

113 學年度四技二專第二次聯合模擬考試

衛生與護理類 專業科目(二) 詳解

113-2-10-5

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
B	D	B	D	C	B	C	D	A	C	A	B	A	C	C	A	C	C	B	A	D	A	B	D	A
26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
B	C	D	A	C	C	B	A	C	D	D	B	A	B	B	B	A	D	D	C	D	A	D	A	C

- ③腰痠是因為隨著孕期子宮的增大，腰椎到薦椎的彎曲度增加所致；腿部抽筋是因為鈣磷比例不平衡所致
④真陣痛：陣痛由開始的不規則漸漸變為規則，隨著產程進展，陣痛越來越密，持續時間及強度都漸增加，且不會因為按摩或走動而減輕疼痛，子宮頸逐漸擴張
- (A) 1993 年老年人口占 7%，成為高齡化社會
(B) 2018 年老年人口占 14%，邁入高齡社會
(C) 預估 2025 年老年人口 > 20%，與日本、南韓等國家同為超高齡社會
- ①少吃加工食品，以天然食物、原型食物為主
②老年人可以自行進食時，應鼓勵其自行進食
⑥為維護老年人的居家安全，整體家居環境的光線宜適中
- ①第一產程為開始陣痛至子宮頸口全開時，其寬度約為 10 cm，平均需要 18~24 小時，時間因人而異，是耗費產婦最多時間的階段。陣痛時，採取側臥，張口做腹式深呼吸，盡量放鬆腹部肌肉，並使全身肌肉鬆弛。陣痛過後，改以最舒適的姿勢作普通方式呼吸以利休息
②第一產程是指真陣痛開始至子宮頸口完全擴張為止
④第三產程為胎盤開始與子宮壁分離，至胎盤完全娩出為止，平均約 0.5 小時
- (C) 產後身體會產生兩個重要的賀爾蒙，幫助乳汁分泌。當寶寶吸吮乳房時，首先是透過乳頭神經傳導刺激「腦下垂體」，分泌「泌乳激素」，經過血液抵達乳房，促進乳腺細胞分泌母乳；泌乳激素在產後第一週效果最好，所以產後應盡早開始頻繁的餵奶或是以手擠奶頻繁刺激乳房，提高泌乳激素刺激乳腺分泌乳汁的能力。再者透過神經傳導刺激「腦下垂體」分泌「催產素」，經過血液抵達乳房，刺激乳腺管周圍皮膚細胞，讓肌肉收縮，乳汁順暢流出，稱為「催產素反射」或「排乳反射」；催產素明顯受到心情的影響，媽媽心情愉快、獲得家人支持等正面情緒，「愛的賀爾蒙」催產素分泌會增加，乳汁就會順暢流出
- (A) 意識狀態清楚時就應預立指示，以供意識不清時的醫療依據
(C) 情緒的處理必須面對它、接受它、處理它、放下它
(D) 出現否認或憤怒的情緒時，給予陪伴及聆聽
- (C) 《安寧緩和醫療條例》適合用於末期病人及 18 歲以上具完全行為能力者
- ①在自然的情況下，受精的位置在輸卵管外側 $\frac{1}{3}$ 處
- ④羊膜穿刺可以檢查胎兒染色體是否異常，適宜在孕期 16~18 週檢查；建議 34 歲以上高齡孕婦、超音波檢查異常、曾生育先天異常胎兒及有家族有遺傳疾病的準媽媽、或早期唐氏症篩檢結果屬於高風險族群等，可以做這項檢查
⑤懷孕初期因賀爾蒙的變化易有噁心、孕吐的狀況，建議少量多餐、注意飲食均衡，飲食應採清淡少油膩避免味道重的食物
- ③第二孕期(13~29 週)為胎兒發育快速時期及器官發育成長重要階段，有明顯的胎動
④第二孕期(13~29 週)，胎兒聽得到外界的聲音；輕輕拍打孕婦肚皮時，胎兒會有反應，此時與寶寶說話、聽音樂等都是好的胎教
- (A) 產後個人衛生，須注意會陰部沖洗及產墊更換，保持陰部乾燥；勿用盆浴或陰道內灌洗，以避免細菌感染；多按摩下腹部可以促進子宮收縮，以利惡露排出
(B) 產後飲食應均衡並含高蛋白質、維生素、礦物質以利組織修復。避免刺激性、不易消化、油膩的食物，如太辣、太腥、菸酒、濃茶、咖啡等
(D) 產後只要能夠注意保暖防風，在不造成體力負荷的情況下，洗澡、洗頭、外出等，基本上對產後的復原不會造成太大的問題
- ①應均衡攝取六大類飲食，並含高蛋白質、維生素、礦物質以利組織修復。多攝取高纖維食物避免便秘，如蔬菜、水果、燕麥、糙米
②產後選擇合適運動可增加腹肌收縮，促進子宮收縮
④產後多攝取湯品和水分可增加乳汁的分泌
- ②對時間、地點感到混淆：在住家附近迷路，找不到回家方向
⑤計畫事情或解決問題出現困難：較難專心，需更多的時間處理熟悉的事務
- (A) 喘息服務：由照顧服務員到家中、機構或日間等不同場域提供失能者照護，減輕照顧者的壓力
- ③不穿免洗衣物，減少拋棄式垃圾
④優先選擇綠色餐廳，吃多少、點多少，並自備環保杯筷
⑤拒絕一次性用品，減少拋棄式垃圾
- (C) 正確規律的刷牙，每日至少用含氟量 1350 ppm 的牙膏刷牙 2 次，其中一次是在睡前，每次刷牙至少 2 分鐘，是維持口腔健康的方法之一
- (A) 減量消費：避免購買不用的產品，減少資源的浪費
- (A) 選擇有利促進健康的生活方式，如支持有機農業、多吃蔬菜、少吃加工食品

