

上海市青少年健康知识网上竞答——家长版

一、 单选题

1. 以下对二手烟的表述，正确的是？ C
A. 二手烟对其他非吸烟者没有健康危害
B. 空气流通的情况下，二手烟对其他非吸烟者没有健康危害
C. 二手烟暴露没有安全水平，即使吸入少量烟草烟雾也会对人体造成危害
2. 吸烟者在戒烟过程中若出现不适症状(戒断症状),应当_____? B
A. 说明吸烟者在戒烟过程中身体健康出现问题，应当停止戒烟
B. 不适症状是戒烟后表现出的正常现象，应继续戒烟，并可向戒烟门诊、戒烟热线等寻求专业指导和帮助
3. 烟草燃烧时烟雾中一般不含有以下哪种有害物质 B
A. 尼古丁
B. 福尔马林
C. 烟焦油
D. 一氧化碳
4. 成功戒烟之后，身体状况会有所变化，下列不正确的是哪一项？ D
A. 心肺功能得以改善
B. 胃溃疡的发作机率降低
C. 呼吸道疾病减少
D. 血液的氧合作用无法恢复正常
5. 关于电子烟的描述中，下列哪一项不正确？ D
A. 电子烟中含有尼古丁、重金属和甲醛等有害化合物
B. 长期吸食电子烟会导致成瘾
C. 电子烟与传统卷烟一样，对人体健康有害
D. 电子烟可以帮助戒烟
6. 以下行为对眼睛没有危害的是 B
A. 紫外线强烈的地方活动
B. 多吃菠菜
C. 吸烟
7. 以下哪项不是红眼病的症状 D
A. 眼睛刺痒，疼痛
B. 有分泌物
C. 流泪怕光
D. 视力下降
8. 红眼病多发生于（）季节，可反复感染。 B
A. 春季

- B. 夏季
C. 秋季
D. 冬季
9. 用以下哪种镜片可以矫正近视眼 B
A. 凸透镜
B. 凹透镜
C. 平光镜
D. 三棱镜
10. 以下能预防近视的措施是 C
A. 近距离使用手机、平板电脑等电子产品
B. 看电视
C. 眼保健操
D. 近距离阅读和写作
11. 眼科症状可大致分为哪一些 D
A. 视觉障碍
B. 眼部感觉异常
C. 眼部外观异常
D. 以上都是
12. 为了防止近视，青少年儿童每次使用电子产品不宜超过 _____ ，每天累计不宜超过 _____ ? A
A. 15 分钟 1 小时
B. 30 分钟 2 小时
C. 15 分钟 2 小时
D. 30 分钟 1 小时
13. 一般书写习惯都用右手写字，应该把台灯放在哪个位置最好? A
A. 左前方
B. 右前方
C. 正前方
14. 如果发现孩子视力下降，怀疑得了近视，应该到正规医院进行什么检查才能确诊近视? B
A. 视力检查
B. 散瞳验光检查
C. 眼轴测量
D. 角膜曲率半径测量
15. 适宜的用眼距离对预防近视也很重要，眼睛与书本距离应不少于 _____ ，与电脑屏幕距离应不少于 _____ ，与电视距离应不少于 _____ ? C
A. 33 厘米 50 厘米 1 米
B. 50 厘米 1 米 3 米
C. 33 厘米 50 厘米 3 米
D. 10 厘米 50 厘米 1 米

16. 龋是口腔中最常见的疾病，肉眼能观察到的早期病变为： ABC
- A. 釉质表面出现白垩色斑
 - B. 窝沟颜色变黑
 - C. 病变区粗糙
17. 18 岁以后在第二恒磨牙后又长一个大磨牙，有时还引起牙龈红肿，张口受限，吞咽痛，这是什么牙？ A
- A. 智齿
 - B. 磨牙
 - C. 多生牙
18. 为什么要窝沟封闭 C
- A. 窝沟封闭，细菌不能进入
 - B. 窝沟封闭，食物残渣不能进入
 - C. 窝沟封闭，预防窝沟龋
19. 牙齿的感觉来自于 B
- A. 牙釉质
 - B. 牙本质
 - C. 牙骨质
20. 下列哪种因素是牙周病的危险因素？ C
- A. 吃甜食
 - B. 冠周炎
 - C. 吸烟
 - D. 吃冷饮
21. 当智齿萌生时，要注意 B
- A. 随意挑选口腔医院立即拔除智齿
 - B. 刷牙时尽量刷到智齿位置，减少食物残留
 - C. 多用手指拨动智齿让它松动
22. 恒牙从什么时候开始替换乳牙，什么时候全部替换完成 B
- A. 1 岁，6 岁
 - B. 6 岁，12 岁
 - C. 3 岁，13 岁
23. 蛀牙早期症状是： A
- A. 一般没有感觉，只有在医生检查时才可发现
 - B. 遇酸、甜、冷、热等刺激时会疼痛不适
 - C. 由冷、热刺激引起的疼痛十分明显
24. 保健牙刷应该是： C
- A. 刷毛软，刷头大
 - B. 刷毛硬，刷头小
 - C. 刷毛软，顶端圆

25. 家庭餐具常用的消毒方法是哪一种? A
- A. 煮沸、漂白粉
 - B. 紫外线
 - C. 用水冲洗
26. 下列说法中, 正确的是 C
- A. 睡眠要有规律, 正常人的睡姿应取左侧卧位
 - B. 剧烈活动后口干舌燥时, 只要大量饮用白开水就可以了
 - C. 人体缺铁会引起缺铁性贫血
 - D. 人体缺钙会引起贫血。
27. 健康的四大基石是什么? B
- A. 丰富营养, 多量运动, 限烟限酒, 心理平衡
 - B. 合理膳食, 适量运动, 戒烟限酒, 心理平衡
 - C. 营养适量, 合理运动, 戒烟戒酒, 心理平衡
28. 相对于其他金属, 不锈钢容器更加坚固、耐腐蚀。关于不锈钢容器的使用, 下列做法正确的是? B
- A. 可以用来煎熬中药
 - B. 不能长时间盛放盐、酱油、醋、菜汤等
 - C. 用强碱性的化学药剂洗涤和浸泡
 - D. 可以在火上空烧
29. 食用谷类须粗细搭配, 谷类过度精加工会导致人体哪些营养元素的摄入不足 D
- A. 膳食纤维
 - B. B 族维生素
 - C. 矿物质
 - D. 以上都是
30. 运动中会出现口渴、饥饿、头晕等症状, 此时为维持血糖水平和体液平衡, 喝 () 最好? B
- A. 可乐
 - B. 白开水
 - C. 牛奶
 - D. 豆浆
31. 根据, 《中国居民膳食指南 (2016)》推荐标准, 每人每天添加糖摄入量不超过 () g A
- A. 50
 - B. 60
 - C. 70
 - D. 80
32. 狂犬病的临床表现是 A
- A. 高度兴奋、恐惧不安、恐水、畏风等
 - B. 高热、头痛、肌肉及关节疼痛、皮疹等
 - C. 腹泻、恶心、呕吐、发热等

33. 对传染病病人和疑似病人应当采取 C
- A. 就地隔离
 - B. 就地观察、就地治疗
 - C. 就地隔离、就地观察、就地治疗
34. 甲肝主要通过什么途径传播? A
- A. 粪-口途径
 - B. 血液
 - C. 性接触
 - D. 呼吸道吸入
35. 关于流行性感冒下列哪项是错误的? D
- A. 人群对流感病毒普遍易感
 - B. 持续高热、剧烈咳嗽、呼吸急促
 - C. 抗菌治疗无效
 - D. 流感患者愈后可获得终生免疫力
36. 传染病流行的强度取决于 D
- A. 传染源的多少, 易感者的密度, 传播途径实现几率大小
 - B. 传染源的多少, 易感者的密度, 病原微生物致病力强弱
 - C. 易感者的密度, 传播途径实现几率大小, 病原微生物致病力强弱
 - D. 传染源的多少, 易感者的密度, 传播途径实现几率大小, 病原微生物致病力强弱。
37. 下列哪种方法是预防乙型肝炎最有效的手段? A
- A. 接种乙肝疫苗
 - B. 服用药物
 - C. 隔离病人
 - D. 勤洗手
38. 以下哪条对水痘的描述不正确 B
- A. 病人是唯一传染源
 - B. 和水痘患者共处一室一定会也得水痘
 - C. 潜伏期为 12-21 天, 平均 14 天
 - D. 传播途径是密切接触及空气飞沫传播
39. 结核病患学生经过规范治疗、完成疗程后, 什么情况下可以复学 B
- A. 不咳嗽、胸部无空洞
 - B. 经过 2 个月的规则治疗, 症状减轻或消失, 胸部 X 线病灶明显吸收, 连续 3 次痰涂片检查均阴性
 - C. 患者自述症状好转, 完成服药
 - D. 经过 3 个月规范治疗, 痰涂片为阴性
40. 如何知道自己可能感染了艾滋病病毒? D
- A. 类似感冒但是不容易康复
 - B. 消瘦疲乏无力
 - C. 咳嗽, 失眠, 腹泻

D. HIV 抗体检测呈阳性

41. 结核病的治疗原则是什么 A

- A. 早期、联合、规律、适量、全程
- B. 及时、规律、适量、联合、短程
- C. 早期、联合、足量、按时、全程

42. 遇肢体离断伤时，现场处理好伤员后应将离断的肢体 A

- A. 先装入塑料袋中再用敷料或布包裹，然后将包裹好的断肢放入塑料袋中密封，最后放入装有冰块的塑料袋中保存（摄氏 2-3 度的环境）
- B. 用水冲洗干净后包好随伤员一起送医院放入冰块中保鲜

