

112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	到藥局領藥時，應注意藥師有無配戴藥師執業執照。	○	
2	如果不確定止痛藥可不可以和其他藥品一起服用，應詢問藥師或醫師。	○	
3	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。	×	
4	成藥的止痛藥是成人才可以吃的，所以一定不可以給小朋友吃。	×	止痛藥的使用應依照藥品指示，不同年齡給予不同的服用劑量
5	用於治療癌症疼痛的嗎啡是屬於第一級的管制藥品。	○	
6	老皮未持處方箋到藥局，藥局直接賣安眠藥給他，他可向當地衛生局檢舉。	○	
7	失智症的早期症狀有記憶力減退影響到生活是其中之一。	○	
8	失智症是一個可治癒的疾病，只要有持續就醫，就會痊癒。	×	目前失智症為不可逆的疾病，僅能以非藥物為主。
9	失智症會傳染。	×	失智症是一個進行性退化的疾病.非傳染性疾病。
10	失智症是一種大腦細胞退化產生的疾病。	○	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，且此退化的幅度遠高於正常老化的進展。
11	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)
12	長照服務的對象僅限無法自理生活的失能者。	○	依據長照服務法第13條內容，長照服務亦服務失能者的主要照顧者。
13	若同時使用多種毒品，嚴重時可能造成生命的危害。	○	併用多種毒品將產生副作用加成效果，嚴重時將導致死亡。
14	免費提供K他命給朋友使用，因為沒有收錢不是販賣，所以就不會犯法。	×	仍然成立轉讓毒品罪。

112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
15	吸食毒品後，打排毒針可以排出毒素。	X	沒有所謂的排毒針與偏方
16	運送安非他命吸食器具，被警方查獲，因為「吸食器具」不是毒品，所以無罪。	X	持有毒品或專供製造、施用毒品之器具，都觸犯法律。
17	浴鹽是一種食用鹽，可以安心使用。	X	浴鹽為二級毒品，切勿隨意施用。
18	施用一、二級毒品是違法行為，施用三、四級毒品不會違法。	X	施用或持有三、四級毒品也是違法行為，將處以一萬元以上五萬元以下罰鍰，且要接受四到八小時的毒品危害講習。
19	喝含糖飲料會造成肥胖、齲齒、代謝症候群、慢性病等健康問題。	O	多項研究指出，攝取糖不僅會造成肥胖及齲齒，也與代謝症候群有關，可能誘導許多慢性病發生，包括高血壓、血脂異常及糖尿病等非傳染病，並加速身體老化，與癌症、認知能力降低亦有關；另會影響體內荷爾蒙作用，降低飽足感及進食後的愉悅感，使人吃進更多食物，進而導致肥胖及相關疾病。
20	優酪乳是奶類的一種，味道甜甜的、很好喝，一天可以喝10杯以上。	X	雖然優酪乳是奶類的一種，但市面上大部分的優酪乳都添加了很多的糖，喝太多容易變胖，所以購買時盡量挑選"無糖"的優酪乳
21	豆魚肉蛋類含豐富的醣類。	X	豆魚肉蛋類為蛋白質重要來源
22	購買食品前，應該選購包裝完整，沒有破損的。	O	
23	食品營養標示中的脂肪項目包括飽和脂肪酸及反式脂肪酸。	O	
24	罐頭如果表面出現膨大的現象，表示裡面的食物壞掉了。	O	
25	滅火器使用口訣為「拉瞄壓掃」並維持15秒	O	滅火器使用口訣2016年改為「拉瞄壓掃」並維持15秒。拉：拉插梢、拉噴嘴；瞄：瞄準火源根部；壓：壓把柄；掃：對著火源根部左右移動掃射。

112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
26	為避免佔用緊急求助電話，平時不可隨意撥打119或110。	○	緊急求助電話119或110，應於緊急事故發生時才撥打，避免佔用資源影響實際救援。
27	窒息是指食道受到阻塞，是飲食暫時停止的現象。	X	窒息是指異物阻塞氣管以至於無法呼吸。
28	急救的主要目的在挽救生命、防止傷勢或病情惡化，並能將傷患及早送醫治療。	○	急救的主要目的在挽救生命、防止傷勢或病情惡化，將傷患及早送醫。
29	心肺復甦術適用於心臟及呼吸停止的病患。	○	心肺復甦術使用於心臟及呼吸停止的病患。
30	心臟跟呼吸停止超過2天腦部細胞才會開始死亡。	X	美國「生命之鏈」之觀念，在心臟及呼吸停止之狀態，人之腦細胞於四分鐘開始死亡，於十分鐘內可能成為腦死。
31	有自殺想法的人通常會在生活中表現出特別的徵兆。	○	因此在注意到此訊息時，不要忽視訊息，建議帶其求助專業人員
32	會想要自殺的人，一定都有精神疾病。	X	想自殺的人只是壓力超過身心所能負荷的程度，不必然是精神疾病。
33	憂鬱症並不是一種疾病。	X	「憂鬱」指的是一般人都會出現的低落、不愉快、沮喪的情緒，但是「憂鬱症」是一種疾病。
34	努力工作、不休息放鬆，就可以擊敗憂鬱症。	X	對於溫和的憂鬱，這可能確實有所幫助，但過度的工作反而可能是臨床憂鬱症的跡象，特別是男性。好好休息才能擊敗憂鬱症。
35	如果對工作或課業沒有興趣、提不起精神，會影響到心理健康。	○	職業倦怠在自我價值的評價與現實中的工作成就不相符時，就會產生心理上較大的落差，另外在工作、生活、社會角色的混雜，工作中與高層領導的衝突，以及企業文化因素、工作辦公環境等，也都會影響員工的心理健康。
36	網路成癮是一種精神疾病。	○	網路成癮是一種精神疾病。

