

### 一、是非題

- 1.( )傷患是一個5歲的孩童，且沒有呼吸心跳，此時應先打119，再施行CPR2分鐘。
- 2.( )傷患昏厥清醒恢復知覺後就算是脫離險境，不需要再送醫診治。
- 3.( )復甦姿勢的使用時機是傷患，沒有呼吸、沒有心跳，且昏迷不醒時。
- 4.( )心肺復甦術的演練非常重要，一定需要實際對真人演練，才能熟悉急救步驟。
- 5.( )在急救呼吸正常、一般非中暑昏厥的傷患時，首先需將傷患移至陰涼處，並將頭部墊高，以保持傷者血液流通順暢。
- 6.( )CPR操作步驟中的「壓額舉頷法」，是為了要維持傷患的呼吸循環。
- 7.( )因男女授受不親，故心肺復甦術僅適用於同性別的人施行。
- 8.( )在急救時，除非現象有危險存在，否則最好不要移動傷患。
- 9.( )進行心肺復甦術時，讓傷患平躺且頭部不可高於身體。
- 10.( )急救並非僅限於警察或醫護人員，一般人就算無法親自給予急救也可以立即打119求救。
- 11.( )進行CPR急救時，若施救者擔心唾液或口腔傷口而造成疾病傳染，可使用甦醒袋面罩，或不進行口對口人工呼吸，只實施胸外按壓。
- 12.( )小傑於升旗時中暑而暈倒，此時應立刻將他移至陰涼處，讓他平躺，抬高腳部，並解開其頭頸部的束縛物。
- 13.( )吸菸會刺激腎上腺素分泌，使得心跳加快、血管收縮、血壓上升。
- 14.( )適量的飲酒能促進血液循環。
- 15.( )FM2為一種強力安眠藥，因使用後會引起嗜睡、注意力無法集中等現象，所以被歸類為「中樞神經迷幻劑」。
- 16.( )吸菸會導致癌症已是不爭的事實，而菸品中最主要的致癌物是尼古丁。
- 17.( )絨毛是附著在氣管上幫助排除人體吸入的灰塵、有害物質等的組織。
- 18.( )服用藥物後，若感覺身體不適，還是必須把它吃完，因為我們不可以養成浪費的習慣。
- 19.( )如果因正確用藥，而造成不可預期的嚴重傷害，可以向財團法人藥害救濟基金會申訴。
- 20.( )長期嚼食檳榔可能會導致口腔粘膜纖維化。
- 21.( )服用藥物時，可以隨便以果汁、茶、或咖啡來配用。
- 22.( )酒精對人體中樞神經具有興奮作用，會影響思考、情緒及行為。
- 23.( )領取藥物後，我們必須先仔細閱讀藥袋上的用藥資訊以及使用方式。
- 24.( )吸食毒品雖然沒有法律責任，但只要販售毒品就是非法的。
- 25.( )肝臟可以代謝酒精，但過度的飲酒，會使肝臟負荷沉重，而造成傷害。
- 26.( )臺灣的口腔癌患者中，八成以上有嚼檳榔的習慣，若同時有吸菸、飲酒習慣者，得到口腔癌的危險性更高。
- 27.( )菸當中的菸焦油成分，是一種致癌物質。
- 28.( )我國女性癌症死因第一位是肺癌，主要是因為吸菸所導致的。
- 29.( )感冒時可以不用看醫師，隨便拿其他家人的成藥來吃就好。
- 30.( )處方藥需由醫師診斷，開立處方箋後，由藥事人員調劑，再交給病患使用，因此一定比指示藥和成藥安全，且沒有副作用。
- 31.( )大多數的吸菸者都是從青少年時期開始學吸菸的。
- 32.( )比賽時，為了贏得好成績，我們可以適時服用藥物來輔助。

