

上海市青少年健康知识网上竞答

——高中组

禁烟控烟

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. 用空气净化器可以完全消除二手烟
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、以下对戒烟的表述，正确的是：（ ） C
A. 吸烟得病是老年人的事，年轻时吸烟不用考虑戒烟
B. 感到身体不适时再考虑戒烟，没有发现健康问题就不用戒烟
C. 任何年龄戒烟都可获益，早戒比晚戒好，戒比不戒好
- 3、吸烟者在戒烟过程中若出现不适症状（戒断症状），（ ） 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
- 4、吸烟危害人身体健康不仅仅是尼古丁，焦油等有害物质，还有一种自由基，这种自由基可损伤人体的：（ ） A
A. 细胞 B. 呼吸系统 C. 心脑血管系统 D. 神经系统
- 5、烟草烟雾中含有至少（ ）种致癌物质 D
A. 40 B. 50 C. 60 D. 70
- 6、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. 胃溃疡发病减少
C. 呼吸道疾病的发生减少 D. 血液的氧合作用无法恢复正常
- 7、烟草制品中的成瘾性物质是（ ） B
A. 甲醛 B. 尼古丁 C. 一氧化碳 D. 胺类
- 8、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物质

- 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
- 9、《上海市民健康公约》中“八不十提倡”的内容之一为“不随处抽烟”，尤其是不要边走动边抽烟（俗称抽游烟）。游烟从本质上而言，就是（ ）手烟。B
- A. 一 B. 二 C. 三
- 10、《健康中国行动（2019-2030年）》控烟行动提出，到2022年和2030年，全国无烟法规覆盖人口比例应分别达到（ ）及以上和（ ）及以上。 A
- A. 30%，80% B. 20%，70%
- C. 30%，70% D. 20%，80%
- 11、从未吸过传统卷烟的未成年人如果使用电子烟，其开始吸传统卷烟的可能性会（ ）。 C
- A. 降低 B. 没有变化 C. 增加 D. 不一定
- 12、如果发现室内吸烟、室内有烟蒂烟灰等控烟违规情况，可通过（ ）来提交相关线索给监管执法部门。 A
- A. 无烟上海微信公众号上的控烟热力地图 B. 拨打120电话

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、《烟草控制框架公约》要求烟盒上不得使用的词语为（ ） ABC
- A. 低烟碱 B. 淡味 C. 柔和

- 3、医务人员向患者宣传控烟知识时要传达哪些信息？（ ） ABC
- A. 吸烟害人害己，要尽早戒烟
 - B. 吸烟会成瘾，烟草依赖属于疾病范畴
 - C. 科学戒烟需要寻求专业机构和医生的指导和帮助
- 4、科学戒烟可以采用的方法包括（ ）。 ABD
- A. 拨打 12320 戒烟热线
 - B. 前往戒烟门诊接受专业医师的戒烟指导
 - C. 使用电子烟进行戒烟
 - D. 关注“无烟上海”微信公众号获取戒烟科普知识与技巧
- 5、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
- 6、吸烟的危害或许在一段时间后会陆续显现，但戒烟的好处立时可见，以下说法正确的是？（ ） ABCD
- A. 戒烟后 20 分钟内，心率和血压就会有所下降。
 - B. 12 小时后，血液中的一氧化碳浓度降至正常。
 - C. 在 2-12 周内，循环系统和肺功能得以改善。
 - D. 1-9 个月后，咳嗽和气短症状减轻。
- 7、吸烟和二手烟对青少年身心健康的危害很大，以下说法正确的是：（ ） ABCD
- A. 吸烟损害大脑，会影响青少年的智力。
 - B. 吸烟影响青少年的正常发育。
 - C. 吸烟可导致成年后冠心病、高血压和肿瘤的发病。
 - D. 吸烟可导致青少年学习障碍。
- 8、下列哪些法律与控制吸烟有关？（ ） BD
- A. 传染病防治法
 - B. 广告法
 - C. 献血法
 - D. 未成年人保护法
- 9、三手烟可长期残留在（ ）等表面，同样危害人体健康。 ABCD
- A. 衣服
 - B. 墙壁
 - C. 地毯
 - D. 家具
- 10、无烟上海微信公众号可提供（ ）。 ABCD
- A. 控烟、戒烟方面的科普知识

- B. 全市戒烟资源和信息
- C. 控烟志愿者活动信息
- D. 通过控烟热力地图提供室内吸烟等问题线索信息给监管执法部门

三、判断题

- 1、吸烟会增加肺结核患病和死亡的风险。() ✓
- 2、女性吸烟会导致流产、死胎、早产、婴儿低出生体重。() ✓
- 3、吸烟会引起青少年哮喘，增加呼吸道感染的发病风险。() ✓
- 4、吸入二手烟可导致肺癌和冠心病。() ✓
- 5、青少年儿童可使用水果味电子烟，安全无害。() ×
- 6、戒烟可以降低吸烟者肺癌、冠心病、慢阻肺等多种疾病的发病和死亡风险。
() ✓
- 7、《上海市公共场所控制吸烟条例》规定，除了室内公共场所、室内工作场所、公共交通工具内全面禁烟，托幼机构、中小学校、少年宫、青少年活动中心、教育培训机构以及儿童福利院等以未成年人为主要活动人群的公共场所的室外区域也要求全面禁烟。() ✓
- 8、电子烟有害健康，可导致多种疾病，不是玩具，更不是时尚。() ✓
- 9、在室外吸烟应到吸烟点或远离人群处，避免二手烟影响他人健康。() ✓
- 10、绝大多数电子烟都含有尼古丁，青少年接触尼古丁可对大脑发育造成长期不良后果，可导致学习障碍和焦虑障碍等。() ✓
- 11、游烟，是指吸烟者在室外随处吸烟，会使周围人群暴露在二手烟环境中，造成健康危害。() ✓
- 12、电子烟和传统卷烟不一样，不会上瘾。() ×
- 13、可以向未成年人出售烟草制品。() ×