43. 肢体冻伤时应 B

- A. 立即用雪搓
- B. 将伤肢放入摄氏 37-40° C 的水中 20-30 分钟以达到复温目的
- C. 用高温烘烤以尽快复温

44. 对于烧烫伤的伤病员现场处理方法 A

- A. 立即用冷的自来水（15-25° C）持续冲洗（或浸泡伤处）降温直至疼痛缓解
- B. 立即脱掉衣服、包扎伤口
- C. 用冰块直接冷敷

45. 学校 Z 是一所食堂集中供餐的中学。某日，学校里有 1 个班级的部分同学发生呕吐情况，次日多个班级陆续出现有同学呕吐的情况。请根据情况分析，这是一起什么公共卫生事件？ B

- A. 食物中毒
- B. 诺如病毒感染性腹泻
- C. 流感

46. 被动物咬伤或抓伤后的正确处理方法及顺序？ D

- A. 即冲洗伤口 —— 包扎伤口 —— 及时注射狂犬疫苗
- B. 立即注射狂犬疫苗 —— 及时冲洗伤口 —— 包扎伤口
- C. 用唾液涂抹伤口 —— 及时注射狂犬疫苗 —— 包扎伤口
- D. 立即冲洗伤口 —— 立即就医 —— 及时注射狂犬疫苗

47. 谷类、薯类和杂豆是哪种营养成分的主要来源？ B

- A. 脂肪
- B. 碳水化合物
- C. 蛋白质
- D. 维生素

48. 膳食应当以哪一类为主，多吃蔬菜、水果和薯类，注意荤素、粗细搭配。D

- A. 肉类
- B. 碳水类
- C. 鱼类
- D. 谷类

49. 哪一项不是人们通常所称的“四害”？ B
- A. 苍蝇
 - B. 臭虫
 - C. 老鼠
 - D. 蚊子
50. 我国成人 BMI 指数的正常范围是 C
- A. 18-22.9
 - B. 20-24.9
 - C. 18.5-23.9
 - D. 24-27
51. 哪种食物会引起食物中毒 D
- A 发芽的土豆
 - B 毒蘑菇
 - C 河豚鱼
 - D 以上都是
52. 下列关于预防儿童青少年近视说法正确的是 D
- A 对于儿童青少年（6-18岁），建议每6-12个月检查一次视力
 - B 戴眼镜的孩子大约每6-12个月进行一次散瞳验光
 - C 需要在正规医院进行专业的医学验光配镜
 - D 以上都是
53. 充足的睡眠是健康的基础，初中生应保证每天多少小时的睡眠时间 B
- A. 10小时
 - B. 9小时
 - C. 8小时
 - D. 7小时
54. 发生火灾时，正确逃生方式是 D
- A. 用双手抱住头或用衣服包住头，冲出火场
 - B. 乘坐电梯迅速离开
 - C. 边用衣服扑打火焰，边向火场外撤离
 - D. 用湿毛巾捂住口鼻、低姿逃生
55. 按国家规定的计划免疫程序给孩子打预防针能够预防哪类疾病？ A
- A. 传染病
 - B. 慢性病
 - C. 营养不良
 - D. 遗传病
56. 在呼吸道传染病高发季节，建议佩戴口罩。下列关于佩戴口罩的说法正确的是 C
- A. 口罩只遮住嘴巴，不用遮住鼻子
 - B. 口罩是不分正反的，正面脏了反过来还可以继续戴
 - C. 摘口罩时不要接触口罩外侧

- D. 口罩高温蒸煮就可以杀灭病毒细菌再次利用
57. 艾滋病病毒主要侵犯人体: C
A. 循环系统
B. 神经系统
C. 免疫系统
58. 关于预防中暑, 下列哪项是错误的? D
A. 不要在炎热的天气做过于剧烈的运动
B. 大量出汗时要及时补充淡盐水
C. 烈日下运动时适量增加休息次数
D. 穿深颜色的服装在烈日下运动
59. 以下关于触电急救, 正确的是 C
A. 立即心肺复苏
B. 立即检查伤者意识
C. 立即切断电源
D. 立即将伤者送往医院
60. 被宠物咬伤后应该 D
A. 立即仔细、彻底地清洗伤口
B. 用手用力地挤压伤口, 将污染的血液和毒素挤出
C. 尽快注射狂犬疫苗
D. 以上都是
61. 防治痤疮暗疮的主要措施有 D
A. 保持皮肤清洁
B. 多吃蔬菜, 少吃刺激性食物
C. 及时治疗
D. 以上都对
62. 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)
63. 单纯性肥胖发生的主要原因是 C
A. 内分泌功能紊乱
B. 代谢紊乱
C. 摄食过多, 缺乏运动
64. 根据我国研制的学龄儿童青少年性别年龄别 BMI 筛查超重与肥胖界值表, 18 岁男、女青少年超重的 BMI 为大于等于 C
A. 20
B. 22
C. 24
D. 28

65. 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
66. 为预防近视的发生和进展，建议中小学生每天户外活动至少多长时间 C
- A. 半小时
B. 一小时
C. 两小时
D. 三小时
67. 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
D. 没有特别的要求
68. 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
69. 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
70. 影响学生生长发育的因素有： E
- A. 社会和家庭
B. 遗传
C. 营养
D. 气候和季节
E. 以上都是
71. 控制体重的方法中，以下哪个是错误的？ C
- A. 调整饮食结构，减少热量和脂肪的摄入
B. 增加体力活动强度和时间的
C. 不吃主食
D. 保证睡眠
E. 定期监测自己的体重
72. 膳食纤维的作用不包括 C
- A. 增加饱腹感

- B. 促进排便
- C. 提供能量
- D. 辅助改善血糖

73. 维生素 A 缺乏可能导致 D

- A. 溶血性贫血
- B. 肌无力
- C. 脚气病
- D. 夜盲症

74. 佝偻病与以下哪种维生素有关 C

- A. 维生素 B1
- B. 维生素 C
- C. 维生素 D
- D. 维生素 E

75. 碘的主要食物来源是 D

- A. 鸡蛋、乳制品
- B. 肉类
- C. 水果
- D. 海产品

76. 谷物最主要的组成成分是 A

- A. 碳水化合物
- B. 脂肪
- C. 蛋白质
- D. 矿物质

77. 关于维生素 C 描述错误的是 D

- A. 酸味水果中含量更多
- B. 有抗氧化作用
- C. 缺乏时会导致牙龈出血
- D. 可以帮助维生素 A 的吸收

78. 什么是脊柱侧弯 D

- A. 脊柱向两侧（左或右）呈“C”型弯曲
- B. 脊柱向两侧（左或右）呈“S”型弯曲
- C. 站立位全脊柱 X 光片显示脊柱有不小于 10 度的侧方弯曲
- D. 以上都是

79. 关于脊柱侧弯描述正确的是 C

- A. 男性更容易发生
- B. 主要由其他疾病引起
- C. 多发生在青少年时期
- D. 会遗传

80. 脊柱侧弯诊断的金标准是哪种检查 C

- A. 体格检查

- B. 前屈试验
- C. X 光片检查
- D. 骨密度检查

81. 脊柱侧弯的治疗方法是

D

- A. 物理疗法
- B. 支具疗法
- C. 手术治疗
- D. 以上都是

82. 下面不属于可回收物的是 D

- A. 笔记本
- B. 复印纸
- C. 毛绒玩具
- D. 烟蒂

83. 下面属于湿垃圾的是 C

- A. 贝壳
- B. 大排骨头
- C. 蔬菜
- D. 塑料文具

84. 下面什么垃圾是可回收物? A

- A. 饮料及牛奶等纸包装盒
- B. 污染废纸、骨头
- C. 过期感冒药、树叶
- D. 陶器、花盆

85. 白色污染是指 B

- A. 所有白颜色的垃圾造成的污染
- B. 塑料废弃物造成的污染
- C. 一种白色化学气体造成的污染
- D. 白颜色塑料废弃物造成的污染

86. 充电电池是有害垃圾，它的回收方式是 C

- A. 放在干垃圾一起
- B. 放在可回收垃圾一起
- C. 放在有害垃圾一起
- D. 放在湿垃圾一起

87. 过期化妆品属于 C

- A. 可回收物
- B. 干垃圾
- C. 有害垃圾
- D. 湿垃圾

88. 过期食品属于 D

- A. 可回收物

- B. 干垃圾
- C. 有害垃圾
- D. 湿垃圾

89. 塑料在自然界可停留多久? A

- A. 100-200 年
- B. 50 年
- C. 10 年
- D. 1 年

90. 上海市实行垃圾分类试点小区的垃圾分类专用垃圾桶颜色为? A

- A. 红、黑、绿、蓝
- B. 红、橙、绿、蓝
- C. 红、橙、绿、黄
- D. 红、橙、黑、绿

91. 下列哪一项是可以分类回收, 循环再生的垃圾? C

- A. 回收废塑料
- B. 回收剩饭
- C. 回收废纸
- D. 回收生物垃圾

92. 装修垃圾属于哪类垃圾? C

- A. 可回收垃圾
- B. 不可回收垃圾
- C. 不进入垃圾分类系统, 应丢放在指定装修垃圾堆
- D. 有害垃圾

93. 在处理过期药品时, 应该投放在哪一类垃圾桶中? D

- A. 干垃圾
- B. 不可回收垃圾
- C. 可回收垃圾
- D. 有害垃圾

94. 在处理果皮、剩菜剩饭等厨余垃圾时, 应将这此易腐垃圾投放在哪类垃圾中?

