

本試題共四頁(請用 2B 鉛筆將答案畫在答案卡上)

一、是非題 (每題 2 分, 共 20 分)

是請選'A'; **非**請選'B'

1. () 要有效的預防牙周病, 除了每天確實刷牙之外, 每半年洗牙一次也很重要。
2. () 內耳中有半規管、前庭、耳蝸、聽神經; 半規管和前庭主要負責身體聽力。
3. () 耳咽管的作用是平衡壓力, 可藉由張口、吞嚥、打哈欠等動作調節壓力。
4. () 女生的心思比較細膩, 也比較懂得照顧他人, 所以護理師這個工作, 應該由女生擔任比較適合。
5. () 正確的站姿應該是抬頭挺胸縮小腹, 身體呈 S 型。
6. () 散光是由於角膜不平滑或表面彎曲度不規則所造成。
7. () 皮膚位於人體的表面, 位居第一防線, 其中又分為: 表皮、真皮和皮下組織三個部分。
8. () 我們在二至三歲時, 乳牙共有 20 顆, 十二歲以後恆牙才會長出來。
9. () 女生的青春期大約在 12~17 歲時開始, 而男生則大約在 10~14 歲時開始。
10. () 每一個器官都有其特殊功能, 所以皆能單獨作業, 完成身體運作。

二、單一選擇題 (每題 2 分, 共 60 分)

11. () 關於牙齒的功用, 下列哪些正確?
甲—咀嚼食物; 乙—維持臉型; 丙—幫助發音。
(A) 甲丙 (B) 甲乙 (C) 乙丙 (D) 甲乙丙。
12. () 下列何者不是晒傷的成因與預防晒傷的好方法?
(A) 晒傷主要是因為紫外線造成的傷害 (B) 可以適當的使用防晒乳來保護皮膚 (C) 平時外出可帶陽傘或穿長袖衣服來減少皮膚的晒傷機會 (D) 容易晒傷的時間是太陽剛升起的 2~3 小時。
13. () 下列何者是一切的基礎, 對於日常生活有著深遠的影響?
(A) 健康 (B) 金錢 (C) 權勢 (D) 人際關係。
14. () 關於消除汗臭味的方法, 下列何者正確?
(A) 大量使用香水 (B) 多吃肉類食物 (C) 流汗就立刻擦拭, 保持身體乾爽清潔 (D) 穿著不透氣材質製成的衣物。
15. () 牙齒中負責切斷食物的是?
(A) 門齒 (B) 犬齒 (C) 白齒 (D) 智齒。

16. () 下列何種方式可以預防青春痘發生?
(A) 用不含香精、無刺激性的洗面乳洗臉 (B) 吃花生 (C) 每天的生活緊張、壓力過大 (D) 長期熬夜念書。
17. () 下列關於近視的描述, 何者正確?
(A) 影像焦距正確的落在視網膜上 (B) 水晶體與角膜彎曲過大或是眼軸過長導致 (C) 影像焦距落在視網膜後 (D) 看遠的影像會清楚, 但是看近的會模糊。
18. () 阿華失戀了, 難過得躲在社團教室偷偷地流淚, 小明瞧見後, 走到阿華的身旁, 跟他說: 「兄弟, 男兒有淚不輕彈, 要勇敢, 不能哭, 哭是懦弱的表現喔!」阿華說: 「難道男生難過得要命, 也不能哭嗎?」, 是為何種性別敘述意涵?
(A) 去除性別二分法 (B) 消除性別歧視 (C) 破除性別特質想法 (D) 打破性別刻板印象。
19. () 眼球中哪一構造負責調整水晶體的彎曲度, 讓折射後的影像可以落在視網膜上?
(A) 睫狀肌 (B) 眼球外肌肉 (C) 虹膜 (D) 玻璃體。
20. () 關於男生在青春期的身體變化, 以下何者錯誤?
(A) 開始製造精子 (B) 長喉結 (C) 肩膀變窄 (D) 陰莖長度和寬度增加。
21. () 關於防晒產品的敘述, 下列何者正確?
(A) 選擇防晒係數 SPF15~30, 每 3~4 小時補擦一次 (B) 防晒係數是指防禦紫外線的能力, 係數越高越好 (C) 防晒係數低的防晒乳比防晒係數高的產品能防禦紫外線的時間更久 (D) 身體就有自我防晒的能力, 不太需要用到防晒用品。
22. () 中耳炎可能導致哪些情況發生?
甲—中耳積水、積膿; 乙—鼓膜穿孔; 丙—聽小骨及耳蝸的受損; 丁—永久性的聽力損傷。
(A) 甲乙 (B) 甲乙丙 (C) 乙丙丁 (D) 甲乙丙丁。
23. () 小勝常覺得肩頸痠痛彷彿重物壓著, 下列造成肩頸痠痛的原因, 何者錯誤?
(A) 長期重覆相同動作 (B) 情緒緊繃 (C) 使用側背包且固定使用一邊肩膀 (D) 使用筆電時稍稍墊高, 維持正常視角, 手則用軟墊支撐。
24. () 班上同學對小凡有兩種不同的看法, 有一些同學很喜歡他的幽默、風趣且樂意幫別人打抱不平, 但有一些同學則覺得他很臭屁、說話很無聊, 並且很愛管別人閒事。你覺得他應該?
(A) 不要理會那些負向的評價 (B) 只跟欣賞他的人互動 (C) 能接受別人的批評, 檢討改變自己 (D) 反擊那些批評自己的人。

