

上海市青少年健康知识网上竞答——小学高年级组

疾病防控

一、单选题

1. 教室不经常开窗的坏处是： D
 - A. 使室内空气流动更快
 - B. 减少病菌在室内的停留
 - C. 保持室内空气的清新
 - D. 容易传播呼吸道传染病
2. 怎样做才能防止烫伤？ C
 - A. 配温水时先倒开水后倒冷水
 - B. 掀锅盖时，露出一条细缝，使水蒸气直对自己和手臂
 - C. 不摸烧过后未冷透的铁器
3. 打喷嚏时错误的做法是： B
 - A. 尽可能用手帕捂住口鼻
 - B. 对着人打
 - C. 将脸背到不对着人的地方打
4. 寄生在人体肠道，消耗人体营养，引起营养不良、消瘦、贫血等症状，在小肠内钻动，常引起肚脐周围或腹部疼痛，你判断这是什么病？ A
 - A. 蛔虫病
 - B. 感冒
 - C. 手足口病
 - D. 腮腺炎
5. 在腮腺炎流行季节，错误的做法是 B
 - A. 少去公共场所
 - B. 可以和患病者接触，不会被传染
 - C. 外出戴口罩
 - D. 在医生指导下预防服药
6. 在预防细菌痢疾方面，哪种做法是正确的 B
 - A. 生吃未洗净的瓜果蔬菜
 - B. 不吃苍蝇叮过的食物
 - C. 不洗手拿东西吃
 - D. 吃病人吃剩的食物
7. 预防“流脑”的错误做法是： C
 - A. 开窗换气常晒衣
 - B. 盐水漱口炼身体
 - C. 流行季节多外出
8. 学生发生脊柱弯曲异常的原因有： B
 - A. 保持良好的姿势
 - B. 长期以来，一侧背书包或只用一只手提重物

- C. 课桌椅高度适合身高要求
9. 预防碘缺乏病最简单、经济的方法是： C
- A. 多吃牛奶、肉鱼类等食物
- B. 加强体育锻炼，多吃蔬菜瓜果等食物
- C. 长期坚持食用碘盐，多吃海带等食物
10. 流感主要的传播途径？ B
- A. 肠道
- B. 呼吸道
- C. 蚊虫叮咬
- D. 其他
11. 以下哪个选项都是传染病 A
- A. 水痘、手足口病、猩红热、流感
- B. 水痘、手足口病、流感、胃肠炎
- C. 手足口病、猩红热、肺结核、龋齿
- D. 水痘、手足口病、猩红热、近视
12. 以下哪个疾病的传播途径描述不恰当的是 C
- A. 使用了结膜炎患者用过的毛巾后得了结膜炎
- B. 购买了街边摊的哈密瓜串，吃了以后腹泻
- C. 和麻疹病人对话后一定会得麻疹
- D. 和打过喷嚏的人握手后得了感冒
13. 口中有痰时，我们应该 B
- A. 立刻吐在地上
- B. 吐到纸巾中后扔入垃圾桶
- C. 咽下去
- D. 吐到角落
14. 当身边的同学患有肺结核后，我们应该 D
- A. 拒绝和他来往
- B. 提醒别人他患有肺结核并远离他
- C. 要求他转移至其他班级
- D. 建议他到结核病防治所接受正规治疗
15. 下面哪个是乙肝的传播途径 D
- A. 血液传播
- B. 母婴传播
- C. 性传播
- D. 以上都是
16. 以下关于手足口病的症状，正确的是 A
- A. 主要症状是发热，手掌、足底、口腔黏膜出现皮疹
- B. 主要症状是发热，只有手掌、足底出现皮疹
- C. 主要症状是发热，全身出现皮疹
17. 以下哪个是猩红热的最主要的传播途径？ C
- A. 食物
- B. 空气