- (B) 崇尚減碳與節能，以及食衣住行的生活實踐
(D) 關心環保與環境永續議題，如關心再生能源、選用二手用品
18. 交往約會四階段：(1) 團體活動、(2) 小團體、(3) 單獨約會、(4) 固定對象
(1) 團體活動：藉由團體活動來認識彼此，例如班級出遊、社團活動
(2) 小團體：邀請幾位興趣相投的朋友約 3~6 位一起出遊
(3) 單獨約會：單獨的邀約，彼此是一種「朋友關係」，可以增加互動，讓彼此有更多的機會了解彼此
(4) 固定對象：俗稱「戀愛」，是一種不斷加深互動深度的關係，彼此已經是「男女朋友關係」
19. (A)(C)(D) 抑制排卵
(B) 干擾受精卵著床
20. ③未曾哺餵母乳者
④停經過晚(>55 歲)為罹患乳癌的高危險族群
21. (A) 為性別角色
(B) 為性別認同
(C) 為性傾向
22. ③包皮過長並不影響生殖器官發育，也無礙性功能，只要適度清潔、沒有發炎等情形，且不影響排尿或勃起，就不需要割除
④穿緊身褲可能造成陰囊溫度上升導致不孕
⑥自慰是一種安全的自我性愛行為，可以暫時緩解性衝動，無須有罪惡感或自責。但需要注意衛生和安全
23. ①屬承諾
④屬激情
24. ②女性檢查的時機為每個月月經結束後一週內，停經的女性則每個月固定一天即可
④食、中、無名指三指指腹
25. (B) 心理層面：愛情、愛與歸屬感
(C) 社會層面：性別角色、責任、婚姻
(D) 生理層面：性行為、生理、性器官
26. ①週期 < 20 天，> 45 天；經期 > 7 天，< 3 天；經血量多天數超過 2 天；血塊多且大，1~2 小時一般型衛生棉會濕透，都屬於月經異常的範圍，若持續超過 3 個月，應就醫診治
③維持陰道弱酸的環境，應減少陰道內清潔劑清洗
27. (A) 彼此信任：分享喜怒哀樂，累積彼此信任感；多給予對方關心與陪伴，讓對方安心而更加信賴
(B) 關係平衡：尊重彼此、有個人空間，以雙方都可以接受的方式展現自己
(D) 無條件接納：面對對方的優缺點能坦然接受，真心對待
28. (A) 口服避孕藥的避孕原理為抑制排卵
(B) 哺乳中、家族有血栓病史、嚴重肥胖、高膽固醇、35 歲以上及吸菸者不宜
(C) 若遺忘超過 3 天，其避孕效果就不好，若期間有性行為需合併其他避孕方式使用
29. (B) 人工流產應於懷孕 24 週內實施，懷孕的週數即從最後一次月經來的第一天算起
(C) 經醫師處方搭配前列腺素促使子宮收縮達到終止懷孕的目的
(D) 子宮內灌注前列腺素為 12~24 週引產
30. ①兩情相悅下發生性行為，未滿 14 歲為公訴罪、14~16 歲為告訴乃論
④「only Yes means Yes」強調性主動的一方有責任確認對方在「完全清醒」的狀態下「同意」性行為，而不是用「沒有說『不』」就等於願意」的模糊態度侵犯他人
31. 正向衝突處理協商步驟：(1) 確認衝突點：覺察情緒，了解情緒背後的原因及需求，(2) 重視衝突的結果，(3) 重新理性溝通表達需求：表達情緒及原因；用心聆聽表達善意；釐清差異、建立共識，(4) 為愛存款：包容缺點、表達感謝、愛的語言等
32. ②潛伏期可達 5~10 年
③免費匿名篩檢：暴露危險行為 6~12 週後，至愛滋病指定醫院或機構進行篩檢
33. (A) 300 大卡/100 公克，本包 75 公克，故熱量為 $300 \times 0.75 = 225$ 大卡
34. (A) 每日至少運動 30 分鐘，運動後補充攝取適當熱量，可以適當增加體重
(B) 需要增重者，規劃飲食勿以垃圾食物或高熱量、高糖、高脂食物增加熱量
(D) 補充足量的蔬果、全穀雜糧食物及瘦肉，均衡飲食
35. (D) 使用平板或手機眼睛與螢幕的角度採平俯視 10~15 度
36. ②《藥害救濟法》目前僅適用「西藥製劑」的使用
④一般診所、衛生所屬基層醫療，提供民眾第一線醫療與預防保健服務
37. ① $BMI = 70 \div 1.7^2 \div 24.2$ (體重過重：BMI ≥ 24)
②減重 1 公斤需消耗 7700 大卡，每週減重 0.5~1 公斤為宜
④切勿訂出不切實際的目標，可能會因為無法負擔而放棄
38. ①殘留的農藥、食品添加物、環境賀爾蒙及重金屬汙染，對健康所造成的危害屬於化學性的風險危害
③《健康食品管理法》規定，健康食品之標示或廣告，不得涉及醫療效能的內容
39. ②麻疹主要透過空氣或飛沫造成傳染
③腸病毒為食物或飲水傳染；伊波拉病毒為接觸傳染
40. (A) 防疫社交距離，室內應保持 1.5 公尺；室外保持 1 公尺距離
(C) 為配合傳染病防治政策，經醫師診斷為通報傳染病時，應實施「自主健康管理」，在家休息不要上課，直到退燒及症狀緩解至少 24 小時，才能返校上學
(D) 盡量避免非必要的外出，外出時請全程佩戴口罩
41. (B) 使用含次氯酸鈉成分的漂白水，以 1:50 稀釋漂白水(1000 ppm)，可用於家具、廚房等一般環境的消毒；浴室、馬桶表面的消毒則使用以 1:10 稀釋的漂白水(5000 ppm)
42. (B) 患者持續且規律接受用藥 6 個月以上大多數的患者可以完全治癒
(C) 衛福部疾管署實施「限制傳染性肺結核病人搭乘大眾航空器出國(境)」，要求「開放性肺結核病患」，不得搭乘 8 小時(含)以上飛機
(D) 開放性肺結核才具有傳染性

