



## 上海市青少年健康知识网上竞答——教师版

### 一、 单选题

1. 小学高年级近视最合适诊治的方法为 D
  - A. 户外活动
  - B. 周边离焦眼镜
  - C. 高度近视危险度检测
  - D. 低浓度阿托品/角膜塑形镜
2. 日常教学中，下列不属于老师提醒学生保持的良好行为习惯是 B
  - A. 端正读写坐姿
  - B. 多运用电子产品查阅学习资料
  - C. 坚持做眼保健操
  - D. 远眺放松休息
3. 什么情况下不能做眼保健操 B
  - A. 眼睛感觉疲劳时
  - B. 眼部出现急性炎症时
  - C. 眼睛有酸胀感时
  - D. 长时间用眼后
4. 小学生每天应至少到户外活动多长时间，才能有效预防近视。 C
  - A. 30 分钟
  - B. 1 小时
  - C. 2 小时
  - D. 45 分钟
5. 除了多参加户外活动，还应注意读书写字多长时间让眼睛休息一次？ A
  - A. 30-40 分钟
  - B. 1 小时
  - C. 2 小时
  - D. 不休息
6. 读书写字时，应该保持眼睛与课本距离多远？ B
  - A. 一拳
  - B. 一尺
  - C. 一寸
  - D. 按个人习惯
7. 小可爱学习爱运动，也爱玩电子游戏，老师可以告诉她使用电子产品多长时间需要休息。 A
  - A. 15 分钟
  - B. 30 分钟
  - C. 40 分钟
  - D. 60 分钟
8. 以下不属于护眼食物的是？ C
  - A. 西蓝花
  - B. 胡萝卜
  - C. 糖果
  - D. 牛奶



9. 班级里有学生进行散瞳验光后，以下哪种行为不建议？ D
- A. 减少近距离看书  
B. 避免看投影课件  
C. 多喝水  
D. 正常进行户外运动
10. 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
11. 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
12. 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
13. 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
14. 当受到外伤导致牙齿完全脱落时，以下那种做法是不正确的？ D
- A. 找回牙齿，只能拿着牙冠部。  
B. 用清水或牛奶冲洗干净。  
C. 放在牛奶中或置于舌下，并且要尽快到医院处理。  
D. 用牙刷把脱落的牙齿洗刷干净。
15. 去除牙菌斑，养成良好的口腔卫生习惯，以下哪种说法或做法是不正确的？ B
- A. 有效刷牙：采用合适的刷牙方法把牙齿的各个面都刷干净  
B. 刷牙次数：每天早上要刷牙，晚上可刷可不刷。  
C. 儿童刷牙方法：画圈法，竖刷法  
D. 使用牙线
16. 同性别体质指数(BMI)处于同年龄 百分位以上者为超重， 百分位以上者为肥胖。 C
- A. 80、95  
B. 85、90  
C. 85、95  
D. 80、90
17. 膳食宝塔共分五层，中间一层是 食物。 D
- A. 谷类薯类及杂豆，水  
B. 蔬菜类、水果类  
C. 奶类及奶制品、大豆类及坚果  
D. 畜禽肉类、鱼虾类、蛋类
18. 学龄儿童青少年膳食指南在一般人群膳食指南的基础上，推荐如下几条，哪一项不属于推荐范围？ B
- A. 认识食物，学习烹饪，提高营养科学素养。  
B. 合理选择零食，足量饮水，适度饮酒，有节制地喝含糖饮料。  
C. 增加户外活动时间，保证每天活动60分钟。



- D. 不偏食节食，不暴饮暴食，保持适宜体重增长。
19. 成年人的平静呼吸是多少次 / 分 B
- A. 10-15  
B. 16-20  
C. 21-25  
D. 26-30
20. 下列哪项饮食习惯符合“平衡膳食”原则？ A
- A. 一日三餐定时定量  
B. 为了保持身材，可以少吃或不吃早餐  
C. 水果营养价值比蔬菜高，可以考虑多吃水果代替蔬菜  
D. 可以通过代餐粉代替主食
21. 常见的呼吸道传染病有 A
- A. 肺结核、流感、流脑  
B. 手足口病、乙脑、疟疾  
C. 甲肝、乙肝、丙肝  
D. 气管炎、肺气肿、尘肺
22. 小学小学一到三年级应落实 B
- A. 每周安排体育课 2 课时  
B. 每天安排广播操 1 次  
C. 每周安排体育活动课 4 课时  
D. 每天安排眼保健操 1 次
23. 成年人每天应保证多少小时的睡眠 B
- A. 6-7  
B. 7-8  
C. 8-9  
D. 9-10
24. 中国居民膳食指南推荐（2016）每人每天添加糖摄入量不超过多少克，最好控制在多少克以下？ A
- A. 50 克、25 克  
B. 60 克、35 克  
C. 70 克、45 克  
D. 80 克、55 克
25. 下列关于使用眼药水正确的是 D
- A. 滴眼药水时为了对准，眼药水瓶口可以直接接触眼睛  
B. 滴眼药水剂量越大效果越好  
C. 缓解眼疲劳，可以长期使用人工泪液  
D. 眼药水过期之后，即使没用完也不可以继续使用
26. 成年人每日步行多少步对身体有益 C
- A. 1-4 千步  
B. 4-6 千步  
C. 6-10 千步  
D. 10 千步以上
27. 通过粪便管理、使用卫生厕所、粪便无害化处理等措施，可以有效控制下列哪一种疾病的流行？ D
- A. 乙肝  
B. 麻疹  
C. 疟疾  
D. 痢疾