C

- A. 不可回收垃圾
- B. 有害垃圾
- C. 湿垃圾
- D. 干垃圾

95. 打印墨盒属于哪类垃圾? C

- A. 可降解垃圾
- B. 其他垃圾
- C. 有害垃圾
- D. 可回收垃圾

96. 新型冠状病毒是以前从未在人类中发现的冠状病毒新毒株。

A

世界卫生组织将 2019 年在武汉发现的新型冠状病毒命名为

- A. COVID-19
- B. SARS
- C. MERS
- D. SARI

97. 新型冠状病毒感染后的主要表现为 () A

- A. 具有呼吸道症状、发热、畏寒、乏力、腹泻、结膜充血等异常症状
- B. 皮疹
- C. 无症状
- D. 精神亢奋

98. 对于密切接触者需要医学观察 () 天 C

- A. 12
- B. 13
- C. 14
- D. 15

99. 当前如收到从武汉发过来的快递后, 哪种做法是不建议的? A

- A. 极大可能带有病毒, 直接拒收
- B. 使用 75% 的酒精擦拭外包装进行消毒
- C. 接触快递后要及时洗手
- D. 将收到的快递放置通风处静置一段时间

100. 洗手揉搓步骤七字口诀是 A

- A. 内-外-夹-弓-大-立-腕
- B. 内-外-左-右-大-立-腕
- C. 内-外-弓-夹-大-立-腕
- D. 内-外-弓-夹-立-大-腕

101. 多少时间更换一次口罩? A

- A. 2-4 小时
- B. 一天后
- C. 二天后
- D. 不用换

102. 以下佩戴使用医用外科口罩方式错误的是 A

- A. 口罩沾染湿气, 烘干以后继续使用
- B. 鼻夹侧朝上, 深色面朝外 (或褶皱朝下)
- C. 用口罩仔细遮盖嘴和鼻子, 尽可能减少面部与口罩之间的空隙
- D. 避免触摸口罩——在触摸用过的口罩后, 用肥皂和水或使用酒精洁手液洗手

103. 疑似病人和其护理人员用过的口罩, 如何处理? C

- A. 扔在角落
- B. 下次继续使用
- C. 按医疗废物收集、处理

D. 丢入“湿垃圾”桶

104. 公众预防新型冠状病毒肺炎的措施错误的是 A

- A. 去疾病正在流行的地方旅游
- B. 居室保持清洁, 勤开窗, 经常通风
- C. 外出前往公共场所、医院和乘坐公共交通时, 应佩戴医用外科口罩或 N95 口罩
- D. 禽肉蛋要充分煮熟后食用

105. 对新型冠状病毒, 以下哪种条件可以杀灭病毒? () A

- A. 在 56℃, 30 分钟条件下
- B. 在 26℃, 20 分钟条件下
- C. 在 16℃, 10 分钟条件下
- D. 在 10℃, 15 分钟条件下

106. 根据目前所知, 下面哪种动物不是冠状病毒常见的宿主? C

- A. 果子狸
- B. 蝙蝠
- C. 蚊子
- D. 竹鼠

107. 已知的新型冠状病毒的传播途径中不包括以下哪种? C

- A. 接触传播
- B. 飞沫传播
- C. 土壤传播
- D. 气溶胶传播

108. 关于咳嗽和打喷嚏时的注意事项, 以下说法不正确的是? A

- A. 咳嗽和打喷嚏时应用双手遮掩口鼻
- B. 打喷嚏时应用纸巾或胳膊肘遮掩口鼻
- C. 把打喷嚏用过的纸巾放入有盖垃圾桶
- D. 打喷嚏和咳嗽后最好彻底清洁双手

109. 关于在家中预防新型冠状病毒感染的具体措施, 以下说法不正确的是? A

- A. 将白醋放暖气片上, 消毒室内空气
- B. 适当运动, 早睡早起, 提高自身免疫力
- C. 室内多通风换气, 并保持整洁卫生
- D. 坚持安全饮食, 食用肉类和蛋类要煮熟

110. 关于从室外进入家门内, 以下行为不正确的是? B

- A. 将在外所穿衣物脱下, 更换成家居服
- B. 关闭窗户, 不让空气流通
- C. 将口罩由内向外折叠后, 装进塑料垃圾袋或保鲜袋封口
- D. 处理完口罩和衣物后进行洗手消毒

111. 关于远途出行的事项, 以下行为不正确的是? C

- A. 尽量不在旅途中摘下口罩吃喝
- B. 摘口罩时, 不要触碰口罩的外表面

- C. 用过的口罩, 直接放入包里或兜里
D. 勤洗手, 不乱摸, 保持手部的清洁
112. 关于预防新型冠状病毒肺炎, 以下措施有效的是? D
A. 淡盐水漱口
B. 桑拿, 汗蒸
C. 饮酒
D. 戴口罩
113. 关于在家中自我隔离的具体措施, 以下说法不正确的是? B
A. 勤洗手
B. 参与家庭聚餐, 共用碗筷
C. 每天清洁所有高频接触的物体表面
D. 在隔离期间, 注意多喝水
114. 关于就医时的事项, 以下说法肯定不正确的是? C
A. 出现发热咳嗽乏力等症状, 应及时就医
B. 主动告知医生近期的活动地点
C. 向医生隐瞒近期的活动路线和过往病史
D. 主动告知医生接触过可疑或确诊病例
115. 在家该如何预防新型冠状病毒感染? B
A. 密闭门窗
B. 确保室内空气流通, 每周至少清洁家居环境一次
C. 家中举办各种聚餐
D. 咳嗽手捂之后, 用手直接接触口鼻眼
116. 以下不能有效灭活病毒的是 () A
A. 氯己定
B. 过氧化氢
C. 75% 酒精
D. 500mg/L 含氯消毒剂
117. 《中华人民共和国传染病防治法》规定管理的传染病分甲、乙、丙三类, 原有 39 种。甲类传染病是指传染性强、病死率高、易引起大流行的烈性传染病。2020 年 1 月 20 日, 经国务院批准, 新型冠状病毒感染的肺炎新纳入《中华人民共和国传染病防治法》规定的 () 传染病, 采取 () 传染病的防控措施进行管理。 B
A. 甲类 甲类
B. 乙类 甲类
C. 甲类 乙类
D. 乙类 乙类
118. 关于使用酒精消毒, 下列不正确的是 () A
A. 使用酒精消毒时吸烟
B. 不可将酒精用于大面积喷洒, 环境物表消毒。如楼道、会议室、办公室等都不可以用酒精喷洒消毒。
C. 谨慎储存酒精, 远离火源, 不要放置在儿童易于触及的场所。

- D. 在使用酒精消毒时需要保证通风, 并且需要远离高温物体, 千万不能与明火接触。
119. 武汉新型冠状病毒的防治备受关注。中国工程院院士 () 教授, 再次出任国家卫健委高级别专家组组长。 A
- A. 钟南山
B. 李兰娟
C. 高福
D. 袁国勇
120. 若确诊病例的密切接触者出现可疑症状, 包括发热、咳嗽、咽痛、胸闷、呼吸困难、轻度纳差、乏力、精神稍差、恶心呕吐、腹泻、头痛、心慌、结膜炎、轻度四肢或腰背部肌肉酸痛等, 下列做法错误的是 B
- A. 前往医院的路上, 病人应该佩戴医用外科口罩或 N95 口罩
B. 不戴口罩乘坐公共交通工具前往医院
C. 时刻佩戴口罩和随时保持手卫生
D. 若路途中污染了交通工具, 建议使用含氯消毒剂或过氧乙酸消毒剂, 对所有被呼吸道分泌物或体液污染的表面进行消毒
121. 私家车搭乘可疑症状者时, 下列措施正确的是? () C
- A. 开启空调内循环
B. 不戴口罩
C. 开窗通风
D. 可疑症状者下车后, 未对其接触物品表面(车门把手、方向盘、车窗, 风挡玻璃, 座椅等)进行消毒, 直接去接其他人
122. 根据新型冠状病毒肺炎疫情期间居家隔离人员的膳食指导, 下列做法错误的是? D
- A. 规律进餐, 定时定量
B. 适当增加富含优质蛋白、维生素 A、维生素 C、铁、锌等食物摄入
C. 饮食清淡, 营养均衡
D. 暴饮暴食
123. 市民日常生活中使用过的口罩, 属于 ()。 B
- A. 可回收垃圾
B. 干垃圾
C. 有害垃圾
D. 湿垃圾
124. 下列有关正常体温的说法不正确的是? () C
- A. 口腔舌下正常温度为 36.3°C - 37.2°C
B. 正常体温不是一个具体的温度点, 而是一个温度范围
C. 直肠正常温度比口腔正常温度低
D. 我们测量体温一般是测量口腔、腋下和直肠的温度
125. 若水银体温计不慎破损, 下列做法错误的是? () D
- A. 确认体表皮肤是否被碎玻璃扎伤, 远离碎表周围区域