25. () 從兒童進入青春期的，除生殖器官成熟外，其他一些身體上的變化，稱為第二性徵，請問下列何者不是男性第二性徵的正確描述呢？
 (A) 青春期中情緒起伏大，容易有暴力舉動
 (B) 體格魁梧，肌肉結實 (C) 肩膀寬闊，喉頭突出 (D) 發音低沉，長出鬍鬚。
26. () 請排列出正向思維的方法步驟，進行轉念練習？
 (甲) 質疑我的負向想法；(乙) 行動與感受；
 (丙) 建立正向想法；(丁) 列出困擾；(戊) 困擾時的行為反應
 (A) 甲乙丙丁戊 (B) 丁甲乙丙戊 (C) 乙甲丙丁戊 (D) 丁戊甲丙乙。
27. () 關於「外耳炎」的說明，以下哪些正確？
 甲—外耳炎是因為耳朵失去保護功能所致；乙—游泳時耳道泡水有可能導致外耳炎；丙—使用棉棒過度清理耳道會使得耳道裡的皮膚破裂或表層剝落，而導致細菌或黴菌侵入引發外耳炎；丁—外耳炎應盡速至耳鼻喉科就診。
 (A) 甲丙 (B) 甲丁 (C) 乙丙丁 (D) 甲乙丙丁。
28. () 關於「以先備知識和經驗做確認，若發現不合理則提出想法」，是屬於批判性思考技巧步驟哪一個？
 (A) 質疑 (B) 重建 (C) 反思 (D) 解放。
29. () 性別偏見乃是對男女性別的一種刻板印象，下列敘述何者屬之？甲、女子無才便是德；乙、男兒有淚不輕彈；丙、阿湯哥平時是位「超級奶爸」；丁、小君是位「女強人」。
 (A) 甲乙 (B) 甲丁 (C) 乙丙 (D) 丙丁。
30. () 關於女生在青春期的身體變化，以下何者正確？
 (A) 卵巢開始排卵 (B) 臀部變窄 (C) 子宮縮小 (D) 乳房不會有變化。
31. () 有關「人體的外部構造」，下列敘述何者錯誤？
 (A) 背側體腔包含顱腔及脊髓腔 (B) 腹側體腔包含胸腔、腹腔及骨盆腔 (C) 腹腔裡面有肺臟及心臟 (D) 骨盆腔裡有膀胱、直腸及肛門
32. () 以下哪些狀況屬於「咬合不正」？
 甲—牙齒排列不整；乙—牙齒間縫隙過大；丙—暴牙；丁—戽斗。
 (A) 甲丙 (B) 乙丁 (C) 甲乙丙 (D) 甲乙丙丁。
33. () 人歪了背就痛！「站坐走臥」，下列關於站姿敘述何者不正確？