- C. 带有病菌的飞沫
18. 以下关于诺如病毒感染性腹泻的传播途径错误的是 A
- A. 感染了病毒的蚊子叮咬
 - B. 污染病毒的水和食物
 - C. 带有病毒的飞沫
19. 体重指数 BMI 的计算方法 B
- A. 身高 (m) / 体重² (kg²)
 - B. 体重 (kg) / 身高² (m²)
 - C. 身高² (m²) / 体重 (kg)
 - D. 体重 (kg) / 身高² (cm²)
20. 口渴时应该首选下列哪个解渴 A
- A. 白开水
 - B. 可乐或雪碧
 - C. 酒
 - D. 从水龙头直接接来的水
21. 儿童青少年每日应进行至少累计 () 分钟的中高强度身体活动? B
- A. 30
 - B. 60
 - C. 90
 - D. 100
22. 下面哪种食物天天吃对身体没有好处? B
- A. 豆制品、奶制品类
 - B. 饼干、薯条、烤香肠
 - C. 馒头、米饭
 - D. 蔬菜
23. 如果发现自己变胖了, 应该怎么做? B
- A. 为了减肥不吃早餐
 - B. 加强锻炼, 并注意改善饮食习惯
 - C. 不管不顾, 无所谓
24. 近视的主要症状: A
- A. 视远不清, 视近清
 - B. 视近不清, 视远清
 - C. 视近、视远均不清
25. 关于读写纸张的要求, 以下说法正确的是 C
- A. 应选择使用纸张较厚、光滑甚至是反光的簿册
 - B. 为节约用纸, 图书字迹越小越好
 - C. 页面颜色应为浅色
26. 儿童青少年视力低下的诊断标准是 C
- A. 裸眼视力低于 4.5
 - B. 裸眼视力低于 4.8
 - C. 裸眼视力低于 5.0
 - D. 裸眼视力低于 5.5

27. 防治儿童青少年近视眼常见的措施是 E
- A. 合格的读写环境
 - B. 增加户外活动
 - C. 正确的读写姿势
 - D. 减少长时间近距离用眼
 - E. 以上均是
28. 小学生每日睡眠时间不应少于_____小时 D
- A. 7
 - B. 8
 - C. 9
 - D. 10
 - E. 11
29. 初中生每日睡眠时间不应少于_____小时 C
- A. 7
 - B. 8
 - C. 9
 - D. 10
 - E. 11
30. 高中生每日睡眠时间不应少于_____小时 B
- A. 7
 - B. 8
 - C. 9
 - D. 10
 - E. 11

二、多选题

1. 艾滋病病毒感染者和艾滋病患者有哪项权利。 ACD
- A. 工作
 - B. 捐献血液
 - C. 享受医疗保健
 - D. 参加社会活动
2. 正在班级里听课的时候突然有同学呕吐了，正确的做法是 CD
- A. 及时拿上拖把、抹布帮助同学清理呕吐物
 - B. 马上用清水冲洗呕吐物
 - C. 马上远离呕吐物，请老师或其他成年人来妥善处理
 - D. 对被病人排泄物、呕吐物污染的场所和物品要严格消毒
3. 以下是甲型流感的传播途径的是： BC
- A. 蚊虫叮咬传播
 - B. 飞沫传播
 - C. 体液传播
4. 感染甲型流感后的主要症状有哪些？ ABCD
- A. 发热

B. 咳嗽

C. 咽痛

D. 流涕

5. 乙型流感的主要症状有以下哪些?

ABD

A. 发热

B. 全身酸痛

C. 呕吐

D. 食欲减退

6. 当同班同学 A 感染手足口病时, 正确的做法有哪些?

ACD

A. 及时告诉老师, 因为手足口病会传染

B. 正常与同学 A 交流, 因为手足口病只会通过粪口传播

C. 尽量与同学 A 保持距离, 因为手足口病会通过飞沫传染

D. 要勤洗手, 因为手足口病会通过被污染的手及物品传播

7. 下列属于感染水痘后的主要症状的是:

ABCD

A. 全身出现疱疹

B. 全身乏力

C. 低热

D. 畏寒

8. 以下正确预防水痘的方法是:

ACD

A. 及时注射水痘疫苗

B. 在水痘高发期少喝水

C. 不随意触碰水痘患者的生活用品

D. 饭前便后洗手

9. 班级同学在教室里突然呕吐, 正确的做法是什么?

ABD

A. 立即报告老师

B. 远离呕吐物

C. 主动清理呕吐物

D. 及时撤离教室

10. 下列哪项是身体活动的益处

ABCDE

A. 改善身体成分

B. 提高心肺耐力

C. 促进心血管和代谢健康, 预防心血管疾病风险

D. 促进肌肉骨骼健康

E. 有益于心理健康

11. 下列哪项是含糖饮料

ABCD

A. 含糖苏打水

B. 果汁饮料

C. 运动饮料

D. 碳酸饮料 (汽水)

12. 下列哪项是喝含糖饮料的危害

ABCD

A. 引起龋齿

B. 导致身材矮小

C. 容易骨折



D. 导致肥胖

13. 关于近视矫正, 以下说法正确的是

BD

- A. OK 镜可以治疗近视
 B. OK 镜可缓解近视的进展
 C. 为了防止近视的进展, 应尽可能不佩戴眼镜
 D. 为了防止近视的进展, 应尽早选配合适的眼镜

