

1. 生命的起源在於精子與卵子結合的那一刻開始，有關這個歷程的敘述，下列哪些正確？  
①每次排卵後，卵子可在女生子宮內存活一週  
②當第一隻精子進入卵子後，其他精子就不能進入卵子  
③受精卵大約在受精 10 天內著床於子宮壁  
④精子與卵子常見的結合處在子宮頸口  
(A) ①③ (B) ②④ (C) ②③ (D) ①④
2. 如果想確認是否懷孕，下列哪些方式可行？  
①性行為完後隔天就可以從尿液中檢測 HCG  
②月經延遲，但驗尿測不出懷孕可至醫院抽血檢查 HCG  
③月經推遲後 2 週至婦產科做腹部超音波  
④月經推遲後 2 週至婦產科做陰道超音波  
(A) ①②④ (B) ②③④ (C) ①③④ (D) ①②③
3. 曉華的姐姐規劃結婚一年後懷孕，她可以開始做哪些準備？  
①維持均衡飲食  
②和老公一起規律運動與作息  
③如超過一年仍未懷孕，至婦產科檢查是否不孕  
④請老公開始戒菸  
⑤維持理想體重  
(A) ①②③④⑤ (B) ①②④⑤ (C) ①③④⑤ (D) ②③④⑤
4. 在懷孕第二期的時候，有關媽媽與寶寶的變化，下列哪位同學敘述正確？  
①小美：媽媽可以明顯感覺胎動  
②阿偉：此時寶寶可以聽到爸媽的聲音  
③暖暖：此時期媽媽容易有孕吐情況  
④小玉：胎兒開始轉向頭朝下  
(A) ①② (B) ③④ (C) ①④ (D) ②③
5. 琪琪懷孕 20 週，最後一次月經(LMP)為民國 112 年 3 月 6 日，懷孕前月經週期均約 30 天左右，其預產期約在何時？  
(A) 112 年 11 月 13 日  
(B) 112 年 12 月 13 日  
(C) 113 年 1 月 6 日  
(D) 113 年 2 月 6 日
6. 琪琪在懷孕末期的時候出現下列哪些徵兆就表示即將生產？  
①少量出血伴隨大量黏液  
②腰背痠痛休息後可緩解  
③陰道持續流出羊水  
④陣痛越來越規律  
(A) ①②③④ (B) ②③④ (C) ①②③ (D) ①③④
7. 在懷孕期間服用葉酸可以減少胎兒腦神經管缺損發生的情況，請問在哪個孕期服用效果較佳？  
(A) 懷孕初期 (B) 懷孕中期  
(C) 懷孕後期 (D) 整個孕期

8. 小美是產後病房護理師，她目前要製作產後照顧衛教單張，她可以放下列哪個內容？  
 (A) 坐月子期間不要洗澡避免產後傷口感染  
 (B) 剛生產完體力消耗大，應多臥床休息不要下床走動  
 (C) 產後出血量突然增多是正常，因為正在排除胎盤碎片  
 (D) 產後採飲食以均衡營養為原則
9. 想要成功哺餵母乳，下列哪些方法可以增加成效？  
 ① 寶寶出生後盡早與媽媽肌膚接觸  
 ② 為了增加母乳量可多攝取高葡萄糖飲食與水分  
 ③ 隨時保持警備狀況，固定時間一到就餵母乳  
 ④ 選擇母嬰親善醫療院所  
 (A) ①② (B) ③④ (C) ①④ (D) ②③
10. 葉奶奶最近被診斷為失智症，下列哪些是失智症的警訊？  
 ① 容易忘記以前的事情，對近期的記憶力較佳  
 ② 出門後會找不到回家的路  
 ③ 對原本的嗜好興趣降低  
 ④ 警覺心下降，容易相信別人  
 ⑤ 言語表達或書寫出現困難  
 (A) ①②③ (B) ②③⑤ (C) ①②④ (D) ②③④
11. 有關失智症的相關敘述，下列何者正確？  