 (A) 從側面看，耳朵、肩膀、骨盆、膝蓋、踝關節會呈一直線 (B) 從背面看，後腦勺、胸椎背部、臀部會在同一鉛垂線上 (C) 拖著腳跟走路，站立時腳姿三七步，內八或外八站立 (D) 站立時膝蓋稍微彎曲，讓支撐力可以平均分散在足部，重心維持在雙腳腳掌與腳跟的中間。
34. () 下列關於視力的說明，何者正確？
 (A) 裸眼視力 1.0，即為正常，表示沒有任何視力問題 (B) 配戴眼鏡後視力正常，仍應定期檢查眼睛 (C) 裸眼視力不良，達不到標準就是「近視」 (D) 幼童近視，不應戴眼鏡，否則度數會愈戴愈高。
35. () 關於女性生殖器官，以下何者錯誤？
 (A) 輸卵管將卵子運送到子宮 (B) 陰道是月經及排尿的出口 (C) 子宮是胎兒發育的場所 (D) 卵巢的功能是排卵以及分泌女性荷爾蒙的地方。
36. () 有關「健康」，下列敘述何者不正確？
 (A) 生活型態是影響健康的主要因素 (B) 青少年應提早注意健康的生活型態 (C) 青少年採取正向紓壓方式可促進心理健康 (D) 根據聯合國世界衛生組織對健康定義只強調沒疾病。
37. () 「虹膜」的功能為何？
 (A) 提供角膜及水晶體養分 (B) 保護眼球內部構造，並維持眼球形狀 (C) 內含豐富的血管和神經末梢，可以分泌黏液來潤滑眼球，具有抵禦微生物侵入眼球的作用 (D) 是一個圓形薄膜，內含色素可決定眼睛的顏色；其肌肉可調節光線進入眼睛的光線強度。
38. () 男孩應該堅強，女孩應該溫柔。這是受到什麼觀念影響？
 (A) 性別歧視 (B) 性別平權 (C) 性別不平等 (D) 性別刻板印象。
39. () 美國發展心理學家艾瑞克森在他的認同理論中指出：個體愈能確立自我認同的發展，心理健康狀態愈佳，情緒狀態也較穩定，愈能朝正向成長價值發展。以下哪些為自我認同中的個人認同？
 (甲) 我有自己的想法和見解；(乙) 我的工作學習表現是被肯定的；(丙) 我擁有很多朋友；(丁) 我認為自己是一個有用的人；(戊) 我有能力把事情做好；(己) 我的身型是很健康的
 (A) 甲乙丁 (B) 乙丙戊 (C) 乙丙丁 (D) 甲丁戊。
40. () 提到警察時，很多人想到男性，這是因為我們對性別的何種態度？
 (A) 性別刻板印象 (B) 性別混淆 (C) 性別平權 (D) 性別歧視。