28. 我国成人 BMI 指数大于 28 代表什么? D
- 偏瘦
  - 正常
  - 超重
  - 肥胖
29. 在呼吸道传染病高发季节, 建议配戴口罩。下列关于配戴口罩的说法正确的是 C
- 口罩只遮住嘴巴, 不用遮住鼻子
  - 口罩是不分正反的, 正面脏了反过来还可以继续戴
  - 摘口罩时不要接触口罩外侧
  - 口罩高温蒸煮就可以杀灭病毒细菌再次佩戴
30. 健康成人每天食盐不应超过多少克 A
- 5 克
  - 6 克
  - 8 克
  - 10 克
31. 行性出血热是通过以下哪一种传播的 D
- 蟑螂
  - 蚊子
  - 蜱虫
  - 老鼠
32. 每天进食安排, 下列食物由多到少排序, 哪个更合理? A
- 谷类>蔬菜水果>肉蛋奶类>油脂
  - 谷类>肉蛋奶类>蔬菜水果>油脂
  - 肉蛋奶类>蔬菜水果>谷类>油脂
  - 蔬菜水果>谷类>肉蛋奶类>油脂
33. 关于人体的体温说法不正确的是 A
- 人体的体温造成略高, 下午略低
  - 人体的体温一天内波动不超过  $1^{\circ}\text{C}$
  - 成年人腋下温度的正常值范围为  $36-37^{\circ}\text{C}$
  - 肛门温度最接近人体的温度
34. 关于骨骼健康, 下列说法正确的是 D
- 补钙等于治疗骨质疏松
  - 喝骨头汤能够防止骨质疏松
  - 年轻人不会患骨质疏松症, 无须关注
  - 高危人群应定期去医院进行骨密度检查
35. 防治糖尿病的措施有哪些 D
- 控制饮食、增加运动
  - 坚持血糖监测
  - 规范的药物治疗
  - 以上都是
36. 下列关于食品添加剂的说法正确的是 C
- 着色剂仅能使食品颜色鲜艳, 不能改变营养, 故不属于食品添加剂
  - 食品添加剂只对婴幼儿有害
  - 按国家标准规范使用食品添加剂的食品是安全的
  - 食品添加剂都是人工合成的化学品, 都有副作用, 不可食用
37. 上班族的哪种行为习惯不利于健康 D



- A. 熬夜加班  
B. 依赖外卖  
C. 上班久坐  
D. 以上都是
38. 天然食品中，营养最完整和易吸收的是 D  
A. 水果  
B. 肉类  
C. 谷物  
D. 乳类
39. 缺乏维生素 D 会引发哪种疾病 D  
A. 贫血  
B. 坏血症  
C. 干眼症  
D. 佝偻病
40. 以下属于预防近视的活动的是 D  
A. 打乒乓球  
B. 户外跳绳  
C. 打羽毛球  
D. 以上都是
41. 测量脉搏时将食指、中指和无名指指腹平放于什么部位 B  
A. 手腕出  
B. 手腕桡动脉搏动处  
C. 手腕尺动脉搏动处  
D. 腕横纹正中间
42. 下列关于脑卒中的说法正确的是 A  
A. 患者一侧面部麻木，一侧肢体无力，语言困难  
B. 患侧出现胸闷、气短、心悸等症状  
C. 应保持患者脚步略抬高卧位  
D. 应保持患者侧卧等候急救
43. 发生创伤出血较多时，应怎样做 D  
A. 小的伤口只需简单包扎即可止血  
B. 出血较多时，如果伤口有异物，应立即采取直接压迫止血法止血  
C. 处理出血的伤口时，要做好个人防护，尽量避免直接接触血液  
D. 以上都是
44. 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
45. 狂犬病典型的临床表现是 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
46. 下列不是流行性腮腺炎的传播方式是 B  
A. 唾液  
B. 蚊虫叮咬  
C. 咳嗽  
D. 喷嚏



47. 甲肝主要通过什么途径传播? A
- A. 粪一口途径
- B. 血液
- C. 性接触
- D. 呼吸道吸入
48. 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. 可出现持续高热、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
49. 发现传染病病例和疑似病例应向哪个部门报告: D
- A. 急救中心(120)
- B. 当地卫生行政主管部门
- C. 当地人民政府
- D. 当地疾病预防控制机构
50. 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
51. 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。
52. 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也会得水痘
- 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
53. 麻疹主要的传播途径? B
- A. 肠道
- B. 呼吸道
- C. 虫媒
- D. 其他
54. 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
55. 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
- D. 及时、联合、足量、按时、短程
56. 遇肢体离断伤时, 现场处理好伤员后应将离断的肢体 A
- A. 先用无菌敷料或布包裹, 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
- C. 放入冰块中保鲜
57. 肢体冻伤时应 B
- A. 立即用雪搓
- B. 将伤肢放入 37~40 摄氏度的水中 20~30 分钟以达到复温的目的
- C. 用高温烘烤以尽快复温
58. 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
59. 出血性结膜炎医学观察期为 A
- A. 7 天
- B. 12 天
- C. 14 天
- D. 21 天
- E. 45 天
60. 当幼儿发生急性扭伤时，先采取冷敷\_\_\_\_\_小时后，在出血完全止住的情况下，方可改为热敷。 C
- A. 6 小时
- B. 12 小时
- C. 24 小时
- D. 36 小时
- E. 48 小时
61. 下列哪类不属于一般事故： C
- A. 擦伤
- B. 骨折
- C. 服错药未造成重大伤害
- D. 脱臼
- E. 吞入异物
62. 甲、乙、丙类法定报告传染病分别（ ）种。 B
- A. 2、27、10
- B. 2、27、11
- C. 2、28、11
- D. 3、26、11
63. 在本市大学生中发病前 5 位的传染病病种不包括： C
- A. 肺结核
- B. 水痘
- C. 手足口病
- D. 流行性感
64. 学校和托幼机构常见的传染病不包括以下哪种？ D
- A. 手足口病
- B. 猩红热
- C. 水痘
- D. 梅毒
65. 典型和轻型猩红热的主要症状，描述正确的是： A
- A. 发热+咽痛+局部或全身砂纸样的皮疹





- B. 发热+咽痛+口腔、舌头皮疹  
 C. 发热+咳嗽+全身皮疹  
 D. 发热+手足口部皮疹
66. 本市学校冬春季发生的聚集性呕吐腹泻疫情主要是由（ ）引起的。 B
- A. 沙门氏菌  
 B. 诺如病毒  
 C. 志贺氏菌  
 D. 大肠杆菌
67. 传染病预防控制的基本原则是 D
- A. 控制传染源  
 B. 切断传播途径  
 C. 保护易感人群  
 D. 以上全是
68. 学校传染病疫情等突发公共卫生事件报告的第一责任人是 C
- A. 学校疫情报告人  
 B. 班主任老师  
 C. 学校校长或托幼机构主要领导  
 D. 学生
69. 以下哪项不属于学校和托幼机构传染病疫情报告工作职责 D
- A. 负责建立、健全本单位传染病疫情等突发公共卫生事件的发现、收集、汇总与报告管理制度  
 B. 负责制定专人或兼职教师负责本单位内传染病疫情等突发公共卫生事件、因病缺勤等健康信息的收集、汇总与报告工作  
 C. 负责组织开展对本单位全体人员传染病防治知识的宣传教育  
 D. 负责及时向同级教育行政部门通报学校和托幼机构传染病疫情等突发公共卫生事件相关信息
70. 学校疫情报告人如发现（ ）天内，学校发生（ ）例及以上麻疹病例应判断为聚集性疫情 D
- A. 21, 5  
 B. 7, 5  
 C. 7, 3  
 D. 10, 2
71. 保护易感人群主要的防控措施是： D
- A. 传染病报告  
 B. 食品饮用水管理  
 C. 晨检  
 D. 健康教育和预防接种
72. 咳嗽、咳痰（ ）以上，应怀疑得了肺结核，要及时就诊： B
- A. 1周  
 B. 2周  
 C. 1个月  
 D. 不知道
73. 结核病诊断和治疗必须在： C
- A. 三级综合医院  
 B. 区级中心医院  
 C. 结核病定点医院  
 D. 不知道





