

1. 蕙如經由剖腹產，生下一名健康男嬰，有關蕙如產後的敘述，下列何者正確？
  - (A) 生產後子宮需 6 週左右，才能恢復懷孕前狀況
  - (B) 剛生產後應多吃麻油雞、燒酒雞等高蛋白食物，以促進傷口早點癒合
  - (C) 產後應避免吃生冷食物，如：蔬菜、水果，以免造成腸胃蠕動太快
  - (D) 剖腹產後，因傷口疼痛，應多臥床休息
2. 有關胎兒的敘述，下列何者正確？
  - (A) 10 週的胎兒，具有人的雛形，五官、四肢已發育
  - (B) 懷孕末期肚子變大，爲了預防壓迫腹主動脈，應採取右側臥爲佳
  - (C) 懷孕中期胎兒具有聽力，可以聽見外面的聲音
  - (D) 肺泡約在懷孕中期發育成熟
3. 有關安寧療護的敘述，下列何者正確？
  - ①植物人是安寧緩和條例適用對象
  - ②安寧緩和條例適用於疾病末期病人，疾病不可治癒，且近期內病程進行至死亡已不可避免者
  - ③16 歲以上具行爲能力者，得在健保 IC 卡上註記預立緩和醫療意願
  - ④近年政府積極推廣「安寧居家療護」，病人住自家，由醫療團隊提供照顧

(A) ①②                      (B) ②③                      (C) ②④                      (D) ③④
4. 國民健康署爲了讓民眾達到均衡飲食，推動健康餐盤，有關健康餐盤的敘述，下列何者錯誤？
  - (A) 每天早晚一杯奶
  - (B) 堅果種子一茶匙
  - (C) 豆魚蛋肉一掌心
  - (D) 水果比菜多一點
5. 陳太太最近在蹲下時，感到膝關節卡卡，且有疼痛感，剛好看到第四台在賣治療關節疼痛的健康食品，陳太太購買後，吃了 2 星期，發現有胃痛現象，且踝關節出現水腫情形，請問陳太太應該如何處理較適當？
  - (A) 自認倒楣，先停下來不吃，以後拒絕再到這家店消費
  - (B) 拍照並上傳社群網站，強調黑心店家，邀好友共同抵制消費
  - (C) 先向店家申訴，若未獲反應再向各地消費者服務中心提出申訴
  - (D) 爲了解是否產品問題，將此健康食品拿給朋友吃吃看
6. 小智上了高中之後，經常沉迷網路世界，導致課業落後，小智認爲應該要改善網路成癮的問題，訂定健康自我管理，請問其正確步驟爲何？
  - ①尋求資源與社會支持    ②訂出生活計畫表    ③分析沉迷上網的真正原因
  - ④尋找替代方案            ⑤環境線索            ⑥與自己簽訂契約並確實記錄上網時間





(A) ③②①④⑤⑥                      (B) ③②④①⑤⑥

(C) ③②④①⑥⑤                      (D) ③②⑤①④⑥
7. 林小姐順利產下一名女寶寶，想要哺餵母乳，有關母乳哺餵，下列何者正確？
  - ①世界衛生組織建議，純母乳哺餵至少 4 個月
  - ②哺餵期間多喝高湯，增進乳汁的分泌
  - ③可以促進子宮收縮
  - ④產後先讓寶寶練習吸奶瓶，有助於母乳哺餵