 (A) 可透過多動腦、多運動增加大腦保護因子  
 (B) 目前有藥物可以治癒  
 (C) 是老化的一個正常現象  
 (D) 症狀惡化快速且明顯
12. 小智的爺爺最近因為中風導致生活自理能力受限，目前接受長期照護服務中，他們可獲得哪些服務？  
 ① 至醫療院所進行復健時的交通車接送  
 ② 照護人員到府協助沐浴  
 ③ 免費輪椅及輔具使用  
 ④ 家人喘息服務申請  
 ⑤ 居家無障礙空間改善  
 (A) ①②③④ (B) ①②④⑤  
 (C) ②③④⑤ (D) ①②③④⑤
13. 有關長期照護的相關敘述，下列何者正確？  
 (A) 長期照護服務專線是 1995  
 (B) 服務對象包括 50 歲的原住民  
 (C) 長照 2.0 核心目標是落實社區與在地老化  
 (D) 共餐服務是 B 級複合型服務中心的服務內容之一
14. 老化是無法避免的生理現象，而日常生活中哪些因子會加快老化速度？  
 ① 緊張的情緒 ② 熬夜 ③ 多運動 ④ 油炸食物 ⑤ 新鮮蔬果 ⑥ 紫外線  
 (A) ①②③④ (B) ①③④⑤  
 (C) ②③④⑤ (D) ①②④⑥

15. 最近奈奈的奶奶來家裡同住，有關長者的日常照護，下列何者正確？  
(A) 奶奶無法穩住餐具所以直接協助餵食  
(B) 經常更動家中擺設變換心情  
(C) 利用天然食材調味增加食慾  
(D) 為避免奶奶跌倒請她盡量躺床休息
16. 阿享想當個健康活力長者，依據健康老化原則，他可做下列哪些事情？  
①等到退休後再進行健康生活型態  
②秉持活到老學到老的態度學習新知  
③尋找適合自己的紓壓管道  
④退休後盡量在家以免感染傳染病  
⑤面對挫折時，訓練正向思考  
(A) ①②③ (B) ①③④ (C) ②④⑤ (D) ②③⑤
17. 上健康與護理課時，同學們根據世界衛生組織 WHO 的安寧緩和醫療定義進行討論，下列何者完全正確？  
(A) A 生認為：用以維持照護對象生命徵象而達到延長存活時間的效果  
(B) B 生認為：照護對象可選擇在家安寧療護  
(C) C 生認為：治療與處理病人的身心靈症狀  
(D) D 生認為：照護對象只適用於癌症末期患者
18. 下列哪些為安寧療護的照護面向？  
①全家：除了照顧患者也關懷家屬 ②全人：保持身體的完整性  
③全隊：專業醫療團隊提供照護 ④全程：照護患者到臨終  
⑤全院：以整個醫院內的服務為主  
(A) ①③④ (B) ①③⑤ (C) ②③④ (D) ①④⑤
19. 在愛情當中學習提升自尊是一件重要的事情，下列哪個狀況是屬於高自尊者的愛情展現？  
(A) 小美被男友劈腿了，她覺得自己很倒楣都遇到渣男  
(B) 欣欣認為如果拒絕學長的親密接觸要求，會導致分手  
(C) 小傑面對學妹的告白表達感謝對方心意，但仍態度堅定地告知拒絕理由  
(D) 阿健覺得自己長得不夠帥所以都交不到女朋友
20. 有關恐怖情人的社會案件時有所聞，談感情時除了享受甜蜜之外，還需要留意對方是否有恐怖情人的特質，下列哪一個是恐怖情人的特質？  
(A) 曉雯能跟男友互相分享價值觀  
(B) 阿輝認為查看女友手機是關心的展現  
(C) 美美跟男友爭吵過後會修正自己的表達方式  
(D) 關係出現問題時，強仔會理性與女友溝通討論
21. 當感情走到盡頭時，我們可以做下列哪些事？  