74. 初、高中毕业体检和大中专院校入学体检必查项目为： B
- 心电图
  - 胸部 X 线摄片
  - B 超
  - 胸部 X 线透视
75. 出现肺结核可疑症状或被诊断为肺结核后，应当： A
- 主动向学校报告，不隐瞒病情、不带病上课
  - 不向学校报告，隐瞒病情带病上课
  - 不向学校报告，在家休息治疗
  - 不知道
76. 学校在同一学期内发生( )例及以上有流行病学关联的结核病病例，或出现结核病死亡病例时，学校所在地的县级卫生行政部门应判断是否构成突发公共卫生事件。 B
- 5 例
  - 10 例
  - 15 例
  - 不知道
77. 与确诊肺结核患者同宿舍的同学属于( )密切接触者： C
- 低暴露
  - 中暴露
  - 高暴露
  - 不知道
78. 对患者的密切接触者开展筛查，措施不包括： B
- 询问肺结核可疑症状和肺结核密切接触史
  - 膳食调查
  - 结核菌素皮肤试验
  - 胸部 X 线摄片
79. 儿童感染诺如病毒，以下哪一项可能是先发症状： B
- 皮疹
  - 呕吐
  - 头晕头痛
  - 发热
80. 以下哪种物体中可能存在诺如病毒： D
- 患者粪便
  - 患者呕吐物
  - 患者的玩具表面
  - 以上都是
81. 以下哪种方法处理诺如病毒感染者的呕吐物时很容易造成病毒扩散： A
- 用湿拖把拖
  - 用消毒湿巾覆盖
  - 用餐巾纸覆盖后丢弃
  - 用漂白粉覆盖
82. 预防和控制麻疹的最有效手段是： B
- 开窗通风
  - 接种含麻疹成分的疫苗
  - 禁食不洁食物
  - 加强锻炼，提高自身免疫力



83. 水痘皮疹通常最先出现于： A
- A. 头部和躯干  
B. 四肢  
C. 胸腹部  
D. 不确定
84. 水痘暴发疫情发生后应急接种应在多长时间内完成： C
- A. 1天  
B. 2天  
C. 3天  
D. 5天
85. 根据沪卫疾控[2016]26号文的要求，用于托幼机构和学校的呕吐物、腹泻物等污染物应急处置包需包含哪些处置物品？ D
- A. 一次性口罩、一次性手套、一次性隔离衣、消毒干巾、消毒湿巾、手动喷雾器  
B. 一次性口罩、一次性手套、一次性隔离衣、消毒干巾、医用废物袋、电动喷雾器  
C. 一次性口罩、一次性手套、一次性隔离衣、消毒湿巾、医用废物袋、机动喷雾器  
D. 一次性口罩、一次性手套、一次性隔离衣、消毒干巾、消毒湿巾、医用废物袋
86. 在传染病控制中，针对传染源一般采取： A
- A. 及早发现、隔离及治疗病者  
B. 保持室内空气流通  
C. 注重个人卫生  
D. 注射疫苗
87. 学校应为每 \_\_\_\_\_ 人设一个洗手盆或0.6米长盥洗槽。 B
- A. 30—35  
B. 40—45  
C. 50—55  
D. 25—30
88. 学校卫生室建筑面积应大于 \_\_\_\_\_ 平方米，并有适应学校卫生工作需要的功能分区。 D
- A. 25  
B. 30  
C. 35  
D. 40
89. 预防传染病，保护易感儿童最直接、有效的方法是 \_\_\_\_\_ 。 B
- A. 多睡觉  
B. 接种疫苗  
C. 多吃保健品  
D. 多静坐休息
90. 下列不属于传染病的是 \_\_\_\_\_ 。 C
- A. 手足口病  
B. 猩红热  
C. 糖尿病  
D. 诺如病毒感染
91. 下面哪个不是肠道传染病？ A
- A. 流脑



- B. 甲肝  
C. 伤寒  
D. 脊髓灰质炎
92. 以下哪一项不是细菌性食源性疾病、食物中毒的类型? A
- A. 病毒型  
B. 感染型  
C. 混合型  
D. 毒素型
93. 托幼机构发生一般事故应在几天内上报相关部门? B
- A. 1天  
B. 2天  
C. 3天  
D. 7天
94. 防止发生呼吸道传染病, 保持室内空气卫生首选的方式是? A
- A. 开窗通风换气  
B. 紫外线照射  
C. 过氧乙酸喷雾  
D. 臭氧消毒
95. 水痘的隔离期 C
- A. 全部结痂或不少于发病后5天  
B. 全部结痂或不少于发病后10天  
C. 全部结痂或不少于发病后14天  
D. 全部结痂或不少于发病后20天
96. 急性出血性结膜炎的隔离期 D
- A. 无隔离期  
B. 2-3天  
C. 14天  
D. 7天
97. 鱼刺卡喉正确处理的方法是? C
- A. 让孩子吃饭团强行把异物带下去  
B. 食用米醋  
C. 应立即送医院处理  
D. 较大异物嵌在咽喉部应立即将小儿抱起, 低头拍背, 使异物咳出或改变位置, 并急送医院处理
98. 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, 这可能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
100. 体重指数 BMI 的计算方法 B
- A. 身高 (m) / 体重<sup>2</sup> (kg<sup>2</sup>)  
B. 体重 (kg) / 身高<sup>2</sup> (m<sup>2</sup>)  
C. 身高<sup>2</sup> (m<sup>2</sup>) / 体重 (kg)  
D. 体重 (kg) / 身高<sup>2</sup> (cm<sup>2</sup>)
101. 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
102. 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
103. 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
104. 儿童青少年每周应进行至少几天的高强度身体活动 B
- A. 1
- B. 3
- C. 5
- D. 7
105. 发生近视后，视物时 A
- A. 外部平行光线经眼球屈光系统后聚焦在视网膜之前
- B. 外部平行光线经眼球屈光系统后聚焦在视网膜之后
- C. 外部平行光线经眼球屈光系统后聚焦在视网膜上
106. 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
107. 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
108. 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
109. 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
110. 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
111. 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  
C. 不吃主食  
D. 保证睡眠  
E. 定期监测自己的体重
112. 下列疾病中, 目前上海市中小学生慢性疾病患病最多的疾病是: A
- A. 哮喘              B. 心脏病  
C. 肾炎              D. 慢性胃炎  
E. 糖尿病
113. 关于视力检查错误的是: C
- A. 使用对数视力表灯箱检查      B. 检查距离为 5 米  
C. 检查时环境可明可暗      D. 记录被检者裸眼辨认的最小视标  
E. 视力表灯箱悬挂高度以 5.0 视标一行与受检者眼等高
114. 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
115. 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
116. 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
117. 儿童青少年体格生长有几次生长突增期? C
- A. 0 次      B. 1 次      C. 2 次      D. 3 次
118. 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
119. 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
120. 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
121. 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
122. 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
123. 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
123. 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
124. 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
125. 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
126. 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
127. 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
128. 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
129. 对于密切接触者需要医学观察 ( ) 天 C  
 A. 12  
 B. 13  
 C. 14  
 D. 15
130. 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
131. 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
132. 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
133. 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
134. 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
135. 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
134. 对新型冠状病毒，以下哪种条件可以杀灭病毒？（ ） A
- A. 在 56°C，30 分钟条件下  
B. 在 26°C，20 分钟条件下  
C. 在 16°C，10 分钟条件下  
D. 在 10°C，15 分钟条件下
135. 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
136. 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
137. 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
138. 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
139. 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
140. 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
141. 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
142. 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
143. 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
144. 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
145. 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
146. 《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
147. 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。