(A) ①②                      (B) ①③                      (C) ②③                      (D) ③④

8. 陳先生年輕時，爲了工作、育兒而忙碌大半人生，現在已經六十八歲，過著退休生活。有關老化及陳先生生活上照顧的敘述，下列何者正確？
- ①目前臺灣是高齡化社會
  - ②陳先生容易出現姿勢性低血壓，起床及久坐等改變姿勢時，動作宜緩慢
  - ③建議陳先生可參加社交、宗教活動，找回自我生命價值
  - ④老年男性比女性更容易出現骨質疏鬆現象
- (A) ①②                      (B) ①③                      (C) ②③                      (D) ③④
9. 政府積極推動長照十年計畫 2.0，建構以社區爲基礎的照顧服務體系，提供家庭照顧者支持服務讓長者不再只是留在家中，創造一個讓長者可以走出家門的機會，和社區長者一起用餐，參與活動，以預防及延緩失能服務，讓長者的身體功能變得更好，也結交更多朋友。請問這是長照 2.0 照顧模式的哪一個部分？
- (A) A 級社區整合型服務中心
  - (B) B 級複合型服務中心
  - (C) C 級街坊巷弄旁的長照站
  - (D) D 級社區活動中心服務
10. 張奶奶已經 85 歲了，表達能力正常，雙腿膝蓋因退化型關節炎，走路需要助行器協助，且有輕微心衰竭問題，無法打掃住家環境及料理三餐，因家人都在外地上班，只能假日回家探望張奶奶，請問張奶奶可以經由長照 2.0，提供哪些服務？
- ①照顧服務員到宅打掃
  - ②送餐服務
  - ③廁所無障礙環境改善服務
  - ④失智者照顧服務
  - ⑤協助交通接送就醫
- (A) ①②③④                      (B) ①②③⑤                      (C) ①③④⑤                      (D) ②③④⑤
11. 阿智跟爺爺在餐廳用餐時，發現爺爺突然噎到喉嚨並不斷的用力咳嗽，此時阿智該怎麼辦？
- (A) 立即幫他拍擊背部
  - (B) 立即爲他進行哈姆立克法
  - (C) 馬上去打 119
  - (D) 詢問爺爺是否噎到，觀察其情況並準備需要時進行哈姆立克法急救
12. 有關燒傷處理，下列何者正確？
- ①眼睛灼傷應立即以清水由眼內角至眼外角沖洗
  - ②誤食化學藥劑，應立即催吐，減少傷害
  - ③生石灰灑到眼睛要立即沖水，減少傷害
  - ④燒傷應立即以清水沖洗傷處 20~30 分
- (A) ①③                      (B) ①④                      (C) ②④                      (D) ③④
13. 根據實證醫學研究，心肌梗塞導致致命性的心室纖維顫動，下列何者爲最有效的急救方式？
- (A) 抗心律不整藥物
  - (B) 胸部按壓
  - (C) 胸前重擊
  - (D) 電擊去顫

14. 小桃子最近發現和男朋友經常出現意見不合，時常吵架，某日下班後，和男朋友約在餐廳談分手，小桃子突然出現喘、手腳發麻、痙攣的現象，有關小桃子情況的敘述及急救方法，下列何者正確？  
 ①氣喘發作現象  
 ②應以塑膠袋罩住口鼻，使其增加二氧化碳吸入  
 ③換氣過度症狀  
 ④應立即供應氧氣，減輕不適症狀  
 ⑤教導小桃子應採取腹式呼吸法  
 (A) ①④ (B) ③⑤ (C) ①④⑤ (D) ②③⑤
15. 有祥在夏天中午一點時，大太陽下跑 1600 公尺，突然意識不清昏迷倒地，臉色發紅，體溫高達 40 度，有關有祥發生情況的敘述，下列何者正確？  
 ①熱中暑 ②熱衰竭 ③應給予平躺，腿部抬高姿勢 ④應給予平躺，頭肩墊高姿勢  
 (A) ①③ (B) ①④ (C) ②③ (D) ②④
16. 有關成癮性藥物的敘述，下列何者**錯誤**？  
 (A) 愷他命(Ketamine)可用於人或動物之一種速效，全身性麻醉劑  
 (B) 小 U 最近因為罹患感冒，出現咳嗽、頭痛現象，醫師開了可待因(Codeine)，以緩解小 U 咳嗽、頭痛症狀  
 (C) 經常失眠的吳媽媽，醫師開立佐沛眠(Zolpidem)，以緩解失眠症狀  
 (D) 利他能(Ritalin)是一種中樞神經抑制劑，用來治療注意力不足過動症
17. 對於突發心臟停止的傷患，立即實施心肺復甦術，能在關鍵時刻掌握先機救人一命，有關實施心肺復甦術的敘述，下列何者正確？  
 ①若晚一分鐘實施，則會減少 7~10%存活率  
 ②每吹 1 口氣的時間為 2 秒  
 ③在山區無訊號，可以撥打 112 求救  
 ④心臟停止跳動約 4 分鐘後，腦細胞會缺氧受損  
 (A) ①②③ (B) ①③④ (C) ②③④ (D) ①②③④
18. 依據毒品危害防制條例之規定，下列何者**不是**毒品分級之依據？  
 (A) 耐藥性 (B) 成癮性 (C) 濫用性 (D) 對社會危害性
19. 有關安非他命的敘述，下列何者正確？  
 (A) 會造成瞳孔縮小 (B) 是三級毒品  
 (C) 醫療用於治療過動症 (D) 會有口乾舌燥現象
20. 小光放學後，遇到路口一名中年男子突然倒地不起，小光在學校剛學會 CPR 技能，鼓起勇氣上前施救，評估該中年男子已無呼吸、心跳，立即實施胸部按壓，有關胸部按壓的敘述，下列何者正確？  
 ①按壓深度大於 6 公分  
 ②胸部按壓的速率為 100~120 次/分  
 ③胸回彈時，手要離開患者胸壁，讓胸壁回彈  
 ④避免中斷按壓，若中斷則不超過 10 秒鐘  
 (A) ①③ (B) ①④ (C) ②④ (D) ③④
21. 行政院環保署自 2022 年 7 月 1 日起正式實施「自備飲料杯」方案，民眾只要使用環保杯前往連鎖飲料店等店家購買飲品，依規定業者必須提供 5 元以上之價差折扣，是屬於綠色消費的哪一項？  
 ①Reuse 減塑愛地球 ②Repair 重視保養，延長物品使用壽命  
 ③Economic 減少不必要浪費 ④Equipment 重視設備，選擇耐久、好用的物品  
 (A) ①③ (B) ①④ (C) ②③ (D) ②④