43. (D) 子宮頸癌篩檢：30 歲以上婦女，每 3 年應至少接受 1 次子宮頸抹片檢查
44. ①高血壓初期沒有明顯症狀，若未有定期量血壓的習慣，不知情的比例高，被稱為「沉默的殺手」
③近年來，國內青少年主要的死因中癌症位居第三名
⑤糖尿病患者若血糖沒有控制好，病情隨發病時間加重，血糖逐漸升高才會有三多(多吃、多尿、多喝)、疲勞、體重減輕、視力模糊、陰部搔癢等症狀出現
45. (C) 烹調時應選擇植物性油，例如：橄欖油、苦茶油、芥花油、葵花油等，含有不飽和脂肪酸，能提高體內 HDL，是好的膽固醇，有保護血管功能。而椰子油或棕櫚油是屬於植物性飽和脂肪酸，會提高體內 LDL 是壞的膽固醇，會造成血管阻塞或硬化
46. ①流感病毒共分 A、B、C、D 型四類病毒，其中 A 型、B 型流感病毒容易引發季節性流行
②A 流感病毒使用 H 和 N 縮寫表示不同亞型，例如 H1N1、H5N1 等
⑤一般感冒以呼吸道局部症狀為主，少發燒，僅體溫些微升高
47. ③環境因素：減少製造廢棄物並做好處理
④維持與他人及環境的和諧關係，為社會層面的健康狀態
48. ①均衡攝取六大類飲食，遵守三低一高的飲食原則低脂、低鹽、低糖、高纖
③《黃帝內經》提出十二時辰「經絡循環」的概念，即不同時辰對應不同經脈，生活作息應規律且順天應時，晚上 11 點應準備就寢，才能促進健康
④睡眠時間 7~8 小時最合宜，若睡眠不足會導致代謝異常，如葡萄糖耐受性降低、胰島素敏感度變差、夜間可體松濃度增加等
49. 代謝症候群判定標準為(1) 腹部肥胖：男性的腰圍 ≥ 90 cm (35 吋)、女性腰圍 ≥ 80 cm (31 吋)。(2) 血壓偏高：收縮壓 ≥ 130 mmHg 或舒張壓 ≥ 85 mmHg。(3) 空腹血糖偏高：空腹血糖值 ≥ 100 mg/dL。(4) 空腹三酸甘油酯偏高： ≥ 150 mg/dL。(5) 高密度脂蛋白膽固醇偏低：男性 < 40 mg/dL、女性 < 50 mg/dL。以上五項組成因子，符合三項(含)以上即可判定為代謝症候群
50. (C) 「R」(Realistic)實際可行