148. 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
149. 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
150. 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
151. 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
152. 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
153. 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  $36.3^{\circ}\text{C}$ - $37.2^{\circ}\text{C}$   
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
154. 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
155. 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



156. 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
157. 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
158. 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
159. 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
160. 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
161. 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
162. 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
163. 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



164. 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
165. 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
166. 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
167. 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
168. 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
169. 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
170. 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
171. 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
172. 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
173. 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
174. 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
175. 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
176. 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
177. 在处理果皮、剩菜剩饭等厨余垃圾时，应将这些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
178. 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
179. 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
180. 青春期常见的一种慢性毛囊皮脂腺炎症俗称“青春痘”，那么在医学上我们称之为什么？ A  
A. 痤疮  
B. 痔疮  
C. 慢性皮炎  
D. 过敏性丘疹
181. 不属于女性第二特征的是 D  
A. 音调变高  
B. 乳房发育  
C. 出现腋毛  
D. 卵巢增大
182. 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
183. 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
184. 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
185. 睾丸受到意外撞击，伤势如果不是很严重该如何处理？ A  
 A. 立即跳跃几下  
 B. 躺下休息  
 C. 侧卧休息

## 二、多选题

1. 眼异物处理方法： ACDE  
 A. 不要用手揉眼睛  
 B. 用嘴吹眼  
 C. 立即用生理盐水冲洗眼睛  
 D. 滴眼药水  
 E. 翻开眼睑用消毒棉签蘸生理盐水或冷开水拭去异物
2. 近视的人可能会出现以下哪些表现？ ABCD  
 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. 要凑很近才能看得清电视
3. 青少年儿童为确诊近视，去医院检查为什么要进行散瞳验光？ AB  
 A. 消除过强的眼调节力  
 B. 了解真实的屈光度数  
 C. 配合做检查  
 D. 医院流程
4. 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. 可能大学选专业时有限制
5. 下面哪些行为可能是导致学生近视的原因？ ACDE  
 A. 从来不吃蔬菜和水果  
 B. 喜欢到户外活动  
 C. 贪玩手机和电脑  
 D. 边走路边读书  
 E. 喜欢趴着写字
6. 近视可能会影响报考的专业有哪些？ ABCD  
 A. 飞行技术  
 B. 航海技术  
 C. 测控技术  
 D. 服装设计



7. 以下哪些情况不适宜做眼保健操? ABC
- 眼部急性炎症
  - 眼睛红肿
  - 眼睛分泌物很多
  - 眼睛疲劳
8. 食物中的营养素对保护视力、预防近视也有一定的作用,下列蔬菜可用作科普护眼的是哪些? ABCD
- 菠菜
  - 西蓝花
  - 玉米
  - 胡萝卜
9. 食物中的营养素对保护视力、预防近视也有一定的作用,下列水果可用作科普护眼的是哪些? BCD
- 苹果
  - 猕猴桃
  - 橙子
  - 蓝莓
10. 高度近视以后,不宜进行以下哪些运动? ABCD
- 蹦极
  - 跳水
  - 篮球
  - 足球
11. 在野外遇到泥石流时不应如何逃生 BC
- 避开由高处滚落的山石,立即向河谷两侧山坡跑
  - 立即停留在低洼处或向河沟下游走
  - 立即攀爬到树上躲避
12. 幼儿午睡要求正确的是? AD
- 卧室光线不能过亮或过暗,便于观察幼儿
  - 托班幼儿可以安排上下床铺
  - 保教人员每 20 分钟巡视一次
  - 禁用明火点燃的蚊香
13. 幼儿外出活动容易发生的伤害是? AD
- 走失
  - 烫伤
  - 缝针
  - 交通事故
14. 下列哪类事故属于一般事故? ACD
- 骨折
  - 体罚但未造成小儿重大伤害
  - 吞入异物
  - 跌伤
15. 呼吸道传染病在哪个季节最易流行 AD
- 春季
  - 夏季
  - 秋季
  - 冬季
16. 下列哪些属于可以引起呼吸道传染病的病原体 ABCD
- 病毒