### 二、單一選擇題

- 1.( )一旦開始進行CPR之後，則應於何時才能停止？ (A)約30分鐘後 (B)當患者恢復自然呼吸 (C)當家屬放棄時 (D)警察人員到了現場。
- 2.( )進行心肺復甦術的過程中，須不斷檢查患者有無呼吸、咳嗽、身體翻轉現象，是為了確定什麼？ (A)反射動作 (B)意識狀態 (C)腦死程度 (D)哽塞程度。
- 3.( )若同時遇到下列傷患，則應對何人先施行急救？ (A)肋骨骨折 (B)腳踝扭傷 (C)中暑 (D)動脈出血。
- 4.( )請問下列何者為應施以急救的對象？ (A)中毒者 (B)昏厥者 (C)大量失血者 (D)以上皆是。
- 5.( )腦部缺氧超過幾分鐘容易造成腦死？ (A)3分鐘 (B)5分鐘 (C)7分鐘 (D)10分鐘。
- 6.( )請問心肺復甦術中的「維持循環」，所按壓患者的部位為何？ (A)胸骨 (B)顱骨 (C)鎖骨 (D)股骨。
- 7.( )傷患昏厥時，若呼吸困難，應將其維持何種姿勢？ (A)復甦姿勢 (B)趴臥姿勢 (C)環抱姿勢 (D)半坐臥姿勢。
- 8.( )進行心肺復甦術時，應該注意的事項不包括下列哪一項？ (A)心臟按壓時掌根勿置於劍突，以免壓迫肝臟 (B)手指要翹起，以免壓斷肋骨 (C)吹氣時要平穩規律，不能中斷 (D)傷患平躺時頭部要墊高，以免腦充血。
- 9.( )請問心肺復甦術中的「維持呼吸」，當中的吹氣速度應保持每秒幾次的速度，連吹兩口氣？ (A)1次/秒 (B)2次/秒 (C)3次/秒 (D)4次/秒。
- 10.( )下列哪一項急救措施是正確的？ (A)傷患體溫下降時需保暖 (B)昏迷傷患需補充水分 (C)誤食農藥者要催吐 (D)要自行拔起插入體內的利器。
- 11.( )操作心肺復甦術時，為何不可將掌根置於「劍突」處？ (A)可能導致心臟破裂 (B)可能造成肝臟破裂 (C)可能

造成心律不整 (D)會影響呼吸道暢通。

12. ( )一人徒手對成人傷患進行「CPR」急救技術時，下列頻率何者正確？ (A)按壓30下、吹2口氣，共進行5個循環(約2分鐘) (B)按壓30下、吹10口氣，共進行3個循環(約2分鐘) (C)按壓15下、吹4口氣，共進行3個循環(約2分鐘) (D)按壓15下、吹2口氣，共進行5個循環(約2分鐘)。
- 13.( )請問心肺復甦術中的「維持呼吸」當中，病患若有呼吸時，應使病患保持何種姿勢？ (A)復甦姿勢 (B)趴臥姿勢 (C)環抱姿勢 (D)半坐臥姿勢。
- 14.( )請問心肺復甦術英文簡稱為何？ (A)CPP (B)CRP (C)CPR (D)RCP。
15. ( )下列何者不是檳榔的主要成分？ (A)石灰 (B)檳榔素 (C)檳榔鹼 (D)檳榔酸。
16. ( )酒精在人體內的代謝速率是有限的，因此飲酒過量對身體將造成一定的危害，請問下列哪一項「並非」過量飲酒的傷害？ (A)肝癌 (B)口腔黏膜纖維化 (C)胃潰瘍 (D)心臟病。
17. ( )飲酒對人體的影響，下列何者正確？ (A)適量飲酒會阻礙血液循環 (B)酒對中樞神經具有興奮的作用 (C)長期飲酒不會有上癮的顧慮 (D)孕婦飲酒可能導致胎兒畸型。
18. ( )下列哪一種是使用安非他命後，人體會產生的現象？ (A)食慾大振、胃口變大 (B)睡眠品質變好 (C)情緒安定且愉快 (D)血壓升高、心跳加速。
19. ( )下列何者非尼古丁的作用？ (A)心跳加速 (B)血壓上升 (C)呼吸變慢 (D)產生依賴。
20. ( )下列何者不是長期喝酒後，對人體的影響？ (A)胎兒酒精症候群 (B)肝硬化 (C)肺氣腫 (D)高血壓。
21. ( )有關成癮藥物的敘述，下列何者正確？ (A)K他命會導致血壓上升 (B)嗎啡在醫療上用於止痛 (C)大麻會造成幻覺 (D)以上皆是。
22. ( )根據法律規定菸酒不得販賣給幾歲以下之青少年？ (A)12歲 (B)14歲 (C)18歲 (D)20歲。
23. ( )國際性運動比賽常在賽前對選手進行尿液檢查，其目的是為了檢查什麼？ (A)身體素質是否符合參加比賽的資格 (B)是否服用運動禁藥 (C)用來分派適合的比賽等級 (D)對於比賽壓力的承受度。
24. ( )有關口腔病變的前兆，下列何者錯誤？ (A)口腔黏膜粗糙變白 (B)舌頭麻痺無味覺 (C)口腔內不明腫塊 (D)口腔黏膜久破不癒。
25. ( )每年的七月在福隆皆會舉辦貢寮海洋音樂祭，下列何種成癮藥物常在音樂祭的活動中被濫用？ (A)FM2 (B)海洛因 (C)搖頭丸 (D)大麻。
26. ( )長期嚼檳榔會帶來哪些健康及社會問題？甲、外銷他國促進經濟發展。乙、導致口腔癌。丙、亂吐檳榔汁有礙觀瞻。丁、造成牙周病。戊、種植檳榔破壞水土保持。(A)甲乙丙丁戊 (B)甲乙丙丁 (C)乙丙丁戊 (D)甲乙丙戊。