22. 有關食品安全的敘述，下列何者正確？  
 (A) 2017 年毒雞蛋芬普尼超標，是屬於食品製造流程中，製造端的問題  
 (B) 亞硝酸鹽可以抑制肉毒桿菌生長，常加在乾燥的海產類食物中  
 (C) 食品安全衛生法有規定可以添加化學添加物，多吃無妨  
 (D) 誤食姑婆芋中毒，是屬於食品製造流程中，消費端的問題
23. 下列標章何者不是環保節能的商品？  
 (A)  (B)  (C)  (D) 
24. 胖虎平常沒有養成潔牙的好習慣，在口腔檢查發現有牙周病問題。有關口腔衛生的敘述，下列何者正確？  
 ①牙菌斑和牙周病相關  
 ②牙周病患者罹患心肌梗塞風險較一般人高  
 ③每年應洗牙一次  
 ④牙膏氟離子濃度至少 350 ppm  
 (A) ①② (B) ②③ (C) ②④ (D) ③④
25. 隨著國人長時間近距離使用 3C 產品的時間增加，藍光對視網膜細胞造成的傷害已成為隱憂，有關視力保健的敘述，下列何者錯誤？  
 (A) 多攝取富含維生素 A、C、E 的食物及深色蔬果  
 (B) 看電視或螢幕時，遵守 3010 原則，每 30 分鐘休息 10 分鐘  
 (C) 定期每兩年視力檢查一次  
 (D) 應避免在關燈情況下使用 3C 產品，因為黑暗中瞳孔放大，會讓更多光線進入眼睛
26. 為有效降低愛滋病毒感染人數，聯合國愛滋病規劃署(UNAIDS)於 2014 年提出 2030 年達成 95-95-95 的目標，請問下列何者錯誤？  
 (A) 95%的感染者要遵守安全性行為  
 (B) 95%知道病況者服用藥物  
 (C) 95%感染者知道自己的病況  
 (D) 95%服藥者病毒量成功抑制
27. 男生進入青春後，生殖器官產生明顯變化，有關男性生殖器官的敘述，下列何者錯誤？  
 (A) 精索靜脈曲張會引起不孕症  
 (B) 陰囊的溫度比體溫略低 2~3 度  
 (C) 每月固定一天，洗澡後好好檢查  
 (D) 包皮有皺摺易藏汗納垢，引起發炎，應儘早割除
28. 陳小姐懷孕後，經母血唐氏症篩檢，發現異常現象。在醫師建議下，於懷孕 16 週時，實施羊膜穿刺檢查，檢查結果發現胎兒是唐氏症，醫師建議實施人工流產，請問此時陳小姐應實施何種人工流產？  
 (A) 真空吸引術 (B) 月經規則術 (C) 子宮內膜刮除術 (D) 引產
29. 有關尿道炎的敘述，下列何者正確？  
 ①排尿會有灼熱感  
 ②會有頻尿現象  
 ③女生多使用護墊，以預防尿道炎  
 ④多喝水或吃含維他命 C 食物，可以預防尿道炎  
 ⑤發生率男生比女生多  
 (A) ①②④ (B) ①④⑤ (C) ②③④ (D) ②③⑤

