

## 115年度健康小學堂益智搶答競賽題目(是非題)

題號	題目	解答	解釋
1	只要是藥都有副作用，所以覺得不舒服就可以吃止痛藥，多吃多喝水就好。	X	
2	藥局藥師執業執照上必須有藥師本人的大頭照。	○	合格的藥師執照上須有衛生福利部標誌、藥師大頭照、藥師姓名跟藥師執業場所名稱。
3	如果就診及領藥時有任何疑問應該向醫師或藥師詢問。	○	
4	想購買藥品，最好到藥局購買，千萬不要到來路不明網站(非實體店面)購買。	○	到實體店面購買，可以辨識藥品外觀及保存期限等相關訊息，較保障自身用藥安全。
5	想賣血壓計，店家需申請醫療器材許可執照才可賣。	○	血壓計屬醫療器材，需領得執照，始可販賣。
6	為節省空間，藥品跟食物可以放在一起。	×	藥品的保存須與食品明顯區隔存放，且避免放在小朋友可拿取的地方，防止誤食的情形發生
7	失智症會傳染。	X	失智症是一個進行性退化的疾病，非傳染性疾病。
8	記憶力減退到影響生活是失智症早期症狀之一。	○	
9	失智症是一種因大腦細胞退化所導致的疾病。	○	失智症是一種因腦部傷害或疾病所導致的漸進性認知功能退化，且退化幅度遠高於正常老化的進展。
10	失智症關懷專線為0800-474-580。	○	打免付費失智症關懷專線(限市話撥打) 0800-474-580(失智時 我幫您)
11	毒品一旦染上就很難戒除，最好的方式就是不要嘗試。	○	
12	不論以何種方式使用 K 他命，都會對膀胱造成嚴重損害。。	○	
13	拒絕不良嗜好、遠離是非場所，是預防毒品的的方法之一。	○	預防六招：1.生活作息正常，2.絕不好奇施用毒品，3.建立正確情緒紓解方法，4.不靠藥物提神與減肥，5.遠離是非場所，6.不接受陌生人的飲料、香菸。

## 115年度健康小學堂益智搶答競賽題目(是非題)

題號	題目	解答	解釋
14	吸食安非他命會導致人體瞳孔放大，進而引發畏光反應。	O	
15	若同時使用多種毒品，嚴重時可能威脅生命安全。	O	併用多種毒品將產生副作用加成效果，嚴重時將導致死亡。
16	我國的「毒品危害防制條例」，將毒品分為初級、中級、高級等三級。	X	毒品依其成癮性、濫用性及對社會危害性，分為四級。
17	上完課或運動後感覺口渴時，可以多喝含糖飲料同時補充糖份及水分。	X	
18	買食物不用評估自己需要吃多少，應多選大份量的食物。	X	
19	平時要攝取適量的食物熱量，才能維持健康體位。	O	
20	購買食品前，應該選購包裝完整，沒有破損的。	O	
21	每天飲食均衡、睡眠充足，規律性從事身體活動，可以幫助維持健康體位。	O	維持健康體位可透過均衡飲食、充足睡眠、適量運動、戶外活動、多曬太陽等來幫助。
22	水果富含維生素C及膳食纖維。	O	
23	在運動時，有特殊疾病或身體狀況的人需要做好適當準備及安全措施。	O	
24	在發生運動傷害的初始急性期，適合用熱敷。	X	冰敷
25	扭傷腳部腫大，每次冰敷時間不可超過30分鐘。	O	每次冰敷的時間為10-15分鐘，建議不可超過30分鐘。
26	在急救時，除非現場有危險存在，否則最好不要移動傷患。	O	急救時要注意，除非必要，否則不要任意移動傷者，但如在危險區，則應立即移至安全區。

## 115年度健康小學堂益智搶答競賽題目(是非題)

題號	題目	解答	解釋
27	心肺復甦術適用於心臟及呼吸停止的病患。	O	
28	流鼻血時應儘速將頭往後仰，減少失血。	X	流鼻血時頭部應向前傾，防止血液逆流。
29	冬天時如果浴室通風不良，使用瓦斯熱水器容易發生二氧化碳中度現象。	X	一氧化碳
30	「破壞家裡的東西，使家人感到害怕」是一種精神暴力。	O	
31	適度的壓力可以激發潛能，獲得好成績。	O	
32	與家人有誤會、衝突的時候，應該要心平氣和地多溝通。	O	家庭與婚姻關係中遇困難時，應和家人與伴侶互相溝通共同面對困境。
33	如果發現朋友心情不好，我要陪伴他並試著傾聽他。	O	瞭解朋友為什麼心情不好，若是自己能力無法做到的可以鼓勵他與班導師說。
34	每天都能適時讓自己放鬆休息，壓力就不會長期累積在身體裡。	O	
35	有自殺想法的人通常會在生活中表現出特別的徵兆。	O	
36	「關心家人親友來防治自殺」是專家才能做到的事，與我無關。	X	所有人都可以成為自殺防治守門人。