### 三、填充題

- 1.【 】是指當人遭受意外或突發疾病時，所給予的臨時緊急救護措施。
- 2.施行心肺復甦術時若需暢通呼吸道，則可採用【 】。
- 3.胸部按壓與人工呼吸的比例為【 】，若急救者未受訓練，人工呼吸不純熟、不敢做，則做連續的【 】。若CPR做到一半，傷患恢復呼吸、心跳，但仍昏迷不醒，則可將傷患擺成【 】姿勢。
- 4.心肺復甦術是指口對口【 】和胸外【 】合併使用的急救技術，簡稱【 】。
- 5.進行胸部按壓時，掌根不能置於【 】處，以免造成肝臟破裂；手指也不能直接緊貼壓在胸部上，否則可能造成【 】斷裂。
- 6.CPR急救流程可簡化為五步驟，請寫出口訣：叫→叫→【 】→【 】→【 】。
- 7.當進行心臟按摩時，掌根勿置於【 】上以免造成肝臟破裂。
- 8.檳榔所含的【 】與【 】是致癌物質，加上石灰等添加物，長期咀嚼容易罹患牙周病與【 】。
- 9.酒對【 】有抑制作用，會影響思考、行為及運動神經協調。
- 10.在成癮藥物的特性中，藥癮者須不斷增加藥物使用量，才能產生初次使用的效果，稱為【 】。
- 11.含類固醇成分的眼藥水，可能導致一些病毒性的眼疾惡化，長期使用還可能引發【 】。
- 12.臺灣的藥品分為三級：【 】、【 】、【 】。
- 13.運動員最常使用的禁藥是【 】，它是一種會刺激肌肉成長的男性賀爾蒙。
- 14.止痛藥的五要原則乃是指【 】、【 】、【 】、【 】、【 】。
- 15.以下是成癮藥物的種類名稱，請依照分類填入正確的代號

(甲)大麻、(乙)嗎啡、(丙)FM2、(丁)安非他命、(戊)海洛英、(己)K他命、(庚)搖頭丸、(辛)古柯鹼、(壬)搖頭丸

成癮藥物種類	成癮藥物名稱
(1)中樞神經興奮劑	【 】、【 】、【 】
(2)中樞神經抑制劑	【 】、【 】、【 】、 【 】
(3)中樞神經迷幻劑	【 】、【 】