- B. 打开门窗加强通风，关闭取暖器、空调等取暖设备
C. 用锡纸、湿棉棒、宽胶带等收集，统一装在袋内或瓶内封好，按垃圾分类标准，所有水银废物应放在有害垃圾回收桶内
D. 徒手抓取水银、倒入下水道
126. 以下每日开窗通风的次数和时间正确的是（ ） A
A. 每天至少 2-3 次，每次半小时以上
B. 每天至少 2-3 次，每次一小时以上
C. 每天至少 1-2 次，每次半小时以上
D. 每天至少 1-2 次，每次一小时以上
127. 目前，新型冠状病毒感染的肺炎患者主要临床表现为发热、乏力、
呼吸道症状以（ ）为主。 A
A. 干咳
B. 咳嗽
C. 咳嗽伴哮鸣音
D. 胃纳差
128. 以下哪种情况不属于密切接触者？ B
A. 同一房间共同生活的家庭成员
B. 诊疗、护理、探视病例时采取了有效防护措施的医护人员
C. 在办公、车间、班组、电梯、食堂、教室等同一场所有近距离接触的人员
D. 乘坐同一交通工具并有近距离接触人员
129. 为加强对新型冠状病毒肺炎患者的救治，武汉参照北京
“小汤山医院”模式建设火神山医院和（ ）医院。 C
A. 雷电山
B. 闪电山
C. 雷神山
D. 水神山
130. 新冠疫情发生后，国家粮食和物资储备局要求各级粮食和物资
储备部门抓紧成立粮油供应应急保障小组，确保粮油供应（）、
不断档，全力服务疫情防控。 D
A. 及时
B. 新鲜
C. 到社区
D. 不脱销
131. 怀疑自己有新型冠状病毒感染的症状，以下哪条是错误的？ D
A. 不要上班或上学
B. 主动戴口罩到就近的定点救治医院发热门诊就诊
C. 加强居家通风和消毒
D. 到网络上寻找治疗偏方
132. 新冠疫情期间，关于办公室防护，以下哪条是错误的？（ ） D
A. 保持工作场所空气流通

- B. 办公室地面进行定期消毒
- C. 咳嗽或打喷嚏时用纸巾将口鼻完全遮住
- D. 咳嗽或打喷嚏用过的纸巾可以扔进敞口的垃圾桶

133. 2020年春节期间,新型冠状病毒在全国扩散,该病能通过飞沫在空气中传播,各地市民纷纷戴上口罩,该措施属于()。 B

- A. 控制传染源
- B. 切断传播途径
- C. 消灭病原体
- D. 计划免疫

134. 某市民在确诊为新型冠状病毒肺炎后,马上对其进行隔离,该措施属于()。 A

- A. 控制传染源
- B. 切断传播途径
- C. 消灭病原体
- D. 计划免疫

135. 下列关于新型冠状病毒的说法正确的是()。 C

- A. 具有细胞核
- B. 在普通光学显微镜下可见
- C. 具有遗传物质核酸
- D. 以上说法均不正确

136. 青少年真正的独立是指 A

- A. 逐渐摆脱依赖,勇于为自己的行为负责
- B. 对父母的关心置之不理
- C. 做事不考虑长辈的意见
- D. 一个人专心做自己的事情

137. 青春期是成人与孩子的过渡阶段,心理和情感,情绪的不稳定主要是由什么造成的? A

- A. 激素
- B. 环境
- C. 社会影响

138. 对于青春期生理发生的变化和性意识的萌动,正确的心理是 C

- A. 这都是很羞耻的事
- B. 我们不宜向他人谈论自己的这些变化
- C. 这是青春期正常的变化,我们要坦然以对,积极地解决生活中的新问题
- D. 青少年不应该对异性有好感

139. 青春期发育异常不包括 D

- A. 性早熟
- B. 性延迟与抑制
- C. 性分化异常
- D. 遗精

140. 含有天然毒素的食物必须经过一定的加工处理后才能食用，否则极易引起食物中毒。一定要烧熟煮透后才能食用的食物是（ ）。C

- A. 山药
- B. 花生
- C. 四季豆
- D. 红薯

141. 用冰箱保藏食品不正确的做法是（ ）。C

- A. 冰箱内的生熟食必须分开放置
- B. 存放冰箱内的动物性和植物性食物必须分开放置
- C. 冰箱内的食物都可以存放较长时间，因为冰箱温度低，所以不必担心食物变质
- D. 存放在冰箱的熟食在食用前必须再次彻底加热

142. 下列有关毒蘑菇的描述哪个是正确的？ C

- A. 毒蘑菇味道鲜美，吃的时候最好和大蒜同煮，可以去毒
- B. 毒蘑菇含有毒素，但是只要烧熟煮透就能去毒，可以安全食用
- C. 毒蘑菇无法从外观、气味等方面辨别是否有毒，因此不要随意采摘野生蘑菇食用。
- D. 吃毒蘑菇中毒也没事，多喝水、多休息就好了

143. 儿童膳食中长期摄入过量铝会引起以下哪种严重后果？ D

- A. 营养不良
- B. 甲状腺肿大
- C. 肠胃疾病
- D. 可导致儿童发育迟缓

144. 长期食用含铝食品会引起下列哪种疾病？ A

- A. 老年痴呆症
- B. 甲状腺肿大
- C. 肠胃疾病
- D. 癌症

145. 熟食在室温下存放不可超过（ ）小时？ A

- A. 2 小时
- B. 4 小时
- C. 8 小时
- D. 12 小时

146. 关于家庭存放食物，以下行为错误的是？ D
- A. 熟食要冷藏，再次食用前要彻底加热
 - B. 放入冰箱的食品之间要留有空隙，不宜太满
 - C. 冰箱内熟食加盖后存放上层，生食存放下层
 - D. 新鲜的蔬菜、水果可与生肉、鱼等混放在一起
147. 关于小龙虾，以下说法错误的是？ B
- A. 购买小龙虾时要挑选背部红亮干净的
 - B. 野生小龙虾比养殖小龙虾更安全
 - C. 不要食用小龙虾的头部
 - D. 食用小龙虾时要去除虾线
148. 正确使用冰箱是确保食品安全的重要措施，下列关于使用冰箱的说法，错误的是？ C
- A. 不要将食物塞满冰箱，冰箱塞得过满会影响制冷效果
 - B. 冰箱不是保险箱，食品在冰箱内放置时间过长也会腐败变质
 - C. 从冰箱中取出的熟食，不需要加热可以直接食用
 - D. 至少每 3 个月对整个冰箱进行清洁消毒
149. 用微波炉加热食品时一定要选用合适的餐具盛放食品，以下餐具可用于微波炉加热的是？ C
- A. 带金边的陶瓷餐具
 - B. 密胺餐具
 - C. 底部三角形中数字为 5（聚丙烯）的塑料制品餐具
 - D. 底部三角形中数字为 6（聚苯乙烯）的塑料制品餐具
150. 用彩色陶瓷容器长时间盛放酸性食品，可使其中的镉溶于食品，儿童对镉暴露较为敏感，长期低剂量接触，对健康的危害表现在： D
- A. 肾脏
 - B. 骨骼
 - C. 免疫系统
 - D. 以上都是
151. 关于去除果蔬农药残留的方法，以下哪种做法是错误的？ C
- A. 淡盐水浸泡洗涤
 - B. 小苏打浸泡洗涤
 - C. 切碎后清洗
 - D. 40℃温水浸泡洗涤

二、多选题

1. 吸烟者可前往指定的室外吸烟点吸烟。以下对室外吸烟点设立要求的表述，正确的是？ BCDEF
- A. 只要是室外区域，都可以设立室外吸烟点
 - B. 必须远离人员聚集区域和行人必经的主要通道，避免非吸烟者受二手烟侵害
 - C. 需设置相应的吸烟点标识、引导标识，明确告知室外吸烟点的位置
 - D. 在室外吸烟点区域内需设置吸烟危害健康的警示标识，向吸烟人警示吸烟有害

健康

- E. 室外吸烟点需放置收集烟灰、烟蒂等的器具
F. 室外吸烟点需符合消防安全要求
2. 为什么青少年不能吸烟? ABCD
A. 正处于生长发育高峰阶段
B. 应激性(抵抗力)较差
C. 对各种有害物质比较敏感
D. 吸烟对健康有害
3. 吸电子烟会对身体产生哪些危害? ABCD
A. 损害免疫系统
B. 引发心血管风险
C. 致癌
D. 引发肺部疾病
4. 以下可以起到明目作用的食物是 ABD
A. 桑葚子
B. 枸杞
C. 三七
D. 蓝莓
5. 富含胡萝卜素的食物能够保护视力, 以下食物哪些是: ABC
A. 胡萝卜
B. 南瓜
C. 番茄
D. 莴笋
6. 以下不属于防范近视的活动的是 BC
A. 打乒乓球
B. 在阳光下看书
C. 玩电脑
D. 户外跳绳
7. 斜视的危害包括 ABCD
A. 产生学习和运动的障碍
B. 影响骨骼发育
C. 影响美观
D. 影响心理健康
8. 以下哪些食物对视力是不利的 AD
A. 碳酸饮料
B. 富含淀粉食物
C. 富含维生素食物
D. 糖类
7. 近视的人可能会出现以下哪些表现? ABC

