

- 小楷是高一新生男同學，入學時做了新生健康檢查，下列哪一項報告是異常？  
(A) SGOT：30 u/l (B) 空腹血糖：105 mg/dl  
(C) 血紅素：15 g/dl (D) 尿酸：3.5 mg/dl
- 衛生福利部國民健康署在 2018 年出版的「全民身體活動指引」中建議青少年身體活動指引，下列敘述何者**不正確**？  
(A) 每週累積運動時間 420 分鐘以上  
(B) 若無法一次完成運動時間也可以累積來達成，但每次至少 10 分鐘  
(C) 青少年可以進行的有氧適能活動類型，如快步走，但每次至少需維持 30 分鐘以上  
(D) 每天的身體活動中應該包括中等費力及費力的有氧適能活動，而費力的部分應該達到每週至少三天
- 對食物的選擇，可以應用營養密度高低作為考量，有關營養密度的敘述，下列何者正確？  
(A) 傳統豆腐營養密度高於油豆腐值  
(B) 蔬菜類及水果是營養密度低的食物群  
(C) 選擇食物時，盡量選五花肉代替里肌肉，以符合健康營養密度  
(D) 營養密度 =  $\frac{\text{熱量(卡路里)}}{\text{營養成分(公克)}}$
- 產婦在生產過程中消耗許多體力，生產後需要好好休養身體。在產後日常生活照顧上，下列何者**不適當**？  
(A) 盡早下床活動，可以加速子宮恢復  
(B) 定時按摩子宮增進宮縮  
(C) 勿盆浴，避免細菌入子宮內  
(D) 可以陰道灌洗，以協助清理惡露
- 產婦生產後，盡可能鼓勵餵食母乳，有關餵母乳好處有哪些？  
①母乳中的 A 型免疫球蛋白，可增強寶寶免疫力  
②母乳中含 DHA，有助寶寶腦部發育  
③餵母乳會刺激分泌催產素，有助產後子宮收縮  
④餵母乳有助於消耗過多的脂肪堆積  
⑤使乳腺通暢，降低乳癌的發生  
(A) ①②③④ (B) ①②④⑤  
(C) ②③④⑤ (D) ①②③④⑤
- 目前政府推動長照 2.0，為了實現在地老化，提供從支持家庭、居家、社區到住宿式照顧之多元連續服務，普及照顧服務體系，有關政策相關資訊，下列何者正確？  
(A) 長照服務體系分為 A、B、C、D 四級  
(B) A 級單位：為失能者擬定照顧服務計畫及連結或提供長照服務，實施場域只能在醫院  
(C) B 級單位：專責提供長照服務，如：居家服務、日間照顧、交通接送、喘息服務等  
(D) C 級單位：是複合型日間照顧，提供共餐服務、預防及延緩失能服務、臨時托顧等。實施場域衛生所、日間托老據點
- 聯合國及 WHO 定義 65 歲以上的老年人為高齡者，臺灣 2018 年也正式邁入高齡社會，WHO 在 2016 年第一份《老化與健康報告》指出什麼是健康老化，下列何者**不正確**？  
(A) 要免於病痛  
(B) 老化有心靈情緒是正常的，僅需要留意身體健康  
(C) 要維持身體功能，不失能、不失智  
(D) 擁有活躍社交生活

8. 產婦在接近預產期時，若出現生產徵兆，需及時就醫，產兆不包括下列何者？  
 (A) 少量出血，伴隨大量黏液 (B) 陰道持續流出液狀羊水  
 (C) 小便次數增加 (D) 5~10 分鐘規則性陣痛或下腹緊縮
9. 檢驗是否懷孕，可由血液或尿液中檢驗人類絨毛膜促性腺激素(hCG)，呈現陽性反應就可知懷孕，最快可以在月經延後幾天檢驗？  
 (A) 1-3 天 (B) 4-6 天 (C) 7-10 天 (D) 11-14 天
10. 有關「失智症」警訊，下列何者正確？  
 ①記憶力減退到影響生活 ②無法勝任原本熟悉的事物  
 ③有困難理解視覺影像和空間關係 ④胃口變差  
 ⑤活動力增加 ⑥情緒與個性的改變  
 (A) ①②③④ (B) ①②③⑤ (C) ①②③⑥ (D) ①②④⑤
11. 有關胎兒在子宮內發育，各階段發育情形，下列何者不正確？  
 (A) 12 週的胎兒已初具「人」形，五官、四肢、生殖器官已發育  
 (B) 胎兒第 16 週開始吞嚥反射及吞飲羊水  
 (C) 胎兒在 32 週後身體轉為頭下腳上的姿勢，準備生產姿勢  
 (D) 孕婦在 14 週開始就可感覺到胎動
12. 安寧療護是協助重症末期病患緩和疼痛與不適，有關安寧療護五全照顧，下列敘述何者不正確？  
 (A) 全人照顧：就是身、心、靈的整體照顧  
 (B) 全隊照顧：包括醫師、護理師、社工師、志工、心理師、宗教人員等  
 (C) 全程照顧：從病人接受安寧療護一直到病人死亡，都需要照顧，但不涉及家屬的悲傷輔導  
 (D) 全社區照顧：由醫院推展到社區的安寧服務