四、單一選擇題

1. ( )以 2010 年新制，籃框距離三分線為幾公尺？ (A) 6.75 公尺 (B) 7.25 公尺 (C) 7.75 公尺 (D) 6.25 公尺。  
答案：(A)
2. ( )以推或撞到對手軀幹為哪種籃球犯規動作？ (A)阻擋 (B)撞人 (C)雙方犯規 (D)技術犯規。  
答案：(B)
3. ( )正規籃球比賽時間結束時，若兩隊比數相同應進行每次幾分鐘的延長賽，直到分出勝負為止？ (A) 3 分鐘 (B) 5 分鐘 (C) 10 分鐘 (D) 12 分鐘。  
答案：(B)
4. ( )在正規的籃球比賽中，一共分為幾節？ (A) 1 節 (B) 2 節 (C) 3 節 (D) 4 節。  
答案：(D)
5. ( )當你投籃時，若發現球連籃框都碰不著稱為什麼球？ (A)空心球 (B)籃板球 (C)籃外空心球 (D)三分球。  
答案：(C)
6. ( )一般球員違例是指在有防守球員下，持球球員幾秒內未有傳、投等動作？ (A) 5 秒 (B) 10 秒 (C) 15 秒 (D) 20 秒。  
答案：(A)
7. ( )排球賽中，共有幾位選手上場比賽？ (A) 3 人 (B) 4 人 (C) 5 人 (D) 6 人。  
答案：(D)
8. ( )排球比賽中，攔網是重要工作；請問誰可進行攔網？ (A)前排球員 (B)隊長 (C)自由球員 (D)比賽球員皆可。  
答案：(A)
9. ( )排球比賽中，發球時，球被允許拋起或離手幾次？ (A)一次 (B)兩次 (C)三次 (D)沒有次數限制。  
答案：(A)
10. ( )排球發球時，球觸及球網上緣後，落入對隊區之地面，此時 (A)犯規，球不可觸網 (B)得分 (C)重新發球 (D)得分，但警告一次。  
答案：(B)
11. ( )在排球比賽時，為了避免隊友在接球時互相碰撞應該用什麼方法來處理？ (A)趕快走開避免撞傷 (B)出聲提醒隊友 (C)把他推開 (D)穿戴護肩勇敢救球。  
答案：(B)
12. ( )下列何者不是桌球活動的優點？ (A)不限氣候影響 (B)所需的場地空間不大 (C)技術簡單，易學 (D)較為安全。  
答案：(C)
13. ( )一般桌球採勝球積分制，勝一球便得一分，先得幾分者為勝？ (A) 11 分 (B) 13 分 (C) 15 分 (D) 21 分。  
答案：(A)
14. ( )有關桌球發球的敘述，下列何者正確？ (A)發球後，球應該直接落在對方球桌上 (B)發球時，球應靜置於手掌心且在檯面水平之上 (C)發球時，應將球旋轉才可以發球 (D)發球後，球應先在自己的檯面彈跳兩次才能越過球網。  
答案：(B)
15. ( )發球區位置與單打中規則一樣，即以分數的什麼來決定？ (A)奇數、偶數 (B)大小、多寡 (C)領先、落後 (D)高、低。  
答案：(A)
16. ( )羽球發球時，哪種拿球方式是正確的？ (A)拿球前端 (B)拿球尾端 (C)拿球中段 (D)以上皆可。  
答案：(D)
17. ( )關於羽球的雙打規則，下列哪一項是正確的？ (A)我方得分為雙數時，在右方發球區發球 (B)發球觸網只能重新再發球一次 (C)擊球時腳踩邊線即算出界 (D)救球時球拍觸網無妨，身體觸網則失分。  
答案：(A)
18. ( )下列對於羽球的認識，下列何者錯誤？ (A)是一種球速慢慢的運動 (B)球拍輕 (C)老少咸宜 (D)有世界性的比賽。  
答案：(A)