①談分手時自己前往，不告訴任何人，保持自己最後的面子  
②常到熱戀時的約會地點走動，回憶以往甜蜜時光  
③理性思考彼此不適合的地方  
④轉移生活重心，展開新生活  
⑤不要關注對方社群動態  
(A) ①②③ (B) ③④⑤ (C) ①③④ (D) ②④⑤

22. 有關男性生殖器保健相關敘述，下列何者正確？  
 (A) 自慰有礙健康與生殖器發展，應盡量避免  
 (B) 每個男生都需要割除包皮以免因為清潔不易造成感染  
 (C) 如果陰囊出現紅腫熱痛等現象可能是睪丸癌的症狀  
 (D) 每個月定期作睪丸自我檢查
23. 有關女生月經相關敘述，下列何者正確？  
 (A) 月經週期是指月經來的最後一天到下次來的前一天  
 (B) 月經造成的疼痛可以自己服用止痛藥  
 (C) 月經量大的時候混有小血塊是正常現象  
 (D) 爲了減少感染可以自行陰道盥洗
24. 透過乳房自我檢查可以早期發現、早期治療，遠離疾病威脅，有關乳房自我檢查的對象與時間敘述，下列哪些正確？  
 ①懷孕婦女不需要進行乳房自我檢查，以免過度刺激造成宮縮  
 ②停經的婦女每個月固定找一天檢查  
 ③男性每個月固定找一天檢查  
 ④月經結束一週內檢查  
 ⑤月經來的第一天檢查  
 (A) ②③④ (B) ①②③ (C) ②③⑤ (D) ①③④
25. 有關避孕方法與避孕原理配對，下列哪些正確？  
 ①保險套：阻止精子與卵子結合  
 ②口服避孕藥：抑制排卵  
 ③結紮：抑制排卵或製造精子  
 ④子宮內避孕器：干擾受精卵著床  
 ⑤安全期計算：阻止精子與卵子結合  
 (A) ①②③ (B) ②③④ (C) ①②④ (D) ①②③④⑤
26. 有關避孕藥物使用注意事項，下列何者正確？  
 (A) 避孕藥屬於指示藥，不需要醫生處方箋就可以自行購買  
 (B) 開始服藥第一天就有避孕效果  
 (C) 哺餵母乳時不可使用避孕藥  
 (D) 一旦忘記服藥一次就沒避孕效果，要改用其他方式避孕
27. 小均意外懷孕發現時已經 15 週，她可以選擇的方式有哪些？  
 ①可選擇結婚生下共同撫養  
 ②可以選擇的墮胎方式是真空吸引術  
 ③可選擇引產的方式墮胎  
 ④可選擇出養  
 (A) ①③④ (B) ①②③ (C) ②③④ (D) ①②③④
28. 王太太產檢時發現胎兒畸形不宜繼續懷孕決定人工流產，下列哪些是她需要注意的事項？  
 ①1 週內避免搬運重物 ②1 個月後可以再準備懷孕  
 ③注意有無出血感染等情況 ④親友給予陪伴走出憂傷情緒  
 (A) ①②③ (B) ①③④ (C) ②③④ (D) ①②④

29. 在上完全面性教育的課程後，下列何者的觀念正確？  
(A) 蔚蔚：聽說過度自慰會造成腎虧  
(B) 小傑：性傳染病只會透過親密的性行為傳染才會被傳染  
(C) 霏霏：即使在網路匿名也不能隨意傳播跟性相關的影片或照片  
(D) 強仔：使用保險套時可穿戴兩層增加避孕效果
30. 子宮頸癌是女性癌症前幾名，主要是感染何種病原體所導致？  
(A) 人類免疫缺乏病毒  
(B) 梅毒螺旋體  
(C) 奈瑟氏淋病雙球菌  
(D) 人類乳突狀病毒
31. 有關「AIDS Free Generation 免於愛滋病世代」世界衛生組織提出 2030 達成 95-95-95 的目標，其內容為何？  