▲閱讀下文，回答第 13-15 題

阿謙和阿澤是高三學生，放學後兩人騎腳踏車要回家，前面有路人突然倒地，在近馬路中央，面容灰白及出汗，沒多久患者昏迷，也沒有呼吸心跳了，阿謙和阿澤兩人很緊張，想到學校有學過 CPR，但又擔心技術不夠熟練，但阿謙又想到學校曾教過〈緊急醫療救護法〉有規定，為免除他人生命之急迫危險，使用緊急救護設備或施予急救措施者，適用民法、刑法緊急避難免責。於是阿謙和阿澤討論後，由阿澤打電話給 119，阿謙決定要幫路人作急救，請回答下列問題。

13. 阿謙決定要幫路人作急救，他可以怎麼做，下列何者正確？  
 (A) 阿謙可請求其他路人當證人，以免醫療糾紛  
 (B) 阿謙先幫傷患身體擺正，直接在原地的平坦地面做急救  
 (C) 阿謙持續幫傷患胸部按壓時，可以壓 3 分鐘後休息一下，以省體力  
 (D) 阿謙因擔心患者有傳染病，為了救人還是要施行人工呼吸
14. 阿謙做心肺復甦術時，應注意事項中，下列何者正確？  
 ①胸部按壓速度，100-120 下/分鐘  
 ②病患恢復呼吸且無外傷時，可將其擺放成半坐臥姿勢以利呼吸  
 ③胸部按壓位置為胸部兩乳頭連線中央  
 ④壓胸與人工呼吸比率，不論單人或雙人皆為 15：2  
 ⑤胸部按壓深度約 5-6 公分  
 ⑥胸部按壓確保每次按壓後要完全回彈  
 (A) ①③④⑤ (B) ①③⑤⑥  
 (C) ①②③④⑤ (D) ①②③④⑤⑥

15. 阿謙和阿澤在路上遇上事故，以下為傷害緊急處理的步驟，請問優先順序為何？  
甲、呼叫 119、尋求協助      乙、評估現場確保安全  
丙、施行急救等待救援或送醫      丁、初步評估及維持生命徵象  
(A) 甲→乙→丁→丙      (B) 乙→丁→丙→甲  
(C) 乙→丁→甲→丙      (D) 丁→乙→甲→丙
16. 16 歲的阿誠有癲癇病史，上課時忽然從椅子上跌下躺在地上，眼睛上吊、牙關緊閉、口吐白沫、四肢僵硬及抽筋，其緊急處理方式，下列何者正確？  
(A) 放置軟墊保護患者頭部  
(B) 壓住患者避免一直抽筋  
(C) 一直搖他叫醒他，不讓他進入昏迷狀態  
(D) 塞筆到口中，以免咬到舌頭
17. 小梅打球時不慎跌倒，造成擦傷情形，有關傷口處理注意事項，下列何者正確？  
(A) 應用雙氧水消毒，增加傷口癒合速度  
(B) 傷口保持適度溼潤，癒合速度比乾燥環境快  
(C) 傷口結痂代表快癒合  
(D) 傷口搔癢代表快癒合
18. 李媽媽在家煎魚時不慎油鍋起火，她一時緊張，急忙倒水想要撲滅火勢，卻因此引發大火，導致她全身著火，此時她應該如何做，下列何者不正確？  
(A) 趕快跑，衝出戶外降溫      (B) 拿家裡棉被包覆全身  
(C) 立即倒下，雙手掩住臉部      (D) 身體左右翻滾滅火
19. 2018 年 10 月 21 日下午台鐵宜蘭線蘇澳鎮的普悠瑪自強號列車脫軌事故，造成多人死傷，下列哪些情況應該第一優先救護？  
①呼吸困難    ②大出血    ③嚴重骨折    ④休克    ⑤胸腹部開放性創傷  
(A) ①②③      (B) ①②③④      (C) ①②③⑤      (D) ①②④⑤
20. AED(Automated External Defibrillator)，稱為「自動體外心臟電擊去顫器」，是一台能夠自動偵測傷病患心律脈搏、並施以電擊使心臟恢復正常運作的儀器，有關 AED 使用注意事項，下列何者不正確？  
(A) 一般民眾也可使用  
(B) 右側電擊片，置於鎖骨正下方、胸骨旁；左側電擊片，置於左腋中線、第五肋間  
(C) 按下電擊鈕時，不可接觸病患  
(D) 電擊後必須進行 CPR 五個循環約 5 分鐘
21. 毒品依其成癮性、濫用性及對社會危害性，分為四級，下列相關說明何者正確？  
(A) 第一級的危險性及刑責是最重的      (B) 第二級有海洛因、嗎啡等  
(C) 第三級有鴉片、古柯鹼      (D) 第四級有 FM2、K 他命
22. 王爸爸不喜歡看醫生，喜歡到藥局買感冒糖漿喝，即便沒有感冒也喝，我們要如何評估王爸爸是否有藥物成癮情形，下列何者正確？  
①有強烈的慾望想要使用這藥物  
②突然停止使用，感到痛苦並出現戒斷現象  
③需要更多藥物，才能產生最初使用的效果  
④會疏忽生活中其他事物，一心只想要獲得藥物  
⑤即便知道藥物對身體不好，還是繼續使用  
(A) ①②③④      (B) ①②③⑤      (C) ①②④⑤      (D) ①②③④⑤