30. 根據統計，臺灣女性癌症發生率，乳癌高居第一位，下列罹患乳癌的高危險群有哪些？  
①初經過晚 ②停經過早 ③未曾哺乳者 ④偏好高脂肪食物者 ⑤停經後肥胖者  
(A) ①④⑤ (B) ②③④  
(C) ②③⑤ (D) ③④⑤
31. 就讀國小五年級的佳佳的媽媽離婚後，帶著佳佳和繼父住在一起，當媽媽加班較晚回家時，繼父會趁著酒意，叫佳佳到房間，藉口看她發育正不正常，撫摸她的胸部和生殖器官，佳佳雖然感覺不舒服，但是不敢反抗。有次學校老師上課提到性騷擾、性侵害議題，佳佳提起勇氣告訴老師繼父對她做的事情。請問下列老師的處理，何者最適當？  
①立即打電話詢問佳佳的繼父，並警告他這是違法行為  
②立即通知學校性平權責人員  
③協助佳佳撥打 113 專線求助  
④為保護佳佳，老師先將佳佳帶回老師家  
(A) ①② (B) ②③ (C) ②④ (D) ③④
32. 下列各種避孕方法之效果比較，何者正確？  
(A) 口服避孕藥 > 子宮內避孕器 > 保險套  
(B) 子宮內避孕器 > 口服避孕藥 > 保險套  
(C) 保險套 > 子宮避孕器 > 安全期  
(D) 結紮法 > 保險套 > 子宮內避孕器
33. 人們自古都希望健康、更渴望長壽，有關傳統醫學的敘述，下列何者正確？  
①「不治已病，治未病」，講的是預防勝於治療的概念  
②「肝病喜怒、心病易興奮、肺病常悲嘆」，說明情緒和疾病的關係  
③「不妄作勞」，指的是生活要有規律  
④「形與神俱」，是指自身的形體要與信奉的神合而為一  
⑤是一種身心整合的生活方式  
(A) ①②③ (B) ①②⑤  
(C) ①③⑤ (D) ①②④⑤
34. 下列哪些疾病會透過母子垂直傳染？  
①愛滋病 ②梅毒 ③猴痘 ④B 型肝炎 ⑤A 型肝炎  
(A) ①②③④ (B) ①②③⑤  
(C) ①②④⑤ (D) ①③④⑤
35. 色情媒體一味強調性愛的感官刺激，來吸引青少年的好奇心。阿嘉和同學討論色情影片後認為色情媒體所描述的性多為暴力，且傷害女性，更不需要負責，根本是錯誤的。請問這是批判性思考的哪一個部分？  
(A) 質疑 (B) 反思  
(C) 開放 (D) 重建
36. 小花和小志在補習班認識，對彼此印象不錯就開始交往，他們經常透過 line 表達對一些事情的看法，例如，上完數學課後，會討論數學老師解題及教學技巧。請問這是屬於溝通五層次的哪一個部分？  
(A) 給予訊息及報告事實  
(B) 表達意見  
(C) 分享感情  
(D) 自我表露

## ▲閱讀下文，回答第 37-39 題

莉莉已經年滿 36 歲，結婚 5 年，原本計畫要於婚後 2 年生育小寶寶，但是一直未能如願，終於在婚後 5 年發現小生命來報到，異常欣喜，因為這是莉莉第一胎，所以更加小心、謹慎，有關莉莉懷孕期間的情況，請回答下列問題。