- B. 细菌  
C. 支原体  
D. 衣原体
17. 下列关于食物中毒的说法正确的是 ABC
- A. 最常见的中毒反应是恶心、呕吐、腹痛、腹泻  
B. 青少年常因误食药物、野果、过期食品等而出现食物中毒  
C. 食物中毒还可出现心脏、肝脏、肾脏及神经系统损伤等症状
18. 如果身边有抑郁症患者，应该怎样做来帮助他们 ABCD
- A. 给予他们充分的信任，不要用过度的言语刺激他们  
B. 提供安全安静的环境，将可能发生危险的物品妥善保管  
C. 保持耐心倾听他们的表达  
D. 必要时向专业机构寻求咨询，带他们就医
19. 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
20. 近视的主要表现包括 ABCD
- A. 远视力下降  
B. 注视远处物体时不自觉地眯眼、歪头  
C. 可能出现视疲劳症状  
D. 高度近视可能会发生不同程度的眼底病变
21. 根据世界卫生组织（WHO）对于健康的定义，健康涉及哪些方面 ABC
- A. 身体健康  
B. 心理健康  
C. 社会适应  
D. 情感健康
22. 下列关于献血的表达正确的是 AB
- A. 适量献血是安全、无害的  
B. 健康的成年人每次采集的血液量为 200-400 毫升  
C. 两次采集间隔期不少于 3 个月  
D. 未成年人可以献血
23. 做眼保健操时，应提醒学生注意什么 ABCD
- A. 保证按压正确穴位  
B. 手法轻缓  
C. 按压穴位有酸胀感  
D. 注意手卫生
24. 下列关于儿童青少年睡眠时间的说法正确的是 ABD
- A. 小学生应保证每天睡眠 10 小时  
B. 初中生应保证每天睡眠 9 小时  
C. 高中生应保证每天睡眠 9 小时  
D. 保证充足的睡眠，有助于青少年的身心健康
25. 正确的读书姿势应为？ ABC
- A. 胸离桌子一拳  
B. 眼离阅读物一尺  
C. 手离笔尖一寸
26. 结核病的主要症状有哪些？ ABD
- A. 连续咳嗽、咳痰两周以上



- B. 痰中带血、咯血  
C. 肥胖  
D. 盗汗
27. 以下哪项是现场处理毒蛇咬伤的方法 AC  
A. 用绷带由伤口的近心端向远心端包扎，包扎时要注意松紧合适（能放入一个手指）。  
B. 大量饮酒后奔跑，以促进毒素排出  
C. 减少活动
28. 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
29. 爆炸对人的伤害主要分为 ABC  
A. 爆炸力直接作用伤，即爆炸产生的高温高压、气体产物和高速飞散的各种碎片引起的损伤，如炸碎伤、炸烧伤。  
B. 爆炸力间接作用伤，即爆炸时产生的冲击波作用于建筑物，导致门窗玻璃和物件破碎、房屋倒塌等造成的损失。  
C. 抛坠伤、压伤或因人拥挤造成的踩踏伤等。
30. 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
31. 如何预防疱疹性咽颊炎？ ABCDE  
A. 勤洗手  
B. 吃熟食、喝净水  
C. 加强锻炼  
D. 开窗通风  
E. 少去人多场所
32. 下列哪些属于肠道传染病？ ADE  
A. 伤寒  
B. 麻疹  
C. 流行性脑脊髓膜炎  
D. 细菌性痢疾  
E. 手足口病
33. 使用过的体温表应放在  mg/L 含有效氯消毒液内浸泡  分 BD  
钟  
A. 500mg/L  
B. 1000mg/L  
C. 2000mg/L  
D. 30 分钟  
E. 60 分钟
34. 家长委托保健老师给幼儿服药时应做到： ABCDE  
A. 核对药名  
B. 核对姓名  
C. 核对服药剂量



- D. 核对服药时间  
E. 做好记录
35. 诺如病毒感染性腹泻多发的原因： ABCDE  
A. 感染所需病毒量低  
B. 通过吸入造成人际传播  
C. 无症状者病毒排除时间长  
D. 病毒不易被彻底消毒  
E. 感染后不能获得持久免疫力
36. 幼儿发生呕吐需观察哪些方面？ ABCD  
A. 呕吐次数、量、性质  
B. 幼儿精神  
C. 幼儿面色  
D. 幼儿体温  
E. 大便次数
37. 学校之所以容易发生传染病暴发流行，是因为： ABD  
A. 学校人口密度大，学生密切接触机会多  
B. 学生免疫力较低，自我保护意识差  
C. 食堂、宿舍、教室等卫生状况差  
D. 学校传染病传播机制易形成
38. 学校卫生工作的主要任务包括： ABCD  
A. 监测学生健康状况  
B. 对学生进行健康教育，培养学生良好的卫生习惯  
C. 改善学校卫生环境和教学卫生条件  
D. 加强对传染病、学生常见病的预防和治疗
39. 学校传染病疫情报告内容包括： ABCD  
A. 同一宿舍或同一班级，1天内有3例或连续3天内多个学生（5例及以上）患病，并有相同症状（如发热、皮疹、腹泻、呕吐、黄疸等）或共同用餐、饮水史  
B. 个别学生出现不明原因的高热、呼吸急促或剧烈呕吐、腹泻等症状  
C. 学校发生群体性不明原因疾病或其它突发公共卫生事件  
D. 发现传染病或疑似传染病病人
40. 新生入学体检结核病检查方案中包括： ABCD  
A. 询问肺结核可疑症状  
B. 询问肺结核密切接触史  
C. 结核菌素皮肤试验  
D. 胸部X线摄片
41. 学校结核病常规防控措施里，学校监测和报告工作内容包括： ABC  
A. 中小学校晨检及报告  
B. 因病缺勤病因追查及登记  
C. 病例报告  
D. 密切接触者筛查
42. 学校出现散发疫情后，应开展 ABCD  
A. 配合密接者筛查工作  
B. 督促预防性治疗的在校学生服药  
C. 督促预防性治疗的在校学生定期随访复查  
D. 宣传和要求可疑症状者及时就诊
43. 学校水痘暴发处置时可以采取的措施有 ABCD





- A. 严格做好晨检  
 B. 开窗通风，公共物品消毒  
 C. 停止可能造成疫情蔓延和扩散的集体性活动  
 D. 开展防病知识健康教育
44. 需要在幼儿园委托保健老师给幼儿服药时应做到什么？ ABCD  
 A. 家长应向幼儿园提供本次就诊的病历卡和药单证明，幼儿园需留底  
 B. 家长填写服药委托书并签名  
 C. 保健老师收药时应做好核对工作  
 D. 保健老师给幼儿服药时做到三查四对
45. 预防托幼机构食物中毒做到哪些方面？ ABCD  
 A. 严格执行食品验收验发制度  
 B. 营养员必须持证上岗（技术证书和健康证），规范操作  
 C. 制订带量每周食谱，做到现做现吃  
 D. 幼儿不吃隔夜菜、改刀菜及凉拌菜
46. 表皮擦伤正确的处理方法是？ AC  
 A. 用双氧水或生理盐水冲洗伤口  
 B. 清除污物和沙土后，涂红汞或龙胆紫  
 C. 伤口较深且出血多立即止血  
 D. 送医院进一步处理，途中要把受伤部位放低
47. 常见的呼吸道传染病有哪些？ ABCD  
 A. 水痘  
 B. 流行性腮腺炎  
 C. 风疹  
 D. 猩红热
48. 脱臼的主要症状是？ ABC  
 A. 局部活动受限  
 B. 主、被动活动时局部疼痛  
 C. 脱位的关节有变形  
 D. 疼痛感以刺痛为主
49. 《中华人民共和国传染病防治法》规定的甲类传染病 AD  
 A. 鼠疫  
 B. 艾滋病  
 C. 手足口病  
 D. 霍乱
50. 诺如病毒传播途径 ABCD  
 A. 气溶胶  
 B. 人传人  
 C. 经食物  
 D. 经水传播
51. 托幼机构医学观察期间要求 ABC  
 A. 发病班级需实施错时进出校园，班级单独隔离  
 B. 工作人员及幼儿不串班、不混班，停止一切集体性和聚集性活动  
 C. 各类物品一用一消毒
52. 耳部异物正确处理的方法是？ BCD  
 A. 用棉签掏