## ▲閱讀下文，回答第 23-24 題

阿明是高二男學生，近來覺得自己褲子變緊，運動也容易喘，到健康中心測得身高 172 公分，體重 78 公斤，他想要靠跑步(時速 12 km)及跳繩減肥，並希望在 90 天內減重，讓 BMI 24 左右，請回答下列問題。

23. 阿明體重 78 公斤，他一天跑步(時速 12 km)0.5 小時，7 天後可以減幾公斤？(時速 12 km 的 METS 為 12.7，請取四捨五入後取小數第一位)
- (A) 0.3 公斤 (B) 0.4 公斤  
(C) 0.6 公斤 (D) 1 公斤
24. 阿明若想在 90 天內減重，讓 BMI 24，請問他一天熱量攝取要減少多少大卡？(請取四捨五入後取整數)
- (A) 599 (B) 650  
(C) 699 (D) 750
25. 小維到商店買褲子，看到同樣是褲子，但碳足跡(carbon footprint)標章卻有不同數字，請問小維應該優先考慮哪一個以符合環保概念？
- (A) 20 g (B) 25 g (C) 30 g (D) 35 g
26. 依據衛生福利部 2019 年研究，30 歲以上成年人約有 50%患有牙周病，有關牙周病的敘述，下列何者不正確？
- (A) 牙周病主要病因是牙齒上細菌叢的牙菌斑  
(B) 牙周病早期並沒有症狀，很難發現  
(C) 牙周病未治療，會引起牙齦退縮造成牙根暴露  
(D) 嚴重的牙周病會造成廣泛性缺牙
27. 有關愛滋病毒感染，下列敘述何者正確？
- (A) 可透過共餐，口水而感染  
(B) 共用刮鬍刀，有可能會感染  
(C) 不安全性行為，肛交性行為感染的風險比陰道交低  
(D) 愛滋病毒感染者被蚊子叮咬，蚊子再去叮他人也會傳染
28. 以「全人的性」來討論性的相關議題時，能讓夫妻願意無怨無悔為對方犧牲奉獻，共同追求人性的意義及生命價值，是屬於哪一個層面？
- (A) 生理層面 (B) 心理層面  
(C) 心靈層面 (D) 社會層面
29. 有關避孕方法，下列何者正確？
- (A) 口服避孕藥都是 28 顆裝  
(B) 男性結紮為一勞永逸的避孕方法，結紮後立即可達到避孕效果  
(C) 避孕貼避孕原理是干擾精卵著床  
(D) 子宮內避孕器銅 T 需 3-5 年更換
30. 19 歲的小美，月經已經 2 個月沒來，經驗孕後發現已經懷孕，和醫生討論後及與家人評估後決定做人工流產，有關人工流產，下列敘述何者不正確？
- (A) 真空吸引適用懷孕 12 週內  
(B) RU-486 適用懷孕週數小於 10 週內  
(C) 懷孕 12-24 週，需要使用子宮引產  
(D) 依據優生保健法，因懷孕或生產，將影響其心理健康或家庭生活者。得依其自願，施行人工流產，所以小美可以依其自願做人工流產