37. 請問莉莉在懷孕初期可能會出現哪些狀況？  
 ①水腫 ②頻尿 ③胎動 ④腰酸背痛 ⑤超音波可以聽到胎兒心跳  
 (A) ②⑤ (B) ①②④ (C) ①②⑤ (D) ②③⑤
38. 請問莉莉在懷孕期間出現哪些症狀時要立即就醫？  
 ①胎動減少 ②陰道出血 ③腳踝水腫 ④晚上睡覺時小腿抽筋 ⑤頻尿  
 (A) ①② (B) ①②④ (C) ①②⑤ (D) ②③④
39. 莉莉就醫時，醫師建議要做羊膜穿刺術，有關羊膜穿刺術之敘述，下列何者正確？  
 (A) 應在懷孕 10~12 週實施  
 (B) 每位產婦最好都要做此檢查，以確保胎兒健康  
 (C) 可以檢查胎兒是否有遺傳性疾病  
 (D) 可以檢查胎兒是否發育正常
40. 根據研究顯示，睡眠不足會造成代謝問題，下列敘述何者正確？  
 ①瘦體素分泌增加 ②胰島素敏感度下降 ③可體松濃度降低 ④飢餓素上升  
 (A) ①② (B) ①③ (C) ②④ (D) ③④
41. 傳染病會透過傳染途徑，將其引致感染的病原體傳染給其他人，有關疾病與傳染途徑的配對，下列何者正確？  
 (A) 愛滋病—蚊蟲叮咬  
 (B) A 型肝炎—體液感染  
 (C) B 型肝炎—食物或水傳染  
 (D) 肺結核—空氣感染
42. COVID-19(嚴重特殊傳染性肺炎)引起全球大流行，依據傳染病防治觀念，下列敘述何者**錯誤**？  
 (A) 民眾減少大型集會是屬於居家隔離  
 (B) 加強入境旅客發燒篩檢是屬於邊境管制  
 (C) 勤洗手與妥善處理口鼻分泌物是屬於個人衛生  
 (D) 其傳染方式主要是飛沫傳染，亦可通過接觸傳播
43. 曉莉上高中後因為要搭校車，經常趕時間，來不及上廁所，而造成便秘。曉莉想到可以使用「目標設定」來改善便秘情況，開始調整作息，每日早上提早 20 分鐘起床，是屬於 SMART 哪一項？  
 (A) Simple (B) Measurable  
 (C) Achievable (D) Time
44. 阿忠和父親一同參加里長辦理的里民旅遊活動，在回程發生車禍，阿忠目睹父親在車禍意外過世，他之後出現睡覺常做惡夢，上課心神不寧，自我封閉，上課提不起勁。依據上述資料，阿忠最可能得到什麼疾病？  
 (A) 憂鬱症(Depressive disorder)  
 (B) 適應性疾患(Adjustment disorder)  
 (C) 創傷後壓力症候群(PTSD)  
 (D) 焦慮症(Anxiety Disorders)

45. 小馨最近因為和男朋友分手，心情低落，1 週以來，天天哭泣，暴瘦 3 公斤，阿志建議她可尋求協助，請問下列哪一個單位最適宜？
- (A) 勵馨基金會 (B) 陽光基金會  
(C) 扶輪社 (D) 董氏基金會
46. 隨著物質生活的提升，人們的生活中許多壓力和煩惱也油然而生，例如經濟壓力、人際關係的不和諧，會讓人感到壓力過度。根據衛生署國民健康署憂鬱症調查顯示有 8.9% 的人有憂鬱症狀，有關憂鬱症的敘述，下列何者正確？
- ①無價值感 ②正腎上腺素分泌過低 ③血清素分泌過多  
④與遺傳有關 ⑤個性完美主義 ⑥男性罹患率比女性多
- (A) ①②③④ (B) ①②④⑤  
(C) ①③④⑥ (D) ①②④⑤⑥
47. 阿翔就讀高中之後，常覺得課業壓力很大，有關壓力的敘述，下列何者正確？
- ①糖皮質素分泌增加 ②胃酸分泌增加 ③甲狀腺素分泌減少 ④睪固酮分泌增加
- (A) ①② (B) ②③ (C) ②④ (D) ③④

▲閱讀下文，回答第 48-50 題

張先生是一位 35 歲男性，身高 176 公分，體重 95 公斤，腰圍 96 公分，參加公司辦理的健康檢查後，檢查報告結果呈現如下：三酸甘油酯 250 mg/dl、空腹血糖 96 mg/dl、總膽固醇 236 mg/dl、SGOT 值 78 U/L、SGPT 值 82 U/L、尿酸 5.6 mg/dl、血壓值 146/90 mmHg。張先生看到健檢報告很緊張，立即到家醫科就醫時，他自述平常有吸菸、喝酒習慣，上班很忙，三餐都吃外食，也沒空運動。家醫科醫師建議張先生要立即實施體位管理，以改善身體健康狀況。

48. 有關張先生健康狀態的敘述，下列何者正確？
- (A) 是代謝症候群高危險群  
(B) 可能出現肝臟疾病  
(C) 三酸甘油酯正常  
(D) 總膽固醇符合標準範圍
49. 請問張先生的體位狀況，罹患下列何種疾病機會較高？
- ①糖尿病 ②肺炎 ③心血管疾病 ④腎臟疾病 ⑤腦血管疾病
- (A) ①②③ (B) ①③⑤ (C) ①④⑤ (D) ②④⑤
50. 有關張先生擬定健康管理計畫，下列何者正確？
- ①要多運動  
②縮短睡眠時間，以降低食慾  
③多攝取植物性蛋白質  
④多食用不飽和脂肪酸食物  
⑤要限制每天的熱量小於 1000 大卡
- (A) ①②③ (B) ①②④ (C) ①③④ (D) ①③⑤

【以下空白】