三、題組（每格2分，共20分）

壹、海倫·凱勒的一生

美國著名的教育家海倫·凱勒（Helen Keller）在很小的時候生了一場大病，這場大病導致她再也看不到、聽不到。

突然之間從健康的人變成了又盲又聾的身障人士，這樣的轉變讓小小年紀的她感到既害怕又憤怒，因為她不知該如何與外界溝通，只能用亂踢、尖叫的方式表達，這樣任性易怒的海倫·凱勒並不是很受身旁的人歡迎。直到她六歲時遇到蘇利文老師，老師不因她的盲聾而不要求她學習，反而認為她是很有潛力的，所以很嚴格也很有耐心地教她手語、點字、脣讀，甚至讓她學會了說話，她也因此開始與他人溝通，也有了基本的閱讀學習能力。然而，在海倫·凱勒十六歲時父親不幸病逝，當下傷心欲絕的她聽了蘇利文老師的建議，快速收拾自己悲傷的情緒，下定決心要連同父親的份更加努力讀書，以考取美國著名學府哈佛大學為目標。果然，奮發進取的海倫·凱勒不受自己看不到也聽不到的限制，考上了哈佛大學並且成為第一個獲得文學學士學位的盲聾人士。

海倫·凱勒畢業後仍持續地學習，在蘇利文老師去世後，為了表達感謝而到處演講，希望讓更多人知道老師帶給她的愛及教育。

我們學習了全人的健康包含了身體、心理、社會三個層面。請問：

41. () 海倫·凱勒小時候不受旁人歡迎主要是因為哪種健康層面間的影響？ (A) 心理健康影響身體健康 (B) 心理健康影響社會健康 (C) 社會健康影響身體健康 (D) 社會健康影響心理健康。
42. () 遇到蘇利文老師之後，海倫·凱勒仍無法完全改善的是哪一個健康層面？ (A) 身體健康 (B) 心理健康 (C) 社會健康 (D) 精神健康。
43. () 從海倫·凱勒的一生我們可以驗證健康的特性，下列何者有誤？ (A) 健康是具變動性的 (B) 身體、心理、社會三個健康層面會互相影響 (C) 殘疾人士不需要為生理健康層面努力 (D) 我們可以透過後天的努力改善自己的健康狀態。
44. () 海倫·凱勒在父親病逝後，聽從老師建議，快速收拾悲傷情緒，下定決心連同父親的份更加努力讀書。她將強烈的悲痛情緒轉化為積極向上的動力，最主要展現了全人健康哪一方面的能力？
(A) 心理健康：具備抗壓能力與情緒管理能力
(B) 生理健康：維持體力與身體功能正常運作
(C) 社會健康：主動向他人尋求安慰與支持
(D) 精神健康：找到超越生死的人生崇高目標。

貳、牙齒構造與蛀牙

牙齒最外面的一層是琺瑯質，也是整個牙齒中最堅硬的部分，主要成分為含鈣和磷的羥基磷灰石，是不具有再生能力的構造。口腔中的細菌會與我們進食後的碳水化合物代謝產生有機酸。如果細菌附著在琺瑯質表面形成牙菌斑，細菌群體製造的有機酸就會長時間的與琺瑯質表面密切接觸，使琺瑯質中的鈣溶解，這也就是蛀牙的開始。

牙齒中間的一層是象牙質，又稱為牙（本）質，顧名思義是牙齒組成的主要成分，是活的組織，因此具有修復的能力，但若蛀牙的速度比牙本質生長的速度快，那還是趕不上修復的喔！象牙質本身有無數的小管，而小管內有神經細胞的軸突，因此當我們蛀牙去給牙醫師鑽洞修補時，鑽到象牙質會感到陣陣的痠痛，或是牙齦萎縮露出牙頸部的牙本質時，喝冷水也會感覺到牙齒的一陣酸麻，都是因為這個原因呵！

牙齒最內層是牙髓腔，主要是血管與神經和淋巴管的位置，蛀牙到這一層，會感覺到疼痛難耐，甚至於整個臉頰腫起！俗話說，「蛀牙不是病，痛起來要人命」，就是指蛀牙已經到達牙髓腔了！當蛀牙到這一層，已經無法靠外層的補牙來處理，這時候就必須做「根管治療」囉！

知道了蛀牙的成因和過程之後，那我們也來了解一下為什麼氟化物能預防、減緩蛀牙的發生呢？那是因為氟離子，化學活性強。所以氟離子能取代羥基磷灰石的羥基，使之轉化為氟磷灰石，在牙齒的表面形成更堅硬的保護層，除了提高硬度之外，抗酸腐蝕性也增強，所以在小學時期，藉由塗氟的方法，達到預防蛀牙的發生率，長大後，自己要學會刷牙，除了用含氟牙膏來每日加強牙齒的硬度和抗酸之外，刷牙也能抑制嗜酸菌的活性，減少酸對牙齒表面的脫鈣作用。當然，去到牙科診所，你也是可以請牙醫師再幫你塗氟，但畢竟是恆齒，我們一定要記得每六個月就檢查一次牙齒的健康呵！