- A. 喜欢眯眼、歪头看东西
B. 看远处的红绿灯不清楚
C. 觉得眼睛很容易感到疲劳
D. 坐在家里的沙发上看得清电视
8. 你觉得近视可能会带来哪些影响? ABCD
A. 不方便进行剧烈运动
B. 看东西容易累
C. 吃火锅时, 眼镜容易蒙上一层雾气, 影响视线
D. 发展成高度近视可能带来不可逆的视力损伤, 甚至失明
9. 鱼类富含哪些物质可以帮助保护视力健康? ABD
A. 维生素 A
B. w-3 脂肪酸
C. 维生素 C
D. DHA
10. 长期佩戴隐形眼镜, 会带来以下哪些害处? ABCD
A. 容易导致视疲劳
B. 容易引起干眼症
C. 角膜加速衰老
D. 引发眼球炎症
11. 以下哪些做法可以消除眼疲劳? ABCD
A. 注意用眼环境, 室内保持通风和一定的湿度
B. 改善日常坐姿
C. 及时放松眼睛, 远眺或闭目休息
D. 注意眨眼按摩
12. 智齿处理不当可能会造成什么危害 ABCD
A. 邻牙的病变
B. 不易清洁导致龋齿
C. 冠周软组织红肿疼痛, 张口困难
D. 发烧, 扁桃体肿大
13. 当智齿萌生导致疼痛时, 如何缓解 AB
A. 拿冰块冷敷红肿部位缓解疼痛
B. 用盐水漱口消炎
C. 按压按摩疼痛部位
D. 食用清火消热的食物 (梨、苦瓜、绿豆汤等)
14. 正确保管牙刷的方法是 ABC
A. 刷牙后要用清水多次冲洗牙刷
B. 牙刷置于通风处充分干燥
C. 刷毛上的水分甩干
D. 浸泡在开水中

15. 刷牙应注意的问题有哪些？ ABCD
- A. 牙刷放置的起始部位与刷牙顺序
 - B. 刷牙频数
 - C. 刷牙范围与时间
 - D. 睡前进食后补充刷牙
16. 经营者的下列行为，哪些属于欺诈消费者的行为？ ABCD
- A. 销售掺杂、掺假的食物
 - B. 销售以假充真、以次充好的食物
 - C. 采取虚假或者其他不正当手段使销售的食物份量不足的
 - D. 利用广播、电视、电影、报刊等大众传播媒介对食物作虚假宣传的
17. 以下哪些措施可以预防碘缺乏？ BCD
- A. 多吃新鲜蔬菜、水果
 - B. 多吃海带、紫菜
 - C. 食用碘盐
 - D. 婴幼儿、孕妇服用碘油丸
18. 为达到相应的口味，一些食物在加工时也会添加很多糖，应减少这些食物的摄入频率，如： ABCD
- A. 饼干
 - B. 冰激凌
 - C. 巧克力
 - D. 糖果
19. 为什么说多喝碳酸饮料不好？ ABC
- A. 容易腐蚀牙齿
 - B. 易导致骨质疏松
 - C. 多饮易损伤脏器
20. 缓解压力的常用方法有 ABC
- A. 暂时忘却
 - B. 交流沟通
 - C. 社会支持
 - D. 放任自由法
21. 台风天气室外行走时，正确的避险原则是 ABC
- A. 尽量身体蜷缩，避开危险物，防止高空坠物
 - B. 远离河边或海边
 - C. 迅速到坚固的房屋避风
22. 遇踩踏事件时，应该如何避险？ ABC
- A. 不要在人群拥挤的地方停留。
 - B. 被人群拥着前行时，要撑开手臂放在胸前，背向前弯，形成一定的空间，以保持呼吸道畅通。
 - C. 万一被卷入拥挤的人群，要保持镇静，顺人流方向走。
23. 在野外遇到泥石流时不应如何逃生 BC
- A. 避开由高处滚落的山石，立即向河谷两侧山坡跑
 - B. 立即停留在低洼处或向河沟下游走
 - C. 立即攀爬到树上躲避
24. 下列关于脊柱侧弯的说法正确的是 ABC
- A. 脊柱侧弯会影响胸廓和肺的发育
 - B. 脊柱侧弯会影响外观，容易产生自卑心理

- C. 脊柱侧弯会引起脊柱两侧受力不平衡
D. 脊柱侧弯仅通过纠正坐姿就可以矫正
25. 儿童青少年表现出哪些现象家长需要警惕并及时就医检查视力 ABCD
A. 需要坐到课堂前排才能看清黑板
B. 注视远处物体时不自觉地眯眼、歪头
C. 看电视时凑近屏幕
D. 经常揉眼睛
26. 根据世界卫生组织（WHO）对于健康的定义，健康涉及哪些方面 ABD
A. 身体健康
B. 心理健康
C. 环境健康
D. 社会适应
27. 下列关于体温和体温计的说法正确的是 ABD
A. 人体腋下温度的正常值范围为 $36-37^{\circ}\text{C}$
B. 正常体温不是具体的温度点，而是一个温度范围
C. 一般情况下女性体温比男性体温稍低
D. 水银体温计打碎后可用抹布擦除液体
28. 下列关于儿童青少年使用手机、电脑等电子产品说法正确的是 ABCD
A. 非学习目的的使用单次不宜超过 15 分钟
B. 使用电子产品学习 30—40 分钟后，休息远眺放松 10 分钟
C. 过度使用互联网可能会导致网络成瘾
D. 在行走、骑行时不应使用手机等电子设备
29. 儿童口腔不良习惯包括 ABCD
A. 吮指
B. 吐舌
C. 口呼吸
D. 不认真刷牙
30. 下列关于成年人的生理指标说法正确的是 ABCD
A. 正常血压为收缩压 $\geq 90\text{mmHg}$ 且 $< 140\text{ mmHg}$
B. 心率 60~100 次/分
C. 平静呼吸 16~20 次/分
D. 腋下体温 $36^{\circ}\text{C} \sim 37^{\circ}\text{C}$
31. 下列营养素缺乏与常见疾病配对正确的是 ACD
A. 缺乏维生素 A——夜盲症
B. 缺乏维生素 B——生长发育障碍
C. 缺乏维生素 C——坏血病
D. 缺乏维生素 D——鸡胸
32. 遇有中暑的伤员应迅速 ABC
A. 立即将患者转移到阴凉、通风或温度较低的环境（如空调房等）
B. 口服淡盐水或含盐清凉饮料
C. 重者尽快送往医院救治
33. 自愿咨询检测（简称 VCT）是艾滋病防治十分重要的工作，其主要的目的包括以下哪几项？ ABCD
A. 促使更多的人了解自己的艾滋病感染情况
B. 及时采取保护自己和他人的措施，预防艾滋病在社会的传播
C. 使咨询和检测成为推动有高危行为的人改变高危行为的起点
D. 为咨询者和艾滋病感染提供心理情感上的支持，消除心理压

力，树立生活的信心

34. 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
35. 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
36. 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
37. 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
38. 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
39. 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
40. 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
41. 下列哪项是儿童青少年肥胖的危害 ABCD
- A. 活动受限，身体灵活性变差
 - B. 可能产生自卑、自信心不足、孤僻等诸多心理问题
 - C. 未来患糖尿病、心脑血管病的可能性增加

- D. 发展为成人肥胖的比例高
42. 下列哪项是身体活动的好处 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
43. 下列哪项活动属于中等强度身体活动 AB
- A. 正常的速度骑自行车
 - B. 快步走
 - C. 搬运重物
 - D. 激烈踢球
44. 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）
45. 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
46. 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
47. 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
48. 人体脊柱正常的生理弯曲包括： ABCD
- A. 颈椎弯曲
 - B. 胸椎弯曲
 - C. 腰椎弯曲
 - D. 骶椎弯曲
 - E. 尾椎弯曲
49. 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
50. 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
51. 正确的读写姿势是： ABCD
- A. 读书写字身体要坐正
B. 保持眼睛与书本距离为 33-35 厘米左右(一尺)
C. 胸前与桌子距离应约一拳
D. 握笔的手指与笔尖距离应 3 厘米左右(一寸)
52. 心理健康的标准： ABCDE
- A. 智力正常，恰当的自我意识
B. 善于调整和控制自己的情绪
C. 良好的人际关系，良好地适应环境
D. 具有健全的人格
E. 心理特征与年龄特征相符
53. 以下关于优质蛋白描述正确的是 ACD
- A. 蛋、奶的蛋白质属于优质蛋白
B. 大豆蛋白质不属于优质蛋白
C. 优质蛋白在体内的利用率较高
D. 优质蛋白与人体蛋白质的氨基酸模式较接近
54. 钙缺乏可能导致以下哪些症状 ABC
- A. 骨质疏松
B. 龋齿
C. 手足痉挛
D. 大骨节病
55. 人体能量的主要来源包括 ABC
- A. 脂肪
B. 蛋白质
C. 碳水化合物
D. 矿物质
56. 脊柱侧弯有哪些危害 ABCD
- A. 外形不美观
B. 气短胸闷不适
C. 腰痛疲劳
D. 心理障碍

