

臺中市立至善國中 112 學年度 8 年級 健康與體育(健康)補行評量 題庫

一、單選題：每格 4 分、共 100 分

- ( D ) 1. 以下有幾項可能是致癌因素？  
(甲)空氣汙染  
(乙)常吃油炸食物  
(丙)均衡飲食  
(丁)經常酗酒  
(戊)吃來路不明的減肥藥  
(己)經常熬夜  
(A)2 項 (B)3 項 (C)4 項 (D)5 項
- ( D ) 2. 下列有關腦中風的敘述，何者錯誤？  
(A)腦部血管無法承受血壓破裂或血栓堵塞血管  
(B)可能造成肢體癱瘓、語言障礙等暫時或永久的傷害  
(C)若有肢體麻木、眼神呆滯等症狀應迅速就醫  
(D)為老年人專有疾病，年輕人無須在意
- ( B ) 3. 每日均衡飲食是預防心血管疾病的重要方法，尤其要遠離「三高」食物。請問以下哪一項不屬於「三高」食物？  
(A)高鹽 (B)高纖 (C)高糖 (D)高脂
- ( C ) 4. 文曜在健康課學會量血壓的方法後，就常幫家人量血壓，他發現爸爸的收縮壓 130mmHg、舒張壓 90 mmHg，請問阿本的爸爸血壓是否異常？  
(A)否，收縮壓和舒張壓合乎標準值 (B)否，收縮壓和舒張壓只超過標準值一些沒關係 (C)是，收縮壓和舒張壓異於標準值 (D)是，收縮壓異於標準值，舒張壓數值正常
- ( A ) 5. 日本健康長壽專家日野原重明，建議將「成人病」的慢性病改成「生活習慣病」，其原因為何？  
(A)慢性病成因與個人生活習慣有關，包括不良飲食習慣、運動不足、抽菸、喝酒的成癮行為等  
(B)慢性病發病情況過於頻繁，與一般生活習慣相同  
(C)得到慢性病無藥可醫，只能像生活習慣一樣共存  
(D)只有生活習慣不佳的人，才會罹患慢性病
- ( D ) 6. 關「冠心病」可能的症狀敘述，何者正確？  
(A)呼吸困難 (B)胸悶、胸痛 (C)心律不整 (D)以上皆是
- ( D ) 7. 如果出現「三多一少」的症狀就必須注意，很有可能罹患了糖尿病，而「三多」指的是？  
(A)吃多 (B)喝多 (C)尿多 (D)以上皆是
- ( C ) 8. 下述疾病中，何者為衛福部公佈的臺灣十大死因第一名？  
(A)肺炎 (B)糖尿病 (C)惡性腫瘤(癌病) (D)結核病
- ( D ) 9. 下列哪一個方法不能防止成為詐騙集團的肥羊？  
(A)接到電話或訊息時應該冷靜、仔細的判斷 (B)要再進行查證，不要全盤相信對方 (C)來路不明的連結不要點開 (D)為了確認資料是否正確，可提供對方住址、身分證字號等資料
- ( C ) 10. 破解同學帳號密碼，並取得他的隱私照片，可能會觸犯什麼罪？  
(A)誹謗罪 (B)妨害風化罪 (C)妨害電腦使用罪 (D)散布猥褻物品罪
- ( D ) 11. 交通安全 4 大守則中的「謹守安全空間」，指的是什麼？  
(A)不做沒有把握的交通行為 (B)猶豫時最好的做法是等待 (C)等確認安全無虞時再行動 (D)以上皆是
- ( B ) 12. 由於腎臟病初期無明顯的症狀，因此要經常自我檢視身體的危險訊號。下列哪幾項為腎臟病的危險警訊？  
(甲)小便時有泡沫久久不散  
(乙)耳鳴  
(丙)下肢或眼皮有水腫  
(丁)高血壓  
(戊)咳嗽  
(己)無原因的貧血  
(庚)常感疲倦和無力  
(A)甲乙丙丁戊 (B)甲丙丁己庚 (C)乙丙戊己庚 (D)甲丁戊己庚
- ( C ) 13. 腦中風的人發病前可能會有些症狀，可運用 FAST 原則來檢測。以下 FAST 的說明何項錯誤？  
(A)F 是 Face，請患者微笑，觀察臉部表情是否不對稱 (B)A 是 Arm，患者兩手平舉，若其中一手無力下垂便要注意 (C)S 是 Speed，請患者快速走路，觀察速度夠不夠快 (D)T 是 Time，若有其中一項症狀，要立即就醫並記下發病時間
- ( B ) 14. 道路是公共空間，以下哪些做法可維護所有路人的權利與安全？  
(甲)行人過馬路時，即使是在行人穿越道上也要快速通行  
(乙)即使馬路上沒有設置自行車專用道，我們也不該在人行專用道上騎腳踏車  
(丙)為了小孩安全，臨停在公車專用區等待他們放學，是可被接受的  
(丁)大型車輛停等紅綠燈時，不可占用機車等待區  
(A)甲乙丙 (B)甲乙丁 (C)乙丙丁 (D)甲丙丁
- ( D ) 15. 健康課時，俊傑與小雪一邊填寫家庭健康樹了解家族疾病史，一邊討論疾病的類型和問題。請問俊傑與小雪的概念正確嗎？  
俊傑：我的家族疾病是糖尿病，糖尿病有遺傳可能，所以我一定會罹患糖尿病。  
小雪：不會啦！老師說過慢性病的成因有不可改變和可改變的因素，遺傳基因雖然無法改變，但可改善飲食和生活習慣，也可預防糖尿病。  
(A)兩人皆正確 (B)兩人皆錯誤 (C)俊傑正確 (D)小雪正確
- ( D ) 16. 下列何者屬於網路中不當的人際互動方式？  
(A)用髒話對朋友留言 (B)創假帳號冒充別人 (C)要求對方傳私密照片 (D)以上皆是

