

澎湖縣望安鄉將軍國民小學 104 學年度第 1 學期期末定期評量  
四年級健康科試題 座號：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

一、是非題(共 16 分/每題 2 分)

1. ( ) 運動後應該多補充水分，以及含蛋白質和脂肪的食物，幫助身體恢復體力。
2. ( ) 外傷出血處理時，應先以生理食鹽水清潔傷口，再塗抹消炎藥膏。
3. ( ) 我們生活的環境舒適、溫暖、便利而且安全，所以不可能發生危險。
4. ( ) 發生火災逃生時，要先確認門把不會燙手，才可以開門逃生。
5. ( ) 夏天時，在一個延長線插座上插5、6個插頭，是省電又環保的行為。
6. ( ) 全穀根莖類食物，例如：米飯、番薯、玉米等，其主要的營養素是脂肪。
7. ( ) 含氟的漱口水容易腐蝕琺瑯質，應避免使用。
8. ( ) 去牙醫診所檢查牙齒，應抱持樂於檢查的態度，與醫師配合。

二、選擇題(共 20 分/每題 2 分)

1. ( ) 面對危機時，應採取什麼處理方式，才能避免傷害？ ①學習保護自己的方法 ②保持冷靜的態度 ③時時留意周遭環境安全 ④以上皆是。
2. ( ) 何種礦物質是人體紅血球的重要成分？ ①鐵 ②鉀 ③鎂 ④鋁。
3. ( ) 下列哪一種營養素是提供建造和修補身體組織細胞的材料，也是抵抗疾病的尖兵？ ①醣類 ②蛋白質 ③水 ④維生素。
4. ( ) 灼燙傷處理步驟中的「泡」，是指應在冷水中泡多久？ ①5~10分 ②10~20分 ③15~30分 ④20~40分鐘。
5. ( ) 「國際急難救助語音系統」的號碼是？ ①112 ②104 ③113 ④119。
6. ( ) 下列對於燒燙傷的敘述何者錯誤？ ①燒燙傷的處理五步驟為沖、脫、泡、蓋、送。 ②被火灼傷的患者為了減輕傷疤的疼痛感以及保護新生的皮膚組織，必須時時穿戴壓力衣。 ③發生燒燙傷的當下，要趕緊為傷患除去身上衣物，以免衣物沾黏在患部上。 ④如果傷處起水泡了，盡量不要用破，以免造成傷口感染。
7. ( ) 我們至少多久需做一次口腔檢查？ ①一個月 ②半年 ③三個月 ④一年。
8. ( ) 下列何者是撥打119時的說明要點？ ①清楚的地點 ②傷患的狀況 ③已做的處理 ④以上皆是。
9. ( ) 長期嚼食檳榔，會增加什麼的罹患率？ ①口腔癌 ②大腸癌 ③乳癌 ④肝癌
10. ( ) 米飯、麵等全穀根莖類食物中主要的營養素是什麼？ ①礦物質 ②醣類 ③脂肪 ④蛋白質

三、綜合題(共 40分)

(一) 請寫出當身上著火時，正確的滅火名稱以及順序。(共 9 分；名稱 2 分，順序 1 分)



順序 ( )



順序 ( )



順序 ( )

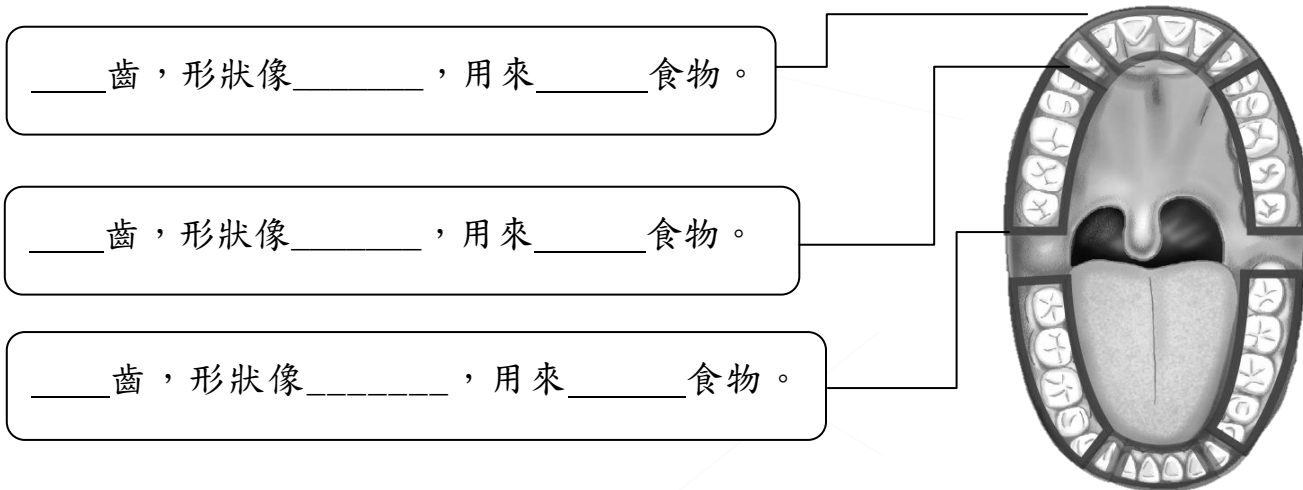
(二)下列哪些是安全行為？請打勾。(共 10 分)

- ( ) (1)地面積水時，與同學追逐、奔跑。 ( ) (2)發生火災時，盡快搭乘電梯逃生。  
( ) (3)過馬路前「停、看、聽」。 ( ) (4)快速穿越開啟或關閉中的鐵捲門。  
( ) (5)遵守游泳池的使用規則。 ( ) (6)以微波爐專用容器盛裝食物加熱。  
( ) (7)實驗時，以搗氣的方式嗅聞氣味。 ( ) (8)從樓上往下