## 115年度健康小學堂益智搶答競賽題目(是非題)

題號	題目	解答	解釋
37	精神病的病人覺得最近的精神狀況比較好，就可以自己降低吃藥的劑量。	X	醫師在治療期間，會依病患對藥物反應不同，做個別的藥量或用藥種類進行調整，病患應先詢問專業醫師的建議，不可隨意降低劑量。
38	看病時，我會等護理師叫我的全名，並主動出示健保卡。	O	在求醫過程，主動提供身份證件或健保卡作為辨認身份的依據。
39	看診時，醫師透過健保卡就可以看到我過去的就醫與用藥紀錄。	O	
40	看診時應穿著容易穿脫的衣物，以方便醫師診察。	O	
41	為保護病患隱私，醫院可以拒絕民眾索取自己的病歷。	X	依醫療法第 71 條之規定，醫院不得拒絕民眾索取病歷。
42	看病時若有指定醫師或是加掛門診，可透過加收費用選擇我想要的醫師為我看病。	X	
43	看門診繳掛號費，若沒領藥，實在很吃虧，所以要要求醫師多開藥。	X	正確就醫的觀念是尊重醫師的專業，不要求醫師開立與病情無關的檢查、藥品及各項醫療行為。
44	常吃煙燻或燒烤食物會增加罹患大腸癌的機率。	O	
45	多吃蔬菜水果，少吃肉類可降低罹患大腸癌的風險。	O	
46	糖尿病是由於胰島素分泌不足或功能異常，導致身體無法正常處理糖分。	O	
47	冬天或天氣冷的時候才會引發中風、夏天或天氣熱的時候則不用擔心。	X	夏天的氣溫過高，「三高」族群本身血管狹窄，再加上水分補充不足，容易產生梗塞型腦中風現象。
48	高血壓患者應避免吃太多高鹽食物。	O	高血壓患者應避免吃太多高鹽高鈉食物。
49	痛風是因為血液中尿酸含量太高造成的疾病。	O	

## 115年度健康小學堂益智搶答競賽題目(是非題)

題號	題目	解答	解釋
50	當小圓接種完水痘疫苗，就一定不會罹患水痘。	X	水痘疫苗是一種活性減毒疫苗，可有效避免嚴重之水痘症狀，接種水痘疫苗後若仍感染水痘，其症狀亦較輕微，可能會產生較少的水痘，且較不會發燒，復原較快。
51	COVID-19疫苗和流感疫苗是可以同時施打的。	O	
52	人類和哺乳類動物是麻疹病毒之宿主及傳染窩。	X	人類是麻疹病毒唯一之宿主及傳染窩。
53	為了保護疫苗品質，運送流感疫苗時，應將溫度為持在0°C以下。	X	為確保流感疫苗品質，運送過程及儲存，均須維持於攝氏2-8度C，不可冷凍，且須避光儲存。
54	臺灣日本腦炎以三斑家蚊、環紋家蚊及白頭家蚊為主要的傳播媒介。	O	
55	日本腦炎在各縣市均曾有確定病例發生，流行地區遍及全臺灣。	O	
56	懷孕期間吸菸對孕婦無不良影響。	X	
57	接種 HPV 疫苗後應至少停留觀察30分鐘再離開。	O	
58	感冒時也可以捐血。	X	一般來說，捐血必須在身體健康良好狀況下才可以。感冒期間常併發呼吸道感染；且身體處於不舒服的情況下，因此，請捐血人痊癒後再捐血為宜。另外，如有服用感冒藥，請停藥1週後再捐血。
59	近視是無法預防的。	X	
60	視力檢查點散瞳劑的功用是為了讓睫狀肌放鬆，以正確測量眼睛的實際屈光度數。	O	
61	聽力損失會影響學習及與他人的互動。	O	

## 115年度健康小學堂益智搶答競賽題目(是非題)

題號	題目	解答	解釋
62	青少年為滿足自己的好奇心，偶爾嘗試吸菸是不會上癮的。	X	菸品具有成癮性。
63	電子煙只是水蒸氣，所以應該沒有二手煙的問題。	X	有二手煙危害且不易飄散。
64	如果是吸添加『水果氣味』的加味菸，是比較不會成癮的。	X	加味菸比一般菸更容易成癮，還更難戒除。
65	小學生自己不吸菸，但可以幫長輩到便利商店買菸。	X	菸害防制法規定，任何人不得供應菸品予未滿20歲者，違者將處新臺幣1萬元以上25萬元以下罰鍰
66	長期吸菸的人會誘發肺癌和其他癌症。	O	
67	吸食電子煙會導致癌症的發生。	O	
68	如果未滿20歲的青少年吸菸，必須接受戒菸教育。	O	
69	當病人需要協助卻無人在旁照顧時，可利用床旁護士鈴呼救即可。	O	
70	不當使用藥物可能會對健康產生危害。	O	
71	服用藥物最好搭配白開水。	O	
72	藥罐開封後，藥品保存期限會縮短。	O	藥罐保存期限是指未開封狀態下的期限，一旦開封後期限就會縮短。
73	需冷藏的藥物，貯存溫度為2-8℃。	O	需冷藏藥物的貯存溫度為2-8℃。
74	醫療院所具有開業執照，才是經政府核准開業的合法機構。	O	醫療機構之開業，應向所在地直轄市、縣(市)主管機關申請核准登記，經發給開業執照，始得為之。
75	牛奶、果汁只要沒有異味，即使超過保存期限也可以喝。	X	
76	醣類又稱為碳水化合物。	O	

## 115年度健康小學堂益智搶答競賽題目(是非題)

題號	題目	解答	解釋
77	國外進口的食品不需要標示中文。	X	進口食品應標示中文標示。
78	食物中毒是只要有1個人有腸胃不適之症狀即成立。	X	一般情況下，二人或二人以上攝取相同的食品而發生相似的症狀，則稱為一件食品中毒案件；或在特定情況下，若為肉毒桿菌毒素、特定化學或天然毒素(如河豚毒、麻痺性貝毒等)造成，即使一人也會被視為一件食品中毒案件。
79	薑可幫助身體促進血液循環、緩解感冒不適症狀、胃脹氣、打嗝等。	O	1. 促進血液循環 2. 提高免疫力 3. 幫助經血排除得更乾淨 4. 緩解感冒不適症狀 5. 緩解胃脹氣、打嗝
80	糙米比白米含有較多的維生素、礦物質與膳食纖維。	O	

資料來源：新北市政府衛生局