57. 脊柱侧弯的检查方法有哪些 ABCD

- A. 体格检查
- B. 前屈试验
- C. X光片检查
- D. 磁共振检查

58. 垃圾分类的积极意义是 ABCD

- A. 减少垃圾侵占的土地
- B. 有利于资源回收利用
- C. 提升市民的文明素质和城市的文明程度
- D. 减少环境污染

59. 下列生活行为不利于环保的是 AD

- A. 使用一次性餐具
- B. 用布袋子购物

67. 公众预防新型冠状病毒肺炎的措施有：（ ）。 ABCDE
- A. 保持手卫生
 - B. 保持室内空气流通
 - C. 良好安全饮食习惯
 - D. 院就诊或陪护就医时，一定要佩戴合适的口罩
 - E. 杜绝捕猎、贩卖、购买、加工、食用野生动物
68. 个人患有呼吸道传染病或出现呼吸道感染症状时，
以下做法正确的是（ ） ABCD
- A. 佩戴口罩
 - B. 不随地吐痰
 - C. 咳嗽或打喷嚏时，用衣袖、纸巾、毛巾等捂住口鼻
 - D. 对被污染物的物品及时进行消毒
69. 针对新型冠状病毒肺炎，最有效的呼吸防护措施是口罩，
我们应该选择哪几种类型的口罩呢？（ ） ABE
- A. 医用外科口罩
 - B. 医用防护口罩（N95 及以上级别）
 - C. 棉布口罩
 - D. 活性炭口罩
 - E. 普通医用口罩
70. 怎么佩戴医用外科口罩？（ ） ABCD
- A. 鼻夹侧朝上，深色面朝外（或褶皱朝下）
 - B. 上下拉开褶皱，使口罩覆盖口、鼻、下颌
 - C. 将双手指尖沿着鼻梁金属条，由中间至两边，慢慢向内按压，直到紧贴鼻梁
 - D. 适当调整口罩，使口罩周边充分贴合面部
71. 面对新型冠状病毒肺炎，我们应该（ ） ABCD
- A. 科学认知
 - B. 配合排查
 - C. 及时就医
 - D. 做好防护
72. 若家庭成员出现新型冠状病毒肺炎的可疑症状时，
下列做法正确的是 ABCDE
- A. 戴上口罩并与对方保持距离
 - B. 建议对方戴上口罩，根据病情及时就医
 - C. 避免乘坐地铁、公共汽车等公共交通，避免前往人群密集的场所
 - D. 就医时应如实回答医生询问，尤其是近期的旅行史和居住史、野生动物接触史等
 - E. 对有症状的家庭成员经常接触的地方和物品进行消毒
73. 如果你有可疑的接触史和旅行史，并出现发热、乏力、
咳嗽等症状，应该（ ） ABCDE
- A. 佩戴口罩

- B. 佩戴手套
C. 及时前往就近定点医院发热门诊就医
D. 避免乘坐公共交通
E. 尽可能远离其他人（至少 1m）
74. 为预防新型冠状病毒肺炎，我们应该减少前往哪些公共场合？ ABCD
A. 影院
B. 游乐园
C. 商场
D. 车站
75. 感染新型冠状病毒的症状主要有哪些？ ABCD
A. 发热
B. 乏力
C. 咳嗽
D. 咽喉痛
76. 什么是规范的“咳嗽礼仪”？ ABCD
A. 当你咳嗽或打喷嚏时，尽量避开人群，用纸巾、手绢捂住口鼻，防止唾液飞溅
B. 如果临时找不到手帕或纸巾，情急之下，可以用手肘的衣袖内侧来代替手捂住口鼻
C. 使用后的纸巾不要随便乱扔，要丢到垃圾桶里
D. 咳嗽或打喷嚏后要立即清洗双手或使用免洗消毒液进行手消毒
77. 以下哪些口罩无法预防新型冠状病毒？ ABCD
A. 纸质口罩
B. 棉布口罩
C. 海绵口罩
D. 活性炭口罩
78. 在办公场所如何预防新型冠状病毒？（ ） ABCD
A. 工作场所经常通风
B. 不随便吐痰，吐痰用纸巾包住，扔进密闭式垃圾桶
C. 打喷嚏时用纸巾捂住口鼻，勤洗手
D. 不组织不参加聚餐等人群聚集性活动
79. 在家中如何预防新型冠状病毒？ ABCD
A. 保持居所卫生，定期消毒杀菌
B. 不用脏手触摸眼睛、鼻或口
C. 适量运动、早睡早起、不熬夜
D. 避免与有发烧症状的患者接触
80. 在乘坐公共交通时如何预防新型冠状病毒？ ABC
A. 不要随地吐痰
B. 正确佩戴口罩
C. 自己打喷嚏时用纸巾捂住口鼻

- D. 用过的纸巾直接扔在地面等敞开环境中
81. 为做好防控新型冠状病毒，我们在日常生活中，哪些时刻需要洗手（ ） ABCD
- A. 在咳嗽或打喷嚏后
 - B. 吃饭前
 - C. 制备食品之前、期间和之后
 - D. 上厕所前后
82. 如果成为密切接触者，应该怎么做？ ACDE
- A. 不得随便外出
 - B. 居家隔离医学观察
 - C. 集中隔离医学观察
 - D. 做好自我身体状况观察
 - E. 如出现发热、咳嗽等症状，要及时向随访医生报告
83. 人感染新型冠状病毒后会出现以下哪些症状？ ABCD
- A. 发热、乏力、干咳
 - B. 鼻塞、流涕
 - C. 呼吸困难
 - D. 急性呼吸窘迫综合症、脓毒症休克、难以纠正的代谢性酸中毒和凝血功能障碍
84. 去农贸市场应注意采取哪些防护措施？ ABC
- A. 避免接触野生动物
 - B. 佩戴口罩
 - C. 不购买活体动物或食用病、死禽畜和野生动物
 - D. 购买野生动物
85. 新型冠状病毒肺炎确诊病例的密切接触者出现症状，前往医院的路上需要（ ） ABCD
- A. 佩戴医用口罩
 - B. 避免搭乘公共交通
 - C. 尽可能远离其他人（至少 1 米）
 - D. 对所有被呼吸道分泌物或体液污染的表面进行消毒
86. 到生鲜市场采购后，回到家应该（ ） ABD
- A. 用肥皂和清水洗手
 - B. 处理生食和熟食的切菜板及刀具要分开
 - C. 直接尝尝食材是否新鲜
 - D. 不用脏手触摸眼睛、鼻或口
87. 为加强对新型冠状病毒肺炎患者的救治，武汉参照北京“小汤山医院”模式建设了？ AB
- A. 火神山医院
 - B. 雷神山医院
 - C. 木神山医院

D. 水神山医院

88. 下列有关测量体温的做法正确的是？（ ） ABCD

- A. 测量前 20-30 分钟应避免以下情况：剧烈运动、进食、喝过冷或过热的水、沐浴或者是进行冷、热敷，如有上述情况，请休息 30 分钟后再进行体温测量
- B. 先检查体温计有无破损，再检查水银柱顶端是否在 35℃ 以下
- C. 若要测量腋下温度，体温计使用前用酒精棉球擦拭消毒，用干毛巾擦拭腋窝，保持腋下干燥
- D. 水平拿住体温计尾部（非水银槽段），使视线与体温计保持同一平面，缓慢旋转体温计，看到水银柱顶端对应的数字即为当下的体温

89. 下列关于进行手卫生的步骤中，正确的是（ ） BD

- A. 当手部有可见脏污，直接用消毒酒精进行擦拭，不需要用水洗净
- B. 当手部有可见脏污，使用肥皂和流动水洗手
- C. 当手部脏污不可见时，就可以不进行手卫生
- D. 当手部脏污不可见时，可使用肥皂和流动水洗手，或使用速干手消毒剂

90. 以下是正确家庭消毒步骤的是（ ） ABCD

- A. 打开窗户，通风换气
- B. 消毒前，戴好口罩、手套
- C. 按照产品说明书配制消毒液
- D. 用配好的消毒液擦拭家具表面

91. 下列公共交通预防疫情的步骤中，错误的是（ ） AC

- A. 公共交通工具如果人流量少，在岗工作人员佩戴普通口罩即可
- B. 公共交通工具应备置体温计、口罩等物品
- C. 公共交通工具可根据人流量的多少，来适当变动清洁与消毒频次
- D. 保持公共交通工具良好的通风状态

92. 关于疫情其间居家隔离人员的膳食指南，以下说法正确的是（ ） ABCD

- A. 吃多种类食物
- B. 适当增加富含优质蛋白、维生素 A、维生素 C、铁、锌等食物摄入
- C. 规律进餐，定时定量
- D. 饮食清淡，营养均衡

93. 以下不属于家庭消毒的正确步骤的是：（ ）。 AC

- A. 关紧门窗，避免空气流通
- B. 消毒前带好口罩、手套
- C. 直接使用消毒液擦拭家具表面
- D. 作用不少于 10 分钟，用清水擦拭去除残留的消毒液

94. 关于疫情期间乘坐私家车，以下说法正确的是（ ） BCD

- A. 独自驾车时，也应该佩戴口罩
- B. 处于地下停车场时，建议关闭车窗，空调选用内循环模式

- C. 一般情况下，私家车不用进行消毒
D. 如有身体状况不明的人搭乘，及时开窗通风，并对车内相关物体表面进行擦拭消毒
95. 冬春季在室外进行体温测量时，手持红外体温检测仪测量哪些部位体温较准确：（ ） BC
A. 额头
B. 手腕
C. 脖子
D. 手掌
96. 以下哪些情况下口罩可以重复使用？（ ） ABD
A. 散步、遛狗、驾车、室外活动等不近距离接触其他人的情况
B. 非人员密集的商场、超市、餐厅、电梯、公共交通工具等
C. 非人员密集的医疗机构
D. 非人员密集或通风良好情况下日常办公、参加会议等
97. 以下口罩重复使用的注意事项中正确的是 ABD
A. 口罩佩戴前洗手，佩戴时避免接触口罩内侧
B. 需再次使用的口罩，可悬挂在洁净、干燥、通风处，或将其放置在清洁、透气的纸袋中，切不可放在塑料袋、密封袋中
C. 口罩应集中存放，专人专用
D. 根据使用场景、适用情况、佩戴时间等，来确定口罩重复使用次数
98. 以下口罩不能或不建议清洗消毒的是： ABC
A. 医用防护口罩
B. 医用外科口罩
C. 一次性医用口罩
D. 普通织物口罩
99. 关于消毒，以下说法中正确的是（ ） ABCD
A. 对物品的消毒，能用物理方法就不要用化学消毒剂
B. 用化学消毒剂来进行空气消毒时，一定是用在无人的室内环境，室外的空气消毒是没有必要的
C. 大面积反复的喷洒消毒剂存在环境污染的风险，应该避免
D. 往人体大量喷洒消毒剂可能存在损害人体健康的风险
100. 关于外出回家后，外套衣物的消毒，以下说法不正确的是 ABD
A. 日常的外套，每天回家都应进行消毒处理
B. 衣物消毒首选化学消毒剂
C. 84 消毒剂会使衣物褪色
D. 从医院回家后，可以选择同时使用季铵盐类消毒剂和洗衣粉对外套进行清洗消毒。
101. 关于外出回家后手机的消毒，以下说法中正确的是 ABCD
A. 手机消毒前应先关闭手机
B. 可以使用 75%的酒精进行消毒