31. 性傳染病是經生殖器官傳染的疾病，下列相關說明何者不正確？
- (A) 淋病是一種病毒感染，男性會有膿性分泌物
  - (B) 梅毒感染後，初期會出現無痛性潰瘍
  - (C) 梅毒是由梅毒螺旋體的病菌所引致
  - (D) 人類乳突病毒(HPV)與子宮頸癌有關
32. 乳癌為女性健康殺手，養成乳房檢查是女性重要課題，下列敘述何者不正確？
- (A) 國民健康局免費提供 45-69 歲婦女，每兩年可接受一次免費乳房攝影
  - (B) 停經及懷孕婦女，則可選定每個月固定一天自我檢查
  - (C) 乳房自我檢查最好在月經後 10 天內進行
  - (D) 乳房自我檢查可以站著或平躺
33. 新聞媒體時有報導恐怖情殺案件，其實恐怖情人在交往時都會有徵兆，下列何者是危險情人的特質？
- ①緊迫盯人，佔有慾或控制慾強
  - ②情緒容易失控，平時對你很好，但心情不好開始亂發脾氣
  - ③經常自責，覺得都是自己的錯
  - ④完全獨佔你，希望你生活只有他
  - ⑤很在意情人想法或需求
  - ⑥言語或行為暴力，如平常會對小貓、小狗施暴
- (A) ①②③④
  - (B) ①②④⑤
  - (C) ①②④⑥
  - (D) ①②⑤⑥
34. 性侵害事件可能發生在任何場域，有關性侵害的迷思，下列何者不正確？
- (A) 加害者不一定是精神、行為有問題的人
  - (B) 性侵害的發生都是臨時起意
  - (C) 從嬰兒到老奶奶都有可能是受害者
  - (D) 長輩、父母親、親戚也有可能是加害者
35. 高二美美認識網友，第一次約會在公園的廁所被性侵害，美美一直哭泣，你是他的好朋友，你可以怎麼做？
- ①對美美說：你怎麼那麼笨，幹嘛一個人去公園約會，應該找我一起去才安全
  - ②陪著美美，即使不說話也沒關係
  - ③相信美美所說的，不要質疑
  - ④請美美不要一直哭，於事無補，要勇敢面對事情
  - ⑤提供建議、資訊，讓美美自己決定
- (A) ②③⑤
  - (B) ②④⑤
  - (C) ①②④⑤
  - (D) ①②③④⑤
36. 子宮頸癌是婦女常見癌症之一，有關預防子宮頸癌發生，下列何者不正確？
- (A) 推廣女性朋友定期做子宮超音波，以早期發現
  - (B) 絕大多數子宮頸癌是經由性行為感染人類乳突病毒(HPV)所導致
  - (C) 預防子宮頸癌，目前有預防針可打
  - (D) 勿太早有性生活並應避免太多的性伴侶