112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	健保卡遺失已補領，若是找到還可以再繼續使用。	X	健保卡遺失，於申請補領卡時遺失卡會被自動註銷，該註銷卡如事後找到，無法再使用。
38	正確就醫的第一步，就是直接至醫學中心就診，並依照醫師處方按時服藥。	X	正確就醫的第一步，就是在住家附近，選擇一位家庭醫師，固定在那裡看病，並依照醫師處方按時服藥。
39	看診時為求禮貌與美觀，應裝盛裝打扮，女性應該化妝。	X	千萬不要盛裝打扮，穿著容易穿脫的衣物，女性病患千萬不要穿著連身衣服，而且不要上妝為宜，以方便醫師診察。
40	全民健康保險的基本精神，就是人人有保。	O	全民健康保險的基本精神，就是不論貧富都可參加，平等獲得醫療服務，以集體力量分擔醫療風險。
41	家人的健保卡可以互相使用。	X	健保卡一人一卡，不能互相使用。
42	服藥時可以配果汁或牛奶。	X	服用藥物時，以溫開水吞食，切勿以酒、果汁、茶等飲料配藥吃，以免影響藥效，還可能危害健康產生。
43	檳榔子沒有添加物，所以不是一級致癌物。	X	檳榔子本身即是第一類致癌物，亦即檳榔子即使不加添加物，也會致癌。
44	腎臟生病主要的原因之一是泌尿道阻塞。	O	泌尿道阻塞會影響腎臟功能。
45	小明腎臟只有一顆，所以無法過正常生活。	X	人的腎有兩顆，共約100萬單位腎絲球，進行日常生活排泄功能約需30萬單位(30%)的腎絲球在工作就足夠，其餘70%是在休息狀態，因此健康情況良好的成人，捐出1顆腎臟並不影響其日常生活。
46	魯夫是腎臟病患者，在飲食上應選擇低蛋白的食物。	O	腎臟發生病變時，無法將體內的含氮廢物排出，故應採低蛋白、低鉀、低磷、低鹽等「四低飲食」。

112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
47	高血壓有可能會導致中風。	○	高血壓對中風的作用主要在於加速腦動脈硬化過程。
48	肝臟是人體內最大的器官	○	肝臟是人體內最大的器官，呈暗紅色，位於右肋骨的後下方，在橫膈膜之下，並有非常精細複雜的功能。
49	腸病毒發病前，就有傳染力。	○	感染腸病毒後，約2到10天（平均約3到5天）會開始出現症狀，故感染腸病毒的病人，在發病前幾天即具有傳染力；腸病毒可在分泌物持續存在3-4週，在腸道可持續6-8週，故病人大多數約一週左右痊癒，但痊癒後病毒還會持續經由糞便排出，故恢復期的病人仍具有傳染力。
50	感染腸病毒最有效的環境消毒方式，是使用酒精。	X	<p>感染腸病毒最有效的環境消毒方式是使用含氯漂白水，含氯漂白水之使用方法（使用時請穿戴防水手套並注意安全）：</p> <p>（1）一般環境消毒，建議使用500ppm濃度之漂白水。</p> <p>（2）針對病童分泌物或排泄物污染之物品或表面，建議使用1000ppm之漂白水。</p> <p>（3）以泡製500ppm含氯漂白水為例：</p> <p>a. 取市售家庭用漂白水（濃度一般在5到6%）5湯匙（一般喝湯用的湯匙，約15至20cc）。</p> <p>b. 加入10公升的自來水中（大寶特瓶每瓶容量1,250cc，8瓶即等於10公升），攪拌均勻即可。</p>
51	外食族群應注意飲食衛生使用公筷母匙，以避免感染B型肝炎病毒。	X	外食族群應注意飲食衛生，以避免感染糞口傳染之A、E型肝炎病毒。
52	大奕最近在研究「桿菌性痢疾」，他查到感染桿菌性痢疾的可能途徑是飛沫傳染。	X	桿菌性痢疾經糞口途徑傳染，主要藉由糞便中之囊體污染的飲用水、食物或病媒（如：蟑螂、蠅）傳染。