- B. 植物性异物体积较小可嘱幼儿头歪向异物侧，单脚跳，使其自行脱落
- C. 动物性异物可用手电筒放在耳边诱昆虫自行爬出
- D. 体积较大的异物，要送医院取出
53. 手足口病的常见表现 BCD
- A. 皮疹向心性分布
- B. 常伴口痛
- C. 可伴发热
- D. 表现斑丘疹
54. 诺如病毒密切接者医学观察期 ACD
- A. 以最后 1 例病例算起
- B. 7 天
- C. 72 小时
- D. 无新发
55. 猩红热的临床表现有哪些 ABCD
- A. 点状充血性红疹，压后消退
- B. 片状脱皮
- C. “口周苍白圈”
- D. 颌下淋巴结肿大，病程一周左右
56. 轻度脑震荡的症状是？ ACD
- A. 暂时性意识障碍
- B. 昏迷、休克
- C. 面色苍白、脉缓、躁动不安或喊叫
- D. 恶心呕吐
57. 食物中毒的特点？ ABCD
- A. 发病突然
- B. 所有病人都有相似的症状，多为急性胃肠炎
- C. 病人在某一时间内都食用过同一食物
- D. 食物中毒的病对健康人没有直接传染性
58. 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
59. 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
60. 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
61. 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



62. 下列属于感染水痘后的主要症状的是： ABCD
- 全身出现疱疹
  - 全身乏力
  - 低热
  - 畏寒
63. 以下正确预防水痘的方法是： ACD
- 及时注射水痘疫苗
  - 在水痘高发期少喝水
  - 不随意触碰水痘患者的生活用品
  - 饭前便后洗手
64. 班级同学在教室里突然呕吐，正确的做法是什么？ ABD
- 立即报告老师
  - 远离呕吐物
  - 主动清理呕吐物
  - 及时撤离教室
65. 下列哪项是儿童青少年肥胖的危害 ABCD
- 活动受限，身体灵活性变差
  - 可能产生自卑、自信心不足、孤僻等诸多心理问题
  - 未来患糖尿病、心脑血管病的可能性增加
  - 发展为成人肥胖的比例高
66. 下列哪项是身体活动的好处 ABCDE
- 改善身体成分
  - 提高心肺耐力
  - 促进心血管和代谢健康，预防心血管疾病风险
  - 促进肌肉骨骼健康
  - 有益于心理健康
67. 下列哪项活动属于中等强度身体活动 AB
- 正常的速度骑自行车
  - 快步走
  - 搬运重物
  - 激烈踢球
68. 下列哪项是含糖饮料 ABCD
- 含糖苏打水
  - 果汁饮料
  - 运动饮料
  - 碳酸饮料（汽水）
69. 下列哪项是喝含糖饮料的危害 ABCD
- 引起龋齿
  - 导致身材矮小



- C. 容易骨折  
D. 导致肥胖
68. 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
69. 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
70. 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
71. 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
72. 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)
73. 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
74. 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
75. 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
76. 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
77. 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
78. 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
79. 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
80. 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



- C. 用消毒筷子就餐  
D. 电器不用时保持待机状态
81. 什么是‘白色污染’的污染源? AB
- A. 塑料袋  
B. 一次性发泡塑料餐具  
C. 纸  
D. 卫生筷
82. 废旧电子产品再利用的过程中可能排放什么有害金属? ACD
- A. 铅  
B. 铁  
C. 镉  
D. 汞
83. 废旧衣物包括 ABCD
- A. 废旧的皮鞋  
B. 地毯  
C. 毛巾  
D. 床单
84. 上海市生活垃圾的组分特点是 AB
- A. 湿垃圾含量高  
B. 塑料袋含量高  
C. 废旧衣物含量高  
D. 玻璃含量高
85. 有害垃圾指对人体健康或自然环境造成直接潜在危害的生活废弃物，以下为有害垃圾的是 ABD
- A. 废灯管  
B. 废油漆  
C. 过期食品  
D. 废电池
86. 可回收物包括适宜回收、可循环利用的生活废弃物，可回收物包括以下的 ACD
- A. 废纸张  
B. 花卉植物  
C. 废塑料  
D. 废玻璃制品
87. 公共场所应当设置哪两类收集容器? BC
- A. 废灯管  
B. 废油漆  
C. 过期食品  
D. 废电池



88. 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
89. 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
90. 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
91. 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
92. 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
93. 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
94. 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）
95. 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
96. 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
97. 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
98. 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
99. 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
100. 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
101. 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
102. 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

103. 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
104. 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
105. 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
106. 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
107. 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
108. 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
109. 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

110. 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

111. 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

112. 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

113. 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

114. 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

115. 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

116. 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

117. 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

118. 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
119. 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
120. 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
121. 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。
122. 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
123. 吃一顿符合防疫要求的工作午餐，我们需要注意的（） 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
124. 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，绿色可以通行
125. 女性在月经期应注意以下哪几点是正确的？ ABC
- A. 应注意外生殖器的清洁、经期不宜盆浴，可淋浴
  - B. 避免过劳，不宜吃生冷、酸辣、酒类等刺激性食物
  - C. 多饮热水
  - D. 不可以参加任何体育运动
126. 下列关于月经的说法正确的是 ACD



