

上海市青少年健康知识网上竞答

——家长组

疾病防控

一、单选题

- 1、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
- 2、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
- 3、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
- 4、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
- 5、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
- 6、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
- 7、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
- 8、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
- 9、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
- 10、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

二、 多选题

- 1、遇有中暑的伤员应：（ ） 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
- 2、预防水痘的正确方法是：（ ） 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. 饭前便后要洗手
- 3、儿童青少年肥胖的危害有：（ ） 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
- 4、体育运动能够：（ ） ABCD
- A. 提高心肺耐力
- B. 促进心血管和代谢健康，预防心血管疾病风险
- C. 促进肌肉骨骼健康
- D. 有益于心理健康
- 5、下列属于中等强度运动的是：（ ） 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
- 6、常喝含糖饮料的危害是：（ ） ABCD
- A. 引起龋齿 B. 导致身材矮小 C. 容易骨折 D. 导致肥胖

- 7、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
- 8、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)
- 9、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

三、判断题

- 1、扁桃体经常发炎，会引起急性肾炎、风湿性关节炎。（ ） ✓
- 2、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。（ ） ✓
- 3、肝炎的唯一传染源是肝炎患者。（ ） ×
- 4、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。（ ） ×
- 5、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。（ ） ×
- 6、流感痊愈后会有免疫力，所以不会再次患病。（ ） ×
- 7、自己的孩子确诊患水痘后，只要多喝水、戴口罩，就可以去学校上课。（ ） ×
- 8、OK镜（控制近视发展的角膜塑形镜）可以在眼镜店验配。（ ） ×
- 9、菠菜是铁的最佳食物来源。（ ） ×