精，和月經一樣具週期性。」
小中：「沒有夢遺代表精液形成的過程出現問題，應盡速就醫。」

- 15 () 下列何者為肯定自我的正向想法？ (A)接納自己，認為每個人都有價值 (B)因為自己的缺點而自我貶損，感到自卑 (C)遇到挫折時怪東怪西、怨天尤人以找到解決方案 (D)特別彰顯自己的優點並奮力表現以突顯自己的卓越。
- 16 () 膳食纖維可以促進腸的蠕動與幫助排便，下列哪些食物含有最多的膳食纖維？ (A)燕麥、芹菜 (B)豬肝、牛肉 (C)西瓜、雞蛋 (D)蝦仁、馬鈴薯。

- 17 () 下列有關消化器官功能的敘述，何者正確？
 (A)小腸吸收完食物殘渣，最後形成糞便 (B)胃部具有分解食物的作用 (C)大腸兼具有消化及吸收的功能 (D)氣管屬於消化器官。
- 18 () 營養素與人體生命的延續關係密切，下列敘述何者正確？ (A)水不是營養素的一種 (B)營養素不會影響人的情緒 (C)若只少了一種營養素，對身體機能不會有影響 (D)促進腸部蠕動的膳食纖維屬於醣類。
- 19 () 下列何者無法促進消化系統健康？ (A)維持規律進餐、定時定量的好習慣 (B)增加刺激性強的辛辣食物，刺激腸胃道蠕動 (C)適量攝取水分、多吃高纖蔬果，幫助食物消化 (D)學習與壓力共處，找到一套可以自我放鬆的方式。
- 20 () 下列關於鐵質的敘述，何者錯誤？ (A)是血紅素的主要成分 (B)青春期女生較男生需要補充鐵質 (C)可以幫助血液輸送二氧化碳 (D)青春期因為肌肉量的增加，對於鐵質的需求量也會隨之增加。

閱讀測驗一、請閱讀下列文章及資訊並回答第 21 題

非洲豬瘟介紹

非洲豬瘟是由病毒引起的一種高度傳染性之惡性豬隻疫病。發病豬隻，特徵為發高熱及皮膚呈現紫斑點，全身內臟的出血，尤以淋巴結，腎臟和腸粘膜最明顯。

非洲豬瘟雖造成家豬及野豬的急性、惡性傳染病，所有品種和年齡的豬均可能感染，但不會感染人，我國經屠宰衛生檢查合格的豬隻，豬皮均蓋有檢查合格標誌供消費者辨識，消費者在市場購買豬肉時，只要注意選擇蓋有合格印的豬肉，食用安全無虞。

(資料來源：行政院農業委員會 動植物防疫檢疫局)

- 21 () 近日來非洲豬瘟事件備受關注，瑠公國中的七年級學生們針對此議題與這學期健康教育課程所學內容進行連結。請問：何人概念較為正確？
 (A)志祥：「會被非洲豬瘟感染的腎臟與腸，位於人體的腹腔。」 (B)君豪：「非洲豬瘟的感染會對我們的生理健康造成威脅。」 (C)果鴻：「非洲豬瘟事件可能會影響人們的心理健康。」 (D)怡璇：「印上檢驗合格標章的豬皮主要提供六大類營養素中的醣類。」

閱讀測驗二、請閱讀下列文章及資訊並回答第 22-23 題

資訊一、青春的象徵？！—青春痘

身體的組織，在成長過程中由於內分泌的關係，引起油脂腺大量分泌，在排泄不了的時候，油脂腺會發生阻塞，如果這個時候，剛好有細菌在這裡滋生，我們的體內就派來了殺菌的白血球來到這個「災區」，於是就形成了「發炎」。這個發炎的區域，被賦予一個很詩情畫意的名字：它叫「青春痘」。青春痘，正式名稱是「痤瘡」，其形成與遺傳、個人衛生習慣或荷爾蒙分泌有關。

資訊二、痘痘貼有效嗎？

長滿青春痘的小豪在藥妝店看到了「痘痘貼」商品，包裝上的說明標榜著使用痘痘貼，就可以讓痘痘自然消除，而且不會留下疤痕。小豪滿心期待痘痘會自己消除，連續幾天都貼著痘痘貼。結果反而發現，青春痘的地方越來越紅腫，並沒有消退的感覺，這樣的結果讓他感到很困惑，難道這個商品是騙人的嗎？

痘痘貼把痘痘與外界阻隔開來，成分是水楊酸、消炎止痛藥等，達抑菌的效果，但並沒有抗生素成分，並無法殺菌。而使痘痘發炎的痤瘡桿菌是厭氧性細菌，在覆蓋上痘痘貼的封閉缺氧環境中恰好會加重發炎，使分泌物無法順利排出。所以，如果真的要使用痘痘貼的話，需先將痘痘內部清潔處理乾淨後再使用，而且要適時地更換，才能夠達到隔離保護、幫助皮膚不留疤的功效。

(資訊來源：衛生福利部 國民健康署 青少年網站)

- 22 () 根據文章對於青春痘的敘述，下列選項何者最為正確？ (A)青春痘成因可歸類為影響健康因素中的「生物因素」與「生活型態」 (B)因痤瘡只會發生於青春期，所以又被稱為青春痘 (C)青春痘是因為受到痤瘡病毒的感染而形成 (D)水楊酸能夠有效抑制痤瘡病毒的生長。
- 23 () 為什麼小豪使用痘痘貼後，青春痘不但沒有減少，反而更加紅腫發炎？ (A)因為他太急著想要成效，只要持續貼下去痘痘自然會消腫 (B)因為他沒有做好皮膚的清潔，也沒有適時更換痘痘貼 (C)因為他沒有買到含有抗生素的痘痘貼，所以才沒有達到預期的效果 (D)因為他沒有確實將痘痘與空氣阻隔，反而讓空氣中的病菌持續汙染原本的發炎處。

閱讀測驗三、請閱讀下列文章及資訊並回答第 24-25 題

六大類食物	成人版	青少年版
汗損處一	1.5-4 碗	2.5-5 碗
乳品類	1.5-2 杯	1.5-2 杯
汗損處二	3-8 份	4-12 份
蔬菜類	3-5 碟	3-6 碟
水果類	2-4 份	2-5 份
油脂與堅果種子類	油脂 3-7 茶匙及堅果種子一份	油脂 4-7 茶匙及堅果種子一份

(資料來源：衛生福利部國民健康署)

- 24 () 請問：表格中的汗損處一與汗損處二分別該填入？ (A)全穀雜糧類；豆魚蛋肉類 (B)澱粉類；蛋白質類 (C)五穀雜糧類；豆魚蛋肉類 (D)五穀雜糧類；肉魚豆蛋類。
- 25 () 依據每日飲食指南規範，下列敘述何者正確？ (A)成人與青少年的飲食指南規範相同 (B)成人體型較青少年大，所以需要較多油脂提供能量 (C)建議青少年比成人攝取更多的蛋白質 (D)建議成人比青少年攝取更多的澱粉。

【恭喜你完成健康教育測驗，請再檢查一次！】