- A. 是女性青春期开始的标志  
 B. 正常月经量约 100-200ml  
 C. 年满 18 周岁无月经来潮是闭经现象  
 D. 过度紧张或焦虑等精神因素可能导致不来月经
127. 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
128. 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
129. 为确保食品安全，下列预防食源性疾病的方法有哪些？ ABCDE  
 A. 保持清洁  
 B. 生熟分开  
 C. 烧熟煮透  
 D. 保持安全温度  
 E. 好的水和食材

### 三、 判断题

1. 儿童验光前需要散瞳。 √
2. 视力不到 1.0 就是不好的。 ×
3. 眼镜度数会越戴越高。 ×
4. 近视了也没关系，可以选择激光手术矫治一劳永逸。 ×
5. 目前近视矫治方法主要包括：配戴框架眼镜、隐形眼镜、近视激光手术等。 √
6. 框架眼镜戴久了会引起眼睛变形（眼球突出）。 ×
7. 使用电脑时，眼睛距离屏幕不应小于 50 厘米。 √
8. 父母不近视，孩子就一定不会近视。 ×
9. 佩戴框架眼镜是常用的近视矫正方法。 √
10. 均衡饮食，少吃甜品饮料，有利于帮助保护眼睛。 √
11. 在龋病的预防中，我们可以使用氟化物促进牙齿再矿化，抑制脱矿。 √
12. 当使用含氟泡沫后，30 分钟内需禁食水。 ×
13. 为了保护我们的牙齿，促进口腔健康，我们要每年进行一次口腔检查。 ×
14. 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。 √
15. 脊柱从侧面看有几个生理弯曲，分别是颈、胸、腰、骶。 √
15. 体罚经采取积极措施未造成小儿重大伤害的为一般事故。 ×

- |     |                                                                                                                    |   |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 16. | 减轻学业负担，培养良好作息习惯。一要开展素质教育；二要做到控制学习时间：小学 1—2 年级 4 小时，小学 3—4 年级 5 小时，预备班 6 小时；三要保证充足睡眠，小学生 10 小时，初中学生 9 小时，高中学生 8 小时。 | √ |
| 17. | 无糖的食物不含热量，可以放心食用。                                                                                                  | × |
| 18. | 在呼吸道传染病高发季节，可以使用家用空气净化器过滤病毒。                                                                                       | × |
| 19. | 消毒是指用物理或化学的方法杀灭一切微生物。                                                                                              | × |
| 20. | 尝试吸烟的年龄越小，戒烟的可能性越大。                                                                                                | × |
| 21. | 老年人由于代谢率低，故体温偏低。                                                                                                   | √ |
| 22. | 使用电子产品学习 30—40 分钟后，休息远眺放松 10 分钟                                                                                    | √ |
| 23. | 正常体温不是具体的温度点，而是一个温度范围。                                                                                             | √ |
| 24. | 一般情况下女性体温比男性体温稍高。                                                                                                  | √ |
| 25. | 在流感流行季节前接种流感疫苗可减少患流感的机会或减轻患流感后的症状。                                                                                 | √ |
| 26. | 运动之前要热身，运动之后要拉伸。                                                                                                   | √ |
| 27. | 84 消毒液与洁厕灵混用消毒清洁效果更好。                                                                                              | × |
| 28. | 近视的人衰老后不会出现“老花眼”。                                                                                                  | × |
| 29. | 打吊针疗效好且作用快，所有生病了应首选输液治疗。                                                                                           | × |
| 30. | 被自家的猫、狗抓伤后不需要接种狂犬疫苗。                                                                                               | × |
| 31. | 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。                                                                                        | × |
| 32. | 只有狗才携带犬病毒，其它动物都是安全的。                                                                                               | × |
| 33. | 扁桃体经常发炎，会引起急性肾炎、风湿性关节炎。                                                                                            | √ |
| 34. | 预防血吸虫病的有效方法是：不接触有血吸虫的水源；不喝生水。                                                                                      | √ |
| 35. | 肝炎的唯一传染源是肝炎患者。                                                                                                     | × |
| 36. | 麻疹是通过消化道传染的。                                                                                                       | × |
| 37. | 感染了蛔虫有可能会造成营养不良。                                                                                                   | √ |
| 38. | 痰检结核菌阳性病人应隔离，在痰检结核菌阴性时，可取消隔离。                                                                                      | × |
| 39. | 可以注射疫苗来预防艾滋病。                                                                                                      | × |
| 40. | 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。                                                                                     | × |
| 41. | 传染源的控制方法：病者及早接受治疗、隔离及观察。                                                                                           | √ |
| 42. | 禽流感的传染途径：空气。                                                                                                       | × |
| 43. | 发生传染病的报告对象为：托幼机构儿童。                                                                                                | × |
| 44. | 卡介苗是预防结核病。                                                                                                         | √ |
| 45. | 流行性腮腺炎医学观察期为 12 天。                                                                                                 | × |
| 46. | 闭合性骨折处理：骨折处用木板固定，木板长度应超过近端及远端两关节间距离。                                                                               | √ |
| 47. | 鱼刺卡在咽喉部可试食用米醋或吞饭团处理。                                                                                               | × |
| 48. | 意外事故报告时间：一般事故应在二天内报告，责任事故应在 24 小时内报告。                                                                              | × |
| 49. | 发生鼻出血时应立即嘱咐幼儿将头抬起或低下。                                                                                              | × |
| 50. | 病毒性肝炎为肠道传染病。                                                                                                       | × |
| 51. | 各级各类学校应当对学生进行健康知识和传染病预防知识的教育。                                                                                      | √ |
| 52. | 任何单位和个人发现传染病病人，应及时向附近的疾控机构或医疗                                                                                      | × |