37. 生活中離不開消費，在每一次消費過程中能關注「3R3E」原則，對環保是很大幫助，有關 3R3E 內容，下列何者不正確？
- (A) 重複使用(Reuse)，購買能多次使用產品  
 (B) 消費減量(Reduce)，避免購而不用產品  
 (C) 講究經濟(Economic)，盡量購買價錢便宜產品  
 (D) 實踐平等(Equitable)，購買商品時尊重他人
38. 塑膠類食品餐具在臺灣經常使用，衛生福利部食品藥物管理署建議正確及妥善使用塑膠類食品餐具，應注意事項有哪些？
- ①有刮傷或磨損應更換  
 ②購買有清楚標示的產品  
 ③可以用紫外線殺菌  
 ④不要放置高溫處  
 ⑤避免使用鮮豔餐具  
 ⑥避免盛裝過酸食品
- (A) ①②③  
 (B) ①②③④  
 (C) ①②③④⑤  
 (D) ①②④⑤⑥
39. 小涵是高二女同學，小涵到某連鎖店髮廊時，看見牆上價目表寫著「學生剪髮 250 元」，於是小涵就進去剪髮，但結帳時店家收 450 元，小涵可以怎麼做，爭取自己權利。下列何者不正確？
- (A) 向連鎖店髮廊公司申訴  
 (B) 打給全國性消費者服務專線「1960」  
 (C) 向直轄市或縣(市)消費者服務中心申訴  
 (D) 向中華民國消費者文教基金會尋求資源
40. 1974 年加拿大衛生福利部曾提出影響健康的四種因素，所占百分比下列何者正確？
- (A) 生活型態 46%  
 (B) 遺傳生物因素 29%  
 (C) 環境因素 13%  
 (D) 醫療保健體系 12%
41. 陳媽媽今年 70 歲，最近頭昏、全身體不適，所以至醫院檢查，檢查報告為：【腰圍：85 cm】、【血壓：150/90 mmHg】、【空腹血糖：108 mg/dl】、【三酸甘油酯：180 mg/dl】、【高密度脂蛋白膽固醇：55 mg/dl】，下列判讀結果何者不正確？
- (A) 陳媽媽有代謝症候群  
 (B) 陳媽媽血壓太高超出標準  
 (C) 陳媽媽腰圍過粗  
 (D) 陳媽媽高密度脂蛋白膽固醇偏高
42. 新冠肺炎(COVID-19)侵襲全世界，有關飲酒、吸菸與新冠肺炎相關議題上，下列何者不正確？
- (A) 飲酒破壞身體的免疫系統，增加罹患新冠肺炎及發展為急性呼吸窘迫症候群(ARDS)等嚴重併發症的風險  
 (B) 噴灑 75%酒精可以有效殺死新冠病毒(COVID-19)，用喝的也有幫助殺死病毒  
 (C) 吸菸者有較高的新冠肺炎病毒受體(ACE-2)，易增加感染新冠肺炎的風險  
 (D) 世界衛生組織(WHO)將「吸菸者若感染新冠肺炎(COVID-19)後罹患重症及死亡的風險更大」列首位
43. 有關流行性感冒之敘述，下列何者正確？
- (A) 流行性感冒疫苗是不活性減毒疫苗  
 (B) 流感病毒可分為 A、B、C、D 四型  
 (C) 流感病毒的特性不會不斷變異，一年打一次疫苗即可  
 (D) 全部類型流感病毒皆有季節性，容易引起大規模流行

44. 幾年前藝人豬哥亮因大腸癌而往生，大腸癌是很常見的癌症之一，有關大腸癌症狀，下列何者不正確？  
(A) 排便習慣改變，一下子腹瀉、一下子便秘  
(B) 大便中有血、容易貧血  
(C) 大便變粗  
(D) 體重減輕
45. 全民健保補助之免費癌症篩檢，下列何者不包括？  
(A) 乳房 X 光攝影檢查  
(B) 糞便潛血檢查  
(C) 子宮頸抹片檢查  
(D) 肝癌檢查
46. 1999 年的 921 大地震，使得許多倖存者、救難者，都發生了 PTSD(創傷後壓力症候群)，PTSD 常見的行爲反應，下列何者不正確？  
①無法專心、易怒  
②對當時發生時的聲音揮之不去  
③對創傷事件認知扭曲而責怪自我或他人  
④個案可能會透過做惡夢，夢見同樣事件發生  
⑤一再回憶或積極接觸可能引發創傷事件回憶的人、事、物  
⑥對當時發生時的氣味，非常懷念與珍惜  
(A) ①②  
(B) ⑤⑥  
(C) ①②③④  
(D) ①②③④⑤
47. 小偉要參加乙級檢定考，非常緊張，呼吸不自主變得更快，發生換氣過度的情形，下列何者不正確？  
(A) 換氣過度會導致過多二氧化碳排出  
(B) 採半坐臥姿勢休息  
(C) 換氣過度會形成高碳酸血症  
(D) 安撫情緒並引導他放慢呼吸
48. 當壓力超過負荷時，會產生什麼身體反應，下列何者正確？  
①便秘或腹瀉  
②甲狀腺素上升  
③腎上腺分泌上升  
④男性睪丸酮增加  
⑤胃酸分泌減少  
⑥糖皮質素分泌增加  
(A) ①②③④  
(B) ①②③⑥  
(C) ①②③④⑤  
(D) ①②③④⑤⑥
49. 小美極端怕胖，對身體形象和體重的過度關切，用許多方法來控制體重，最後變成厭食症，有關厭食症的敘述，下列何者不正確？  
(A) 心臟功能降低，容易高血壓  
(B) 月經量變少或無月經  
(C) 骨質疏鬆  
(D) 注意力不集中
50. 近年來憂鬱症已成為高壓社會下的重要議題，而引起憂鬱症的原因很多，下列有關憂鬱症的敘述，何者不正確？  
(A) 個性完美主義者容易罹患  
(B) 通常與遺傳有關  
(C) 血清素分泌過低  
(D) 正腎上腺素偏高的人比較容易得憂鬱症

【以下空白】