

上海市青少年健康知识网上竞答

——教师组

中医药保健

一、单选题

- 1、春天没有顺应春气，养护人体生机，会导致生机不旺，伤害（ ） A
- A、肝气 B、肾气 C、肺气 D、心气
- 2、成人的睡眠时间以（ ）为好 C
- A、6-7 小时 B、7-8 小时 C、8-9 小时 D、9-10 小时
- 3、五行包括（ ） D
- A、金、木、水、火、气 B、金、银、水、火、土
- C、金、钢、水、火、气 D、金、木、水、火、土
- 4、五脏包括（ ） A
- A、肝、心、脾、肺、肾 B、肝、心、胆、肺、肾
- C、肝、心、脾、肺、膀胱 D、肝、心、胆、肺、膀胱
- 5、感冒引起的咳嗽多是因为外界邪气伤及（ ） A
- A、肺 B、心 C、脾 D、肾
- 6、中医注重顺应自然调节人体，起居时间应根据四时节气而进行调整，如夏季应（ ） A
- A、晚睡早起 B、晚睡晚起 C、早睡早起 D、早睡晚起
- 7、人体最大的解毒器官是（ ） B
- A、心 B、肝 C、肺 D、膀胱
- 8、适合进补的季节为（ ） D
- A、春 B、夏 C、秋 D、冬
- 9、世界上最早记录使用的麻醉剂，当时叫做“麻沸散”，发明的医师是（ ） C
- A、李时珍 B、孙思邈 C、华佗 D、张仲景

10、《黄帝内经》中有“上工治未病”，说的是治病重在预防，其理念不包括()A

- A、表里相传 B、未病先防 C、已病防变 D、已变防渐

二、多选题

1、中医学的基本特点是() BC

- A、预防为主 B、整体观念 C、辨证论治 D、治病求本

2、下列成语可以体现中医医师高尚医德的是() ABC

- A、杏林春暖 B、橘井泉香 C、悬壶济世 D、心有灵犀

3、中医看病讲究望闻问切，以下关于望面诊的描述正确的是() ABD

- A、面青，多认为与寒证、痛证、气滞相关
B、面赤，一般与热证相关
C、面黄，多为肾虚、血瘀
D、面白，多与身体虚弱、大失血等相关

4、以下关于四季养生原则的描述，正确的是() AD

- A、春夏养阳 B、春夏养阴 C、秋冬养阳 D、秋冬养阴

5、适合夏天吃的食物有() AD

- A、绿豆 B、羊肉 C、胡椒 D、西瓜

6、下列食物能清热解毒，可用于热毒证的是() ABD

- A、苦瓜 B、绿豆 C、黄豆 D、马齿苋

7、寒凉食物，多具有哪些作用() ABCD

- A、滋阴 B、清热 C、凉血 D、泻火

8、适合气虚体质的人食用的食材有() ABCD

- A、大枣 B、山药 C、樱桃 D、小米

9、常用的刮痧板材质有哪些() ABC

- A、牛角类 B、玉石类 C、砭石类 D、陶瓷类

三、判断题

1、阴阳是恒定不变的。() ×

- 2、牙痛、咽痛、口干唇燥一般为虚火上炎所致。() ✓
- 3、《千金要方》中每一个方子都价值千金，十分昂贵。() ×
- 4、脾湿或者痰湿患者应忌食肥肉及油煎炸食品。() ✓
- 5、脾为先天之本，肾为后天之本。() ×
- 6、齿为骨之余，意思是肾气充足，骨骼强壮，牙齿也会比较坚固。() ✓
- 7、羊肉性温热益气补虚，身体瘦弱、怕冷、吃凉东西后容易胃痛腹泻的人最适合吃羊肉。() ✓
- 8、山药是常用的药食两用品，家中可以煮山药粥，以此来治疗脾虚食少，腹泻、消瘦等。() ✓
- 9、补血之方，女性之友，指的是四物汤。() ✓
- 10、大枣具有补中益气，养血安神的功效，可以治疗脾虚食少，乏力便溏等症状。() ✓