- 机构报告，如为疑似病人，则不需要进行报告。
53. 加强教室、宿舍、图书馆等人群聚集场所的通风换气，保持室内空气流通，可有效预防结核病发生。 ✓
54. 学校出现散发疫情后，如果在同班、同宿舍师生的密切接触者筛查中新发现了1例及以上结核病病例，需将密切接触者筛查范围扩大至与病例同一教学楼和宿舍楼楼层的师生。 ✓
55. 导致手足口病重症和死亡的病原体主要为肠道病毒71型（即EV71）。 ✓
56. 手足口病暴发疫情为一周内同一托幼机构或学校等集体单位发生20例及以上手足口病病例。 ×
57. 诺如病毒感染人体后具有自限性，通常1-3天即可自愈。 ✓
58. 从事保育、食品和制水等职业的重点人员感染诺如病毒后应在症状消失后48小时接受检测，结果为阴性方可复工。 ×
59. 发生水痘并发症的高危人群包括15岁以上成人、1岁以下婴幼儿和免疫功能不全者。 ✓
60. 带状疱疹病人不是水痘的传染源。 ×
61. 高年级学生发生可疑诺如病毒引起的呕吐时，呕吐物可以由学生进行处理。 ×
62. 像肺结核等经空气传播的传染病患病学生离开学校去医院就诊后，除对患病学生所在班级的环境物体表面和物品进行消毒外，不需要对其所在班级的空气进行消毒。 ×
63. 学生或老师发生传染病后，隔离至症状消失后即可自行返回学校。 ×
64. 教学环境中普通教室环境噪音应不大于60分贝。 ×
65. 遇学校直饮水水质污染或不明原因水质突然恶化及水源性疾病爆发事件时，校方应立即停止供水，及时上报。 ✓
66. 测量儿童血压时应根据不同年龄儿童的上臂长度分别选用7cm、9cm或12cm宽的袖带，袖带以覆盖受检者上臂长的1/2~1/4为宜。 ×
67. 一旦患了水痘应注意隔离，患者隔离至水痘疱疹完全结痂为止。 ✓
68. 草莓舌和杨梅舌是手足口病的主要舌像。 ×
69. 乙型流感痊愈后会有免疫力，所以未来不会再次患病。 ×
70. 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。 ×
71. 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。 ✓
72. 确诊自己患水痘后，只要多喝水、戴口罩，就可以去学校上课。 ×
73. 当班级的同学呕吐时，要用班级里的拖把或抹布清理。 ×
74. 当班级的同学呕吐时，可以请同学帮忙清理。 ×
75. 上下楼梯属于中等强度运动。 ✓
76. 含糖饮料是指放有糖且口味甜的饮料。 ✓
77. 只要进行足够的运动，久坐对健康不会产生不利影响。 ×
78. 中等强度身体活动指需要适度的体力消耗，呼吸比平时较急促，心率也较快，微出汗，但仍然可以轻松说话。 ✓

79. 与外周型肥胖相比，中心型肥胖对健康的危险更大。 ✓
80. 现在医学手段高超，近视是可以治愈的。 ×
81. 读写姿势以个人感觉舒适为最佳。 ×
82. 如体检发现脊柱侧弯，应尽早手术治疗。 ×
83. OK 镜并不适用于所有需要控制视力进展的人。 ✓
84. OK 镜可以在眼镜店验配。 ×
85. 中小學生应尽量少喝含糖饮料。 ✓
86. 建议不要空腹喝牛奶，以减轻乳糖不耐受的症状。 ✓
87. 中小學生每日吃肉不可过量。 ✓
88. 儿童维生素 A 缺乏的可能性高于成人。 ✓
89. 菠菜是铁的最佳食物来源。 ×
90. 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。 ✓
91. 维生素的主要功能是提供能量。 ×
92. 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。 ✓
93. 脊柱侧弯的病因构成复杂，尚不能明确。 ✓
94. 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。 ×
95. 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。 ✓
96. 新型冠状病毒会人传人 ✓
97. 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。 ✓
98. 居室保持清洁，勤开窗，经常通风。 ✓
99. 不要接触健康情况不明的动物。 ✓
100. 室内醋熏的方法可以杀灭新型冠状病毒。 ×
101. 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。 ✓
102. 戴多层口罩可以更好地预防新型冠状病毒感染。 ×

103. 吃抗生素不能预防新型冠状病毒感染。 ✓
104. 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。 ✓
105. 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。 ✓
106. 家庭成员不共用毛巾，保持家居、餐具清洁，勤晒衣被。 ✓
107. 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。 ✓
108. 生熟食品分开保存和加工，肉蛋类食品需要烧熟煮透。 ✓
109. 疫情期间，尽量减少乘坐地铁、公共汽车等公共交通工具。 ✓
110. 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。 ✓
111. 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。 ✓
112. 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。 ✓
113. 家庭应备置体温计、一次性医用口罩、家用消毒用品等物资。 ✓
114. 中国武汉暴发的疫情为SARS病毒感染。 ×
115. 新型冠状病毒不会感染儿童。 ×
116. 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。 ✓
117. 吃板蓝根能预防新型冠状病毒感染。 ×
118. 吃维生素C能预防新型冠状病毒感染。 ×
119. 此前接种了流感疫苗的人不容易被新型冠状病毒感染。 ×
120. 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。 ✓

121. 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。 ×
122. 合理的睡眠可有效改善身体机能,提高机体抗病能力。 ✓
123. 疫情期间为了提高免疫力,应该多吃肉少吃菜。 ×
124. 新型冠状病毒感染的肺炎主要症状有发热、乏力、干咳。 ✓
125. 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。 ✓
126. 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。 ✓
127. 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。 ✓
128. 用酒精给正在煮饭的电饭煲消毒。 ×
129. 家庭应每天开窗通风至少2-3次,每次开窗不少于30分钟。 ✓
130. 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。 ✓
131. 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。 ×
132. 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。 ×
133. 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。 ×
134. 口罩只要不破,就可以一直使用。 ×
135. 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。 ×
136. 在疫情期间,应停止或减少使用中央空调。 ✓
137. 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。 ✓
138. 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。 ✓
139. 疫情期间没有不适症状就无需做健康监测。 ×

140. 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。 ✓
141. 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。 ✓
142. 个人不需要履行生活垃圾分类减量的义务。 ×
143. 垃圾也是一种很有开发价值的资源。 ✓
144. 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。 ✓
145. 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。 ✓
146. 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。 ✓
147. 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。 ✓
148. 废温度计属于有害垃圾。 ✓
149. 未被污染的塑料餐具（便当盒、碗、匙）属于可回收物。 ✓
150. 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。 ✓
151. 瓜果皮核、菜根菜头属于干垃圾。 ×
152. 家庭日常生活中打碎的陶瓷碗碟属于可回收物。 ×
153. 废荧光灯管是有害垃圾。 ✓
154. 上海绿色帐户的机制是正向激励 ✓
155. 上海绿色帐户的机制是纠错机制。 ×
156. 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。 ×
157. 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。 ✓
158. 湿垃圾是容器标识颜色为黑色 ×
159. 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。 ✓
160. 女性青春期胸部发育的时候要穿戴钢圈的胸罩。 ×

161. 每个女孩来月经的时候都会痛经。 ×
162. 细菌性食物中毒的6个常见原因是：生熟食物交叉污染、食品贮存不当、食品未烧熟煮透、从业人员带菌污染食物、冰箱内长时间贮存的食物食用前未彻底加热、进食未经加热的生食品。 ✓
163. 食源性疾病的分类有化学性、生物性、植物源性、动物源性。 ✓