

一、是非題：(每題2分，共48分)

- () 1. 生病就應該去看醫師，不要輕信誇張的藥品廣告買藥亂吃。
- () 2. 覺得身體不適時，應該請醫師檢查，避免買成藥服用。
- () 3. 生病時應該趕快告訴父母，請合格醫師診治。
- () 4. 保健用品包括清潔身體的用品和保護身體健康的用品。
- () 5. 流行性感感冒可能因為飛沫傳染或接觸傳染。
- () 6. 買自己真正需要的商品，才是聰明的消費者。
- () 7. 每個人都應該關心自己的身體健康，從日常生活中養成健康的行為和習慣。
- () 8. 有些保健用品的廣告內容誇大不實，不可以完全相信。
- () 9. 健康是由生活中許多好的行為累積而來。
- () 10. 健康的人除了有健康的身體和心理之外，也要喜歡別人並且和別人好好相處。
- () 11. 口罩如果沾汗、破損或變形，就應該更換。
- () 12. 價格貴的保健用品，品質一定比較好。
- () 13. 購買保健用品時，要依據廣告內容來判斷產品的好壞。
- () 14. 感冒時應該多運動、多流汗。
- () 15. 擤鼻涕時要用公力，最好一次擤乾淨。
- () 16. 只要便宜就是好的保健用品，不管需不需要都可以買回家。

- () 17. 消費前要先思考產品資訊的正確性及有效性，避免盲目消費。
- () 18. 發燒時可以用溫毛巾擦拭皮膚表面，讓微血管擴張，達到散熱效果。
- () 19. 為了預防飛沫傳染，可以配戴外科手術口罩。
- () 20. 戴口罩之前應先洗手。
- () 21. 生病時要多補充水分來增強免疫力。
- () 22. 購買保健用品時，不必注意保存期限。
- () 23. 廣告介紹的藥品一定是安全合法的，所以不需要向衛生機構查證。
- () 24. 生病時不必找醫師診治，自己到藥房買成藥服用就可以。

二、選擇題：(每題3分，共33分)

- () 1. 怎麼做才是一個好病人?
 ①買成藥服用 ②大哭大鬧
 ③看醫師並能清楚說明症狀 ④拒絕服藥。
- () 2. 下列哪一項是有益健康的行為?
 ①有充足的睡眠 ②多喝汽水
 ③熬夜看電視 ④吸菸。
- () 3. 下列哪一項是購買保健用品時要注意的事項?
 ①越貴的越好 ②要買有贈品的
 ③看清標示、明智選購 ④越便宜越好。
- () 4. 下列哪一種口罩可以重複使用?
 ①棉布口罩 ②外科手術口罩
 ③活性炭口罩 ④N95口罩。

- () 5. 下列何者不是戴口罩的注意事項？
 ①戴口罩前，先洗臉
 ②區分正反面，戴上並拉好
 ③調整鼻梁片
 ④檢查口罩與臉的密合度。
- () 6. 下列哪一項物品屬於保健用品？
 ①鮮奶
 ②牙膏
 ③膠水
 ④鉛筆。
- () 7. 購買保健用品時，哪一種做法恰當？
 ①有多少錢就花多少錢
 ②買真正需要的物品
 ③不必事先了解相關資訊
 ④大量購買特價品囤積。
- () 8. 下列哪一項是健康的行為？
 ①熬夜
 ②每天睡5小時
 ③與別人共用毛巾
 ④讀書、寫字每30分鐘休息10分鐘。
- () 9. 選購保健用品時，下列哪一種觀念正確？
 ①廣告不是一定是事實，要冷靜分析，再做出正確的選擇
 ②只要喜歡就可以購買
 ③別人的推薦一定是可靠的
 ④有廣告的產品一定比較好。
- () 10. 維護眼睛健康的健康要注意什麼呢？
 ①看書、寫字姿勢正確，並且保持適當的距離
 ②多做戶外運動
 ③定期檢查視力
 ④以上皆是。
- () 11. 對於廣告藥品，下列敘述何者正確？
 ①有廣告的藥物比較好
 ②不需要進行任何查證，可以直接買來服用
 ③要事先查證廣告藥品的合法性，以及標示是否完整
 ④直接買來服用，有病治病，沒病可以強身。

三、勾選題

1. 下列何者屬於健康的行為？請打勾。
- () (1) 看書、寫字每30分鐘休息10分鐘。
- () (2) 太晚起床，就乾脆不吃早餐。
- () (3) 經常熬夜。
- () (4) 經常保持心情愉快。
- () (5) 常喝含糖飲料。
- () (6) 少吃太油、太甜、太鹹的食物。
- () (7) 整天讀書、不運動。
- () (8) 飯後、睡前清潔牙齒。
2. 當你要購買保健用品時，為了做出明智的選擇，應該考慮哪些因素呢？請打勾。
- () (1) 價格是否合理？
- () (2) 是否有清楚的標示？
- () (3) 是否有明星代言？
- () (4) 包裝是否華麗？
- () (5) 電視上是否有廣告？
3. 下列哪些物品屬於保健用品？請打勾。
- () (1) 牙刷。
- () (2) 鉛筆。
- () (3) 香皂。
- () (4) 鍋子。
- () (5) 沐浴乳。
- () (6) 優碘。