14. 体检时测量身高和体重, 是为了筛查:

ABC

- A. 发育迟缓
 B. 营养不良
 C. 超重和肥胖
 D. 侏儒症

15. 以下关于读写光环境描述正确的是

AD

A. 对于惯用右手写字的学生, 主光线应从左上角射入

B. 对于惯用右手写字的学生, 主光线应从右上角射入

C. 光线越亮越好

D. 不能产生炫光

16. 为了预防近视的发生和发展, 课余时间使用电子产品时应注意

ABC

- A. 非学习目的使用电子产品单次不宜超过 15 分钟
 B. 非学习目的使用电子产品每天累计不宜超过 1 小时
 C. 课余时间使用电子产品学习 30—40 分钟, 应休息远眺放松 10 分钟
 D. 为充分利用时间, 可以边吃饭边观看视频

三、判断题

1. 夏季的痱子、疖子, 是因皮肤被灰尘、油脂、汗水等堵住毛孔, 刺激皮肤后长出来的。 ✓
2. 正常情况下, 脊柱只有前后的弯曲, 没有左右的弯曲。 ✓
3. 普通感冒、百日咳、白喉、麻疹、猩红热都是经空气传播的呼吸道传染病。 ×
4. 病人打喷嚏、说话和咳嗽时常有大量病菌随唾沫飞向空中, 成为呼吸道疾病的传染源。 ✓
5. 长时间使用耳塞及长时间听刺耳的音乐对听力有损伤。 ✓
6. 暴露在人体体表且离心脏较远的部位是冻疮的好发部位。 ✓
7. 细菌性痢疾好发于夏秋季节, 是因为外界环境有利于病菌繁殖的缘故。 ✓
8. 对骨折进行临时固定时, 要注意在骨折处反复绑扎, 以免错位。 ×
9. 如骨折固定后发现肢体发青、变冷、肿胀, 应赶快将夹板放松, 以免影响血液循环, 造成组织坏死。 ✓
10. 猫、狗、牛、羊、马等动物都可能携带狂犬病病毒。 ✓
11. 肺结核病是由结核杆菌侵入人体肺部而引起的一种传染性疾病, 青少年对结核杆菌的抵抗力较弱, 受到感染后, 容易患肺结核病。 ✓
12. 不是只有疯狗咬人才会发生狂犬病, 被看起来健康而已经带菌的“健康带菌犬”及其它带菌家畜咬伤后, 也可能发生狂犬病。 ✓
13. 肝炎病人的粪便、唾液、血液中都可能含有不同种类肝炎病毒, 这些病 ✓

毒可以通过消化道、血液等感染健康人。

- | | |
|---|---|
| 14. 流感就是普通感冒的流行。 | × |
| 15. 麻疹是通过消化道传染的。 | × |
| 16. 感染了蛔虫有可能会造成营养不良。 | √ |
| 17. 乙型流感痊愈后会有免疫力，所以未来不会再次患病。 | × |
| 18. 手足口病会通过握手等密切接触患者或患者物品的方式传播，正常和患者交流是没有关系的。 | × |
| 19. 患有水痘后会出现皮疹，首先出现于躯干部位，后延伸至面部及四肢。 | √ |
| 20. 确诊自己患水痘后，只要多喝水、戴口罩，就可以去学校上课。 | × |
| 21. 当班级的同学呕吐时，要用班级里的拖把或抹布清理。 | × |
| 22. 当老师让你处理呕吐物，应该立即拿扫帚或拖把清理干净。 | × |
| 23. 每天应吃早餐。 | √ |
| 24. 喝水要一次多量，口渴了再喝。 | × |
| 25. 超市买的酸酸乳可以天天喝。 | × |
| 26. 小学生还小，肥胖没什么危害。 | × |
| 27. 蔬菜水果每天都要吃。 | √ |
| 28. 现在医学手段高超，近视是可以治愈的。 | × |
| 29. 爸妈不近视，孩子就不会近视。 | × |
| 30. 读写姿势以个人感觉舒适为最佳。 | × |
| 31. 中小學生应尽量少喝含糖饮料。 | √ |
| 32. 建议不要空腹喝牛奶，以减轻乳糖不耐受的症状。 | √ |
| 33. 中小學生每日吃肉不可过量。 | √ |
| 34. 儿童维生素 A 缺乏的可能性高于成人。 | √ |