①95%感染者可以孕育健康下一代  
②95%感染者知道自己的病況  
③95%的服藥者成功抑制病毒量  
④95%的病患能痊癒  
(A) ①② (B) ②③ (C) ①④ (D) ②④
32. 預防約會強暴的注意事項，下列哪些正確？  
①通常都是穿著清涼與暴露才會誘發約會強暴  
②就算跟熟人約會也要提高警覺心  
③不幸發生強暴事件時，應趕快沖洗身體以免感染疾病  
④在未清楚表達的情況下發生性行為就算強暴  
(A) ①④ (B) ②③ (C) ②④ (D) ①③
33. 曉惠受到#Me Too 事件受害者，勇敢說出自身性侵害受害經歷的影響，說出在校期間曾遭學長騷擾的過往，並向學校提出申請調查，她可以依據下列哪個法規提出申請？  
(A) 性別平等教育法  
(B) 性騷擾防治法  
(C) 性別平等工作法  
(D) 社會秩序維護法
34. 用眼過度是目前青少年的健康問題之一，在日常生活當中可以透過哪些小方法做視力保健？  
①睡前使用手機時可以關燈，以免太亮刺激眼睛  
②每年進行 1~2 次視力檢查  
③搭車時把握時間看書  
④多攝取維他命 A、B、C  
⑤每用眼 30 分鐘就休息 10 分鐘  
(A) ①②⑤ (B) ②④⑤  
(C) ①④⑤ (D) ②③④
35. 下列哪位同學符合傳統養生的原則？  
(A) 小雯：可依據 12 個時辰經絡養生法休養生息  
(B) 小藏：不妄作勞是指要多勞累才能保健身體  
(C) 小康：生病的時候再依據傳統養生之道修養身心  
(D) 小健：關於養生之道要與時俱進，傳統養生方式已不符合需求

36. 歡歡的新生健康檢查單中，B 型肝炎檢查項目的結果顯示：HBsAb(-) 與 HBsAg(+)，其代表的意義為何？  
 (A) 她已有 B 型肝炎抗體  
 (B) 她沒有感染 B 型肝炎  
 (C) 她感染 B 型肝炎，建議追蹤是否產生抗體  
 (D) 她應注射 B 型肝炎疫苗
37. 辰辰抱怨最近都難以入眠，她可以採用下列哪些建議？  
 ①服用奶奶的安眠藥試試  
 ②日間保持足夠的活動量  
 ③想睡覺的時候再睡覺就好  
 ④睡前避免使用 3C 產品  
 (A) ①② (B) ③④ (C) ①③ (D) ②④
38. 有關健康影響四大因素，生活型態是最重要的部分，下列何者屬於健康生活型態的範疇？  
 (A) 了解家族遺傳史  
 (B) 騎乘機車戴安全帽  
 (C) 珍惜健保資源  
 (D) 隨身攜帶環保餐具
39. 小威發現最近自己喝太多的飲料，他透過健康自我管理步驟擬定計畫，其中一項是「紀錄每日喝飲料的次數、量，計算每週達成率」是屬於哪一個步驟？  
 (A) 找出待改進的習慣  
 (B) 訂定改變目標  
 (C) 簽訂契約  
 (D) 確實執行並填寫紀錄
40. 可以透過觀察大便了解自身健康樣態，下列各種情況何者敘述正確？  
 ①小泉說他糞便顏色是灰白色，可能是十二指腸阻塞造成的結果  
 ②美美大便呈現偏紅色，可能是昨晚吃完紅肉火龍果導致  
 ③奶奶最近大便變細小且帶有血跟黏液要檢查是否有大腸直腸癌  
 ④李先生上消化道潰瘍可能會呈現瀝青色大便  
 (A) ①②③ (B) ②③④ (C) ①③④ (D) ①②③④
41. 小偉一家人在晚餐時間，依據「我的餐盤」原則用餐，下列哪些人的選擇符合「我的餐盤」？  