19. ( )羽球發球中哪一種發球的目標是底線，且是高而深遠的球？ (A)高遠球 (B)短球 (C)長球 (D)挑球。  
答案：(A)
20. ( )關於羽球的比賽規則，下列何者錯誤？ (A)不論單雙打，每人都不得連擊兩次 (B)球拍不可過網擊球 (C)踩線發球仍為有效發球 (D)腳不能踏入對方球場中。  
答案：(C)
21. ( )跳遠的目的是下列敘述中的哪一項？ (A)速度快 (B)將身體移動到最高處 (C)空中動作的完美無缺 (D)身體重心移動到最遠。  
答案：(D)
22. ( )跳遠時助跑的主要目的在於下列哪一項？ (A)控制身體的穩定性 (B)增加水平速度 (C)拉長空中停留時間 (D)控制肌肉協調能力。  
答案：(B)
23. ( )阿誠參加跳遠比賽，他在距離起跳板前 20 公分就起跳，落地時從起跳板處丈量為 5.32 公尺，則這一次 阿誠 的跳遠成績應該記為多少才正確？ (A)不算，應該重跳 (B)5.12 公尺 (C)5.32 公尺 (D)5.52 公尺。  
答案：(C)
24. ( )阿國參加跳遠，落地時腳跟丈量為 5.22m，但他落地時手指也同時落地，經丈量結果為 5.12m，則這次 阿國 的跳遠成績應記錄為何？ (A)5.12m (B)5.17m (C)5.22m (D)不予計算。  
答案：(A)
25. ( )「貝蒙障礙」是哪種運動裡的專有名詞？ (A)跳高 (B)舉重 (C)100m 短跑 (D)跳遠。  
答案：(D)
26. ( )關於接飛盤需要掌握的要項，不包括下列哪一項？ (A)需要準備動作 (B)決定接飛盤的方式 (C)預測飛盤的落點 (D)判斷飛盤的重量。  
答案：(D)
27. ( )接飛盤時兩手掌上下夾住屬於何種接法？ (A)高手接 (B)低手接 (C)夾接 (D)掌接。  
答案：(C)
28. ( )以下何者不是籃球場上的位置？ (A)控球後衛 (B)中鋒 (C)得分後衛 (D)守門員。  
答案：(D)
29. ( )通常身材不特別高，但速度快，頭腦冷靜，可掌控全隊節奏者，適合打何種位置？ (A)控球後衛 (B)小前鋒 (C)中鋒 (D)得分後衛。  
答案：(A)
30. ( )發球時，以下何種狀況稱為界內球？ (A)球體觸地的部分完全落在界線外 (B)球觸及場地以外的任何地方 (C)球體全部通過網上垂直面 (D)球觸及標誌竿、繩子、網柱等。  
答案：(C)
31. ( )桌球比賽時，依規定發球必須將球拋高？ (A)16 公分以上 (B)30 公分以上 (C)在頭部以上 (D)沒有規定。  
答案：(A)
32. ( )常理而言，正手平擊球可以將桌球推至何處替自己製造得分的機會？ (A)對方的邊線 (B)對方的底線 (C)端線處 (D)球桌外面。  
答案：(B)
33. ( )羽球單打發球區、接球區位置之決定方式為何？ (A)猜拳決定 (B)以分數之偶數或單數作為判斷方式 (C)抽籤決定 (D)由各隊自行決定。  
答案：(B)
34. ( )羽球單打比賽，發球者得分為零或偶數時，應站在何處發球？ (A)左發球區 (B)右發球區 (C)不限球區 (D)中間發球區。  
答案：(B)
35. ( )羽球的計分法是採？ (A)發球者勝得一分 (B)發球者敗對方得一分 (C)落地得分制 (D)以上皆非。  
答案：(C)
36. ( )藉由跳遠運動的練習，可以幫助我們提升速度、彈跳力、身體平衡與肌肉協調的能力，是改善體適能中何者適能的運動項目之一？ (A)肌肉 (B)神經 (C)心臟系統 (D)呼吸系統。  
答案：(A)
37. ( )要準確的接住飛盤，須掌握以下哪些要點？ (A)要有準備動作 (B)要能判斷飛盤的速度 (C)要能預測飛盤落點 (D)以上皆是。

答案：(D)

38. ( )下列哪一種情況不算是犯規？ (A)搶籃板球時拉人或打手 (B)進攻球員在禁區停留超過三秒 (C)進攻球隊在 8 秒鐘的時間內進入前場 (D)防守者拉扯對方控球球員的衣服。

答案：(C)

39. ( )反手投擲飛盤時，中指應放在什麼地方？ (A)盤內緣 (B)盤底 (C)盤緣 (D)盤面。

答案：(A)

40. ( )關於跳遠的敘述，下列何者錯誤？ (A)沙坑應平整、鬆軟才安全 (B)是一項劇烈的運動 (C)跳躍後，從著地區直接折返回助跑道上 (D)平日多做下肢肌力的訓練有助於跳遠。

答案：(C)