45. () 請由文章中的敘述與線索，推論下列描述何者錯誤？ (A) 牙菌斑是牙齒中的細菌繁殖群聚而形成 (B) 除了牙菌所產生的有機酸之外，酸性的飲料也可能會造成牙齒表面鈣質的流失 (C) 琺瑯質可以被酸溶解，但也可以塗氟還原，所以是可以再生的 (D) 琺瑯質是牙齒中最堅硬的構造，但是卻怕酸性的物質。
46. () 關於蛀牙的描述，下列何者正確？ (A) 琺瑯質怕酸，溶解的速度很快，所以每六個星期就應該去檢查牙齒，避免蛀牙發生 (B) 當蛀牙到象牙質露出時，會對冷熱產生敏感的反應 (C) 牙髓腔和象牙質也都能再生，所以蛀牙只要填補完，就會自己恢復了 (D) 琺瑯質會對冷熱有敏感反應，是因為琺瑯質有許多的神經軸突。
47. () 關於塗氟的描述，下列何者錯誤？ (A) 氟的活性強，可以取代羥基磷灰石的羥基，形成氟磷灰石 (B) 塗氟和用含氟牙膏都能更有效的預防蛀牙發生機會 (C) 氟化物可以將蛀牙的部位還原，填補回原來的樣子 (D) 氟磷灰石比起羥基磷灰石更耐酸。

參、月經貧窮

在烏干達的一個偏遠部落，一位老婦人向外地來的志工分享自己年輕時面對月經的狀況：每次月經來都要在沙坑挖洞，坐在沙坑上滴血，直到月經結束。而另一位中年婦人則是分享自己每個月都必須撕下裙子的一角來盛接月經，這也是許多婦女的裙子破損的原因。像烏干達婦女一樣，因貧窮而無法購買衛生棉就是所謂的「月經貧窮」(period poverty)，月經貧窮會對女性的健康及生活產生負面影響，進而導致惡性循環。

有一位臺灣女孩大學畢業就到烏干達的難民營擔任志工，她在當地的學校除了教當地女性縫製布衛生棉，解決她們買不起拋棄式衛生棉的問題，也為她們進行相關的衛生教育課程。目前也有不少公益團體正在協助其他跟烏干達一樣有月經貧窮問題的地區，希望可以透過製作及推廣可重複使用的布衛生棉，降低當地女性因月經感染婦科疾病甚至死亡的風險。

月經貧窮不僅僅發生在開發程度較低的地區，就連日本和歐洲各國等已開發國家也有月經貧窮的問題，雖然是少數人，但因為貧窮而無力購買衛生用品來維持私密處健康仍大有人在。甚至連我國也有地方縣市因應性別平權意識提升，規畫在偏鄉地區的國中推行每月免費提供衛生棉的服務，希望藉此解決月經貧窮的問題。

48. () 何謂「月經貧窮」？ (A)月經出血量過少 (B)因月經而導致的貧窮 (C)因貧窮而買不起生理用品 (D)每個月都會經歷一天貧窮的生活。
49. () 下列何者不是布衛生棉的優點？ (A)免清洗 (B)可重複使用 (C)觸感較舒適 (D)對環境較友善。
50. () 臺灣縣市因應性別平權意識提升，規畫在偏鄉國中推行免費提供衛生棉的服務，此舉主要的目標是什麼？ (A)提升女性私密處清潔的方便性 (B)增加學生對衛生棉品牌的認識 (C)解決臺灣校園內潛在的「月經貧窮」問題 (D)鼓勵學生多向國中學校申請生活補助。

~試題結束~

試題解答:

01.(A) 02.(B) 03.(A) 04.(B) 05.(B)

06.(A) 07.(A) 08.(B) 09.(B) 10.(B)

11.(D) 12.(D) 13.(A) 14.(C) 15.(A)

16.(A) 17.(B). 18.(D) 19.(A) 20.(C)

21.(A) 22.(D) 23.(D) 24.(C) 25.(A)

26.(D) 27.(D) 28.(A) 29.(A) 30(A)

31.(C) 32.(D) 33.(C) 34.(B) 35.(B)

36.(D) 37.(D) 38.(D) 39(D) 40.(A)

41.(B) 42.(A) 43.(C) 44.(A) 45.(C)

46.(B) 47.(C) 48(C).49.(A) 50.(C)