- C. 可以使用消毒纸巾擦拭手机表面进行消毒
D. 如果外出之后没有使用手机，就不必要对手机表面进行消毒
102. 吃一顿符合防疫要求的工作午餐，我们需要注意的是（） ACD
A. 进入食堂前应先洗手或用快速免洗手消毒液
B. 为减少接触时间，排队时可站得紧一点
C. 取餐后分散就做，避免相对而坐
D. 就餐时不交流不讲话
103. 关于“随申码”，下列说法中正确的是（） ABCD
A. 可从“上海发布”微信公众号打开“随申码”
B. 采用“绿码、黄码、红码”三色动态管理
C. “随申码”今后作为上海市民的生活服务码提供服务
D. 红色建议隔离，黄色建议观察，绿色可以通
104. 以下哪些是妨碍青少年发育的饮食习惯？ ABCD
A. 不定时定量进食
B. 吃高糖、高盐、高脂肪的食物 C. 偏食挑食
D. 长期吃快餐食品
105. 下列关于青春期的时限说法正确的是 ABCD
A. 个体差异很大
B. 女孩一般从 10-12 岁开始
C. 男孩一般从 12-14 岁开始
D. 10-20 岁期间统称为青春期
106. 青少年怎样遵守性道德规范 ABCD
A. 男女平等，相互尊重，相互理解；
B. 自尊自爱，举止高雅，言行适度；
C. 消除性无知、性愚昧、性神秘、树立科学和纯洁的性观念；
D. 理智、情感与行为的高度统一
107. 怎样正确处理性侵害事件 ABCD
A. 一旦遇到性侵害，必须予以严厉制止，必要时立即告诉老师或家长
B. 遇事要冷静处理，尽可能识别和牢记犯罪分子的特征
C. 争取时间，寻找逃脱办法
D. 必要的时候可以对犯罪分子的性攻击进行反抗自卫，尽量在犯罪分子身上留下各种印记和痕迹
108. 下列属于男性的第二特征的是 ACD
A. 喉结发育
B. 视力改善
C. 出现腋毛
D. 出现胡须



109. 以下哪些方法能预防食品腐败变质? ABCD

- A. 低温保藏
- B. 高温灭菌
- C. 脱水干燥
- D. 盐渍

110. 食物中毒病人一般具有相似的临床表现, 常常出现 () 等
消化道症状。 ABCD

- A. 恶心
- B. 呕吐
- C. 腹痛

111. 长期过量吃盐容易导致以下哪些疾病？ ABC

- A. 高血压
- B. 水肿
- C. 肾脏疾病
- D. 糖尿病

112. 下列哪些是预防食源性疾病的措施。 ABCD

- A. 吃新鲜卫生的食物
- B. 吃烧熟煮透的食物
- C. 不吃街边流动摊贩的食品
- D. 不吃生的、半生不熟的动物性食物

三、 判断题

- 1. 女性吸烟会导致流产、死胎、早产、婴儿低出生体重。 ✓
- 2. 吸烟会引起青少年哮喘，增加呼吸道感染的发病风险。 ✓
- 3. 烟民无需前往戒烟门诊，可自行使用电子烟来戒烟。 ×
- 4. 吸入二手烟会引起乳腺癌。 ✓
- 5. 吸烟会影响男性和女性的生育功能，严重者可导致不孕不育。 ✓
- 6. 吸烟会影响口腔健康。 ✓
- 7. 使用电子烟的青少年将来更有可能发展成为传统烟草的使用者 ✓
- 8. 散瞳验光能区分真假近视。 ✓
- 9. 弱视是视力下降，戴了眼镜矫正也不能达到正常视力水平。 ✓
- 10. 眼睛发红、疼痛，眼里常有异物感、怕光、流泪，怀疑得了红眼病，不应该继续坚持做眼保健操。 ✓
- 11. 近视了也没关系，可以选择激光手术矫治一劳永逸。 ×
- 12. OK 镜能帮助所有近视的人控制近视的进展。 ×
- 13. 所有人都能戴 3D 电影眼镜。 ×
- 14. 墨镜应满足的基本功能包括减少强光刺激、视物清晰不变形、防紫外线、颜色识别不失真、准确辨识红绿灯等交通信号。 ✓
- 15. 使用手机或平板电脑时，屏幕与眼睛之间距离也应不少于 33cm（一尺） ✓
- 16. 蓝光也存在有益的作用，因此也不需“谈蓝色变”。 ✓
- 17. 食物中的营养素对保护视力、预防近视也有一定的作用。 ✓
- 18. 儿童错颌畸形一定要等到 12 周岁换好牙才可以治疗。 ×
- 19. 错颌畸形是由遗传因素或不良习惯造成的。 ✓
- 20. 每个人都会长智齿。 ×
- 21. 当智齿严重影响日常生活时，一定要及时前往正规医院拔出智齿。 ✓
- 22. 牙齿意外损伤脱落后，脱落牙齿可以直接扔掉。 ×
- 23. 乳牙会逐渐脱落长出恒牙，所以乳牙蛀坏了没关系。 ×
- 24. 吸烟会影响口腔健康。 ✓

25. 含铁和维生素丰富的食物有蛋黄、肉类、豆类、动物肝脏、血、肾、海带、绿叶蔬菜、水果等。 ✓
26. 全麦面包因含有丰富的营养元素，最好即买即食。 ✓
27. 夏季时，家中的砧板、刀具等可经常用沸水浇烫，除菌。 ✓
28. 通常情况下，脉搏的搏动与心脏的跳动是一致的。 ✓
29. 跑步时应尽量采用鼻子呼吸，也可采用鼻吸气，口呼气的方式。呼吸要有节奏，两步一呼，两步一吸或三步一呼、三步一吸。 ✓
30. 消灭蚊子的关键是清除住宅内外的积水，使蚊子的卵、孑孓、蛹无法存活。 ✓
31. “低焦油卷烟”、“中草药卷烟”不能降低吸烟带来的危害。 ✓
32. 吸烟只会影响吸烟者的健康，对他人无害。 ×
33. 需要关注儿童和青少年的暴躁情绪。 ✓
34. 充满笑容、待人友善、性格开朗的人不会患抑郁症。 ×
35. 儿童青少年应该多吃保健食品，让身体更健康，成长发育更快。 ×
36. 眼镜越戴度数越深，所以不应该让孩子长期佩戴眼镜。 ×
37. 发现孩子可能存在左右肩高不一样，后背两侧不对称，自行纠正坐姿穿戴支具就可以矫正，不需要就医。 ×
38. 日常生活和工作接触乙肝和丙肝病人就有感染的风险。 ×
39. 献血对身体有害。 ×
40. 良好的居室卫生，要求有适宜的温度与湿度、充足的光线、良好的通风。 ✓
41. 吸烟有一个安全剂量，一天吸烟不超过5支对身体不会有损害。 ×
42. 燃气热水器应该安装在浴室内。 ×
43. 可以注射疫苗来预防艾滋病。 ×
44. 生冻疮的部位要常用火烤或用热水烫，这样能促进血液循环。 ×
45. 只有狗才携带犬病毒，其它动物都是安全的。 ×
46. 扁桃体经常发炎，会引起急性肾炎、风湿性关节炎。 ✓
47. 狂犬病是由狂犬病毒引起的人畜共患传染病，它的病死率极高。 ✓
48. 肝炎的唯一传染源是肝炎患者。 ×
49. 预防中暑，要注意多喝开水，在室内活动时要开门窗，使空气流通。 ✓
50. 消灭“四害”有助预防传染病。 ✓
51. 遇有高压电线落地时，应立即进入现场，救护被电击的伤病员处理。 ✓
52. 乙型流感痊愈后会有免疫力，所以未来不会再次患病。 ×
53. 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。 ×
54. 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。 ✓
55. 确诊自己患水痘后，只要多喝水、戴口罩，就可以去学校上课。 ×
56. 当班级的同学呕吐时，要用班级里的拖把或抹布清理。 ×
57. 当老师让你处理呕吐物，应该立即拿扫帚或拖把清理干净。 ×
58. 每天必须吃早餐。 ✓
59. 上下楼梯属于中等强度运动。 ✓
60. 便利店买的冰红茶可以经常喝。 ×
61. 超市买的酸酸乳可以天天喝。 ×