- ( A )17.下列哪一位同學屬於健康上網的行為？  
(A)阿德在網路上填寫資料前，會詳細了解用途與目的，再評估是否填寫 (B)小泉在網路上找到許多 18 禁的動漫，還和好朋友分享 (C)小梅完成了通訊軟體中用刀片在手臂刻字的挑戰，並點名好友參加 (D)阿布習慣在網路上買便宜的減肥藥，來達到減重目標
- ( D )18.當看到霸凌或遇到了被霸凌的情況，你可以採取什麼做法？  
(A)用身邊的物品保護自己 (B)冷靜的離開現場 (C)告訴學校老師事情的經過 (D)以上皆是
- ( A )19.交通安全 4 大守則中的第一項為「看見你我才安全」，請分析以下情境，哪一項不符合這個守則的內容？  
(A)李千喜歡穿著黑色衣褲，即使晚上外出也不例外 (B)僑語穿越行人穿越道前，都會再確認有無來車 (C)貴均騎車經過學區時，會放慢速度注意行人 (D)鴻義遇到大型車輛會特別注意，避免在對方的視線死角範圍
- ( C )20.下列哪幾項為常見的癌症危險訊號？  
(甲)糞便為血便  
(乙)乳房出現不正常的硬塊  
(丙)維持標準體重  
(丁)長期咳嗽或咳痰有血  
(戊)腹部腫脹或體重突然減輕超過一成  
(A)2 項 (B)3 項 (C)4 項 (D)5 項
- ( B )21.以下何者並非預防糖尿病的好方法？  
(A)均衡飲食 (B)多喝全糖珍珠奶茶解渴 (C)規律運動 (D)控制理想體重
- ( A )22.老華常感覺口渴、容易餓，而且尿又排的多，請問他可能得了什麼病？  
(A)糖尿病 (B)腎臟病 (C)心臟病 (D)癌症
- ( D )23.先天性的糖尿病是哪一種腺體分泌激素不足所引起的？  
(A)腦下垂體 (B)甲狀腺 (C)腎上腺 (D)胰臟
- ( A )24.高血壓被稱為「沉默殺手」，是因為初期症狀不明顯，以下何者不是高血壓的症狀？  
(A)黃疸 (B)耳鳴 (C)肩頸痠痛 (D)視力下降
- ( D )25.除了防止被詐騙外，下列哪些方法也能避免成為詐騙集團的幫兇？  
(A)不隨意提供個人證件 (B)不出借個人金融帳戶 (C)不聽從他人指示操作 ATM (D)以上皆是