 ①小偉吃了一碗全穀飯  
 ②媽媽的餐盤中蔬菜量比飯多  
 ③爸爸吃了比掌心大的炸豬排  
 ④妹妹飯後吃一個拳頭大的水果  
 (A) ①② (B) ②③ (C) ①④ (D) ③④
42. 輝仔(體重 80 公斤)吃完一塊蛋糕(400 大卡)後，想透過跳繩(熱量消耗為 8.4 大卡/公斤體重/小時)消耗熱量，請問他跳繩半小時可消耗多少的熱量？  
 (A) 168 大卡 (B) 336 大卡 (C) 500 大卡 (D) 672 大卡
43. 李爺爺疑似罹患肺結核，目前症狀為咳嗽超過兩週、沒有食慾以及有胸痛的情況，依據結核病簡易篩檢表評估李爺爺有幾分？  
 (A) 3 分 (B) 4 分 (C) 5 分 (D) 6 分

44. 癌症是國人十大死因之首，透過「五癌篩檢」早期發現、早期治療可以降低死亡率，有關「五癌篩檢」的內容與對象，下列何者正確？  
①20 歲的劉小姐符合每年一次子宮頸抹片檢查  
②50 歲的蘇太太有肺癌家族史，符合 2 年一次肺癌低劑量電腦斷層檢查(LDCT)  
③40 歲的陳太太符合每 2 年 1 次乳房攝影檢查  
④22 歲的小康是原住民，符合 2 年一次口腔黏膜檢查  
⑤70 歲的李爺爺符合每 2 年一次的大腸糞便潛血檢查  
(A) ①③ (B) ④⑤ (C) ②⑤ (D) ①②
45. 李爺爺疑似中風，他的家人依據「FAST」步驟辨識是否中風，下列辨識步驟何者排序正確？  
①請他讀一句話，觀察是否清晰、完整  
②明確記下發作時間，立刻送醫  
③請他微笑或觀察患者兩邊的臉是否對稱  
④請他將雙手抬高平舉，觀察其中一隻手是否會無力下垂  
(A) ③④①② (B) ①②③④ (C) ③①④② (D) ②③①④
46. 下列哪些符合代謝症候群的判斷標準？  
①男性腰圍 $\geq 80$  cm (31 吋)、女性腰圍 $\geq 90$  cm (35 吋)  
②收縮壓 $\geq 130$  mmHg 或舒張壓 $\geq 85$  mmHg  
③空腹血糖值 $\geq 100$  mg/dL  
④空腹三酸甘油酯 $\geq 150$  mg/dL  
⑤高密度脂蛋白膽固醇偏低：男性 $\geq 40$  mg/dL、女性 $\geq 50$  mg/dL  
(A) ①②③ (B) ②③④ (C) ②③⑤ (D) ①③⑤
47. 有關血壓測量注意事項，下列哪些正確？  
①血壓測量前先休息 5 分鐘  
②測量時壓脈帶低於心臟  
③測量血壓時可以說話  
④測量時腰部挺直  
⑤測量兩次時須先休息 10~15 分鐘  
(A) ①②⑤ (B) ①②③ (C) ②④⑤ (D) ①④⑤
48. 有關發燒時的自我照護措施，下列何者正確？  
(A) 一發燒就馬上給予退燒藥  
(B) 大量出汗時要穿厚衣物與增加被蓋才能退燒  
(C) 增加水分與電解質補充  
(D) 增加身體活動以促進散熱
49. 下列哪個傳染病的傳染途徑與 A 型肝炎一樣？  
(A) B 型肝炎 (B) 諾羅病毒 (C) 日本腦炎 (D) 猴痘
50. 小威從日本旅遊返台時突然發燒全身紅疹，依據傳染病防治策略，可以對小威進行哪個防治措施？  
(A) 個人與家庭防護 (B) 境外阻絕 (C) 社區防疫 (D) 邊境管制

【以下空白】