62. 小学生还小，肥胖没什么危害。 ×
63. 含糖饮料是指放有糖且口味甜的饮料。 ✓
64. 只要进行足够的运动，久坐对健康不会产生不利影响。 ×
65. 现在医学手段高超，近视是可以治愈的。 ×
66. 爸妈不近视，孩子就不会。 ×
67. 读写姿势以个人感觉舒适为最佳。 ×
68. 如体检发现脊柱侧弯，应尽早手术治疗。 ×
69. OK 镜并不适用于所有需要控制视力进展的人。 ✓
70. OK 镜可以在眼镜店验配。 ×
71. 中小學生应尽量少喝含糖饮料。 ✓
72. 建议不要空腹喝牛奶，以减轻乳糖不耐受的症状。 ✓
73. 中小學生每日吃肉不可过量。 ✓
74. 儿童维生素 A 缺乏的可能性高于成人。 ✓
75. 菠菜是铁的最佳食物来源。 ×
76. 鸡蛋是营养价值很高的食物，脂肪、矿物质和维生素都主要集中在蛋黄 ✓
77. 维生素的主要功能是提供能量。 ×
78. 目前尚无有效的方法将畸形的脊柱变为完全正常，早发现、早诊断、早康复可避免脊柱侧弯进展。 ✓
79. 脊柱侧弯的病因构成复杂，尚不能明确。 ✓
80. 负责生活垃圾中有害垃圾处置的指导和监督管理的部门是市环保行政管理部门。 ✓
81. 任何单位和个人都应当履行生活垃圾分类减量的义务，共同维护良好的城市环境。
82. 个人不需要履行生活垃圾分类减量的义务。 ✓
83. 垃圾也是一种很有开发价值的资源。 ×
84. 一颗纽扣电池产生的有害物质，可污染 60 万升水，相当于一个人一生的用水量。 ✓
85. 买电池的时候，选可重复使用的无汞充电电池是相对环保的。 ✓
86. 生活垃圾减量是指通过推进清洁生产、绿色包装、适度消费、回收利用等，最大限度地减少废弃物的产生。 ✓
87. 可回收的垃圾主要包括废纸、塑料、玻璃、金属和布料五大类，但是纸巾和厕所纸由于水溶性太强不可回收。 ✓
88. 废温度计属于有害垃圾。 ✓
89. 未被污染的塑料餐具（便当盒、碗、匙）属于可回收物。 ✓
90. 可回收物，包括生活垃圾中未污染的适宜回收和资源利用的垃圾，如纸类、塑料、玻璃和金属等。 ✓
91. 瓜果皮核、菜根菜头属于干垃圾。 ×
92. 家庭日常生活中打碎的陶瓷碗碟属于可回收物。 ×
93. 废荧光灯管是有害垃圾。 ✓
94. 上海绿色帐户的机制是正向激励 ✓
95. 上海绿色帐户的机制是纠错机制。 ×
96. 充电电池能使一平方米的土地永远失去利用价值，废旧电池是有害垃圾，它的回收方式是放在可回收的垃圾一起。 ×

97. 可回收的垃圾主要包括废纸、塑料、玻璃、金属和布料五大类，但是纸巾和厕所纸由于水溶性太强不可回收。 ✓
98. 湿垃圾是容器标识颜色为黑色 ×
99. 当个人将有害垃圾与可回收物、湿垃圾、干垃圾混合投放后，拒不改正者，可由城管执法部门罚款 50-200 元。 ✓
100. 新型冠状病毒除感染人类以外，不会感染猪、牛、羊、等哺乳动物及鸟类。 ×
102. 疫情期间，配合学校，主动上报行程和健康信息，不漏报、不迟报、不瞒报、不谎报。 ✓
103. 新型冠状病毒会人传人 ✓
104. 在咳嗽打喷嚏，准备食物，饭前便后，接触动物或者处理动物粪便后，要使用肥皂和自来水洗手。 ✓
105. 居室保持清洁，勤开窗，经常通风。 ✓
106. 不要接触健康情况不明的动物。 ✓
107. 室内醋熏的方法可以杀灭新型冠状病毒。 ×
108. 疫情期间，应尽量避免去人群密集的公共场所，以减少与患病人群接触的机会。 ✓
109. 戴多层口罩可以更好地预防新型冠状病毒感染。 ×
110. 吃抗生素不能预防新型冠状病毒感染。 ✓
111. 疫情期间，外出与人碰面、到公共场所、乘坐公共交通工具时，均建议戴口罩。 ✓
112. 每个人都应做到不随地吐痰，口鼻分泌物用纸巾包好，弃置于有盖垃圾箱内。 ✓
113. 家庭成员不共用毛巾，保持家居、餐具清洁，勤晒衣被。 ✓
114. 就医时应如实回答医生询问，尤其是近期的旅行和居住史、新型冠状病毒肺炎患者或疑似患者接触史、野生动物接触史等。 ✓
115. 生熟食品分开保存和加工，肉蛋类食品需要烧熟煮透。 ✓

116. 疫情期间，尽量减少乘坐地铁、公共汽车等公共交通工具。 ✓
117. 对有新型冠状病毒肺炎症状的家庭成员经常接触的地方和物品进行消毒。 ✓
118. 若家庭中有人被诊断为新型冠状病毒肺炎，其他家庭成员如果经判定为密切接触者，应该按照医务人员的指导接受 14 天的隔离医学观察。 ✓
119. 若出现新型冠状病毒肺炎可疑症状（如发热、乏力、干咳等）应根据病情及时就医。 ✓
120. 家庭应备置体温计、一次性医用口罩、家用消毒用品等物资。 ✓
121. 中国武汉暴发的疫情为 SARS 病毒感染。 ×
122. 新型冠状病毒不会感染儿童。 ×
123. 新型冠状病毒感染的肺炎的传播途径主要是经呼吸道飞沫传播和密切接触传播。 ✓
124. 吃板蓝根能预防新型冠状病毒感染。 ×
125. 吃维生素 C 能预防新型冠状病毒感染。 ×
126. 此前接种了流感疫苗的人不容易被新型冠状病毒感染。 ×
127. 在自己打喷嚏或咳嗽时，应用纸巾将口鼻完全遮住，并将用过的纸巾立即扔进封闭式垃圾箱内。 ✓
128. 既然新型冠状病毒通过飞沫传播，那么家里应该长时间门窗紧闭保持隔离状态。 ×
129. 合理的睡眠可有效改善身体机能，提高机体抗病能力。 ✓
130. 疫情期间为了提高免疫力，应该多吃肉少吃菜。 ×
131. 新型冠状病毒感染的肺炎主要症状有发热、乏力、干咳。 ✓
132. 有的人感染了新型冠状病毒后，只有低烧或轻微乏力的症状。 ✓
133. 在生鲜市场触摸海鲜、生肉等生食之后，需要拿肥皂和清水洗手。 ✓

134. 在使用酒精消毒时需要保证通风,并且需要远离高温物体,千万不能与明火接触。比如做饭、打电话、吸烟、使用电蚊拍等行为,在喷洒高浓度酒精后均不能立即进行。 ✓
135. 用酒精给正在煮饭的电饭煲消毒。 ×
136. 家庭应每天开窗通风至少 2-3 次,每次开窗不少于 30 分钟。 ✓
137. 如果 14 天内去过湖北或其他疫情严重的地区,回沪后应主动报告社区和居委会,并居家隔离 14 天。 ✓
138. 接触过确诊的新型冠状病毒感染的肺炎患者,但自己没出现不适症状,因此不需要隔离。 ×
139. 只要戴口罩就能完全预防感染新型冠状病毒,不用讲究佩戴方法。 ×
140. 洗手揉搓步骤七字口诀是内-外-夹-弓-大-立-腕,其中弓指的是掌心对掌心,十指交叉揉搓。 ×
141. 口罩只要不破,就可以一直使用。 ×
142. 如果出现发热、乏力、干咳等表现,就意味着已经感染新型冠状病毒了。 ×
143. 在疫情期间,应停止或减少使用中央空调。 ✓
144. 目前没有证据显示猫、狗会感染新型冠状病毒,不用丢弃家里的宠物,但也不要把来源不明的野生动物作为宠物。 ✓
145. 水银温度计读数:水平拿住体温计尾部(非水银槽段),使视线与体温计保持同一平面,缓慢旋转体温计,看到水银柱顶端对应的数字即为当下的体温。 ✓
146. 疫情期间没有不适症状就无需做健康监测。 ×
147. 青春发育期,是人一生中唯一的一次生长高峰。 ×
148. 青春初期造血功能的变化主要表现在血红蛋白及红血球的总数明显减少。 ×
149. 精囊和卵巢中分泌的性激素使男性更有男人味,女性更有女人味。 ✓
150. 大多数男性比女性强壮,所以男性比女性更值得尊敬。 ×
151. 自慰行为对身体有伤害,所以不可以做。 ×
152. 女性青春期胸部发育的时候要穿戴钢圈的胸罩。 ×
153. 每个女孩来月经的时候都会痛经。 ×
154. 天然的食品添加剂比人工化学合成的食品添加剂更安全。 ×
155. 人可以耐受少量几种食品添加剂,如果多种食品添加剂一起摄入,就有可能超过人体耐受能力,对健康产生危害。 ×
156. 野生的鱼在自然环境中自然成长,味道鲜美,更无需担心非法添加 ×

剂等人为食品食品安全风险，因此比人工养殖的鱼更安全。

157. 有些食品虽然标注了“无蔗糖”，仍可能含有果糖、麦芽糖等成分，食用过量，同样会造成人体血糖升高，不适宜糖尿病患者食用。 ✓

158. 外出就餐时，餐桌上已被污染的剩菜，如生食蔬菜、凉拌菜、围边菜不宜打包。 ✓

159. 桶装水打开后，秋冬季最好在 2 周内喝完，春夏季最好在 7-10 天内喝完。 ✓