112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
53	登革熱典型症狀是發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉痛、關節痛及出疹。	○	
54	恙蟲病除了會傳染給齧齒科動物外，也會直接由人傳染給人。	X	恙蟲病不會直接由人傳染給人，而是被具傳染性的恙蟎幼蟲叮咬時，立克次體經由恙蟎唾液並透過叮咬部位的傷口進入人體而感染。
55	耳廓的功能是傳遞聲波	X	耳廓的功能是收集聲波
56	耳朵是一個聽覺器官，也是生理上很重要的平衡器官之一。	○	
57	小花刷牙時發現牙齦流血及牙肉紅腫的狀況，可能是得了牙周病。	○	刷牙流血、牙肉紅腫.情況進一步惡化便會出現牙肉萎縮、牙齒開始敏感、疼痛、移位甚或鬆脫即是牙齒周圍組織的疾病(牙周病)
58	目前有疫苗可以預防子宮頸癌。	○	人類乳突病毒疫苗可以預防子宮頸癌
59	學齡前階段是兒童發展的重要時期。	○	
60	蔬菜類的營養小子維生素B，可以讓我們的視力變好。	X	蔬菜類裡可以讓我們視力變好的營養小子是維生素A，不是維生素B。維生素A主要存在深色葉菜類、胡蘿蔔等。
61	二手菸雖然會讓人感到不舒服，但對健康是不太有危害的。	X	二手菸是「A級致癌原」
62	依據『學校衛生法』的規定，高中以下學校禁止販賣菸、酒。	○	
63	研究指出，青少年吸菸上癮的速度較成人快。	○	
64	如果發現電子煙含有毒品，我們可以依據「毒品危害防制條例」來處罰。	○	
65	如果發現發現電子煙含有尼古丁，是屬於偽劣假藥可以依據「藥事法」處理。	○	

112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
66	維他命棒、果汁棒長得又炫又不像菸，不會像吸菸那樣傷身。	X	內含有致癌等危害物質
67	忘記服藥時，下次服藥時仍使用正常劑量。	O	按時服藥很重要，不要任意增減藥量，服用後不舒服，可以打電話詢問醫師或專業藥師。
68	使用藥物時「有效」是合理用藥的基本原則之一。	O	合理用藥的基本原則包括安全、有效、簡便與經濟。
69	服藥時可隨意更改藥物劑量。	X	按時服藥很重要，不要任意增減藥量，服用後不舒服，可以打電話詢問醫師或專業藥師。
70	為方便存放藥物，將藥物分裝在漂亮的糖果罐，美觀又環保。	X	不要隨意以食品空罐分裝藥品，以免誤食。
71	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。
72	需冷藏的藥物，貯存溫度為2-8°C。	O	需冷藏藥物的貯存溫度為2-8°C。
73	手術前醫師、護理人員或技術人員應該確認我的手術部位，並用筆標記。	O	
74	食品工作人員每年應進行至少1次定期健康檢查。	O	
75	食物中毒是只要有1個人有腸胃不適症狀即成立。	X	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。如因肉毒桿菌毒素而引起中毒症狀且自人體檢體檢驗出肉毒桿菌毒素，由可疑的食品檢體檢測到相同類型的致病菌或毒素，或經流行病學調查推論為攝食食品所造成，即使只有一人，也視為一件食品中毒案件。如因攝食食品造成急性中毒（如化學物質或天然毒素中毒），即使只有一人，也視為一件食品中毒案件。

112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
76	牛奶、果汁只要沒有異味，即使超過保存期限也可以喝。	X	依食品安全衛生管理法第15條，逾有效日期之產品不得販售。另有效期限是廠商對該產品品質保證的期限，逾保存期限的產品是否已經變質，不易由產品外觀、或口味判斷。
77	市售有容器或包裝之牛肉產品應標示牛肉產地。	O	衛生署於101年9月6日以署授食字第1011302808號公告「有容器或包裝之食品原產地標示相關規定」
78	只要符合健康概念，可補充維生素的食品就是健康食品。	X	依健康食品管理法之規定，所稱之健康食品，指具有保健功效，並標示或廣告其具該功效之食品。且經申請查驗登記通過許可，即可稱健康食品。
79	將過期食物作為贈品，因為並未營利，所以不違法。	X	依食品安全衛生管理法第15條，過期的食品不得製造、加工、調配、包裝、運送、貯存、販賣、輸入、輸出、作為贈品或公開陳列。
80	我國食品安全衛生管理法並未涵蓋食品用清潔劑之相關規範。	X	依據食安法第27條，食品用洗潔劑之容器或外包裝，應以「中文」及通用符號，明顯標示下列事項： 一、品名。二、「主要成分」之化學名稱；其為二種以上成分組成者，應分別標明。三、淨重或容量。四、國內負責廠商名稱、電話號碼及地址。五、原產地(國)。六、製造日期；其有時效性者，並應加註有效日期或有效期間。七、適用對象或用途。八、使用方法及使用注意事項或警語。九、其他經中央主管機關公告之事項。

資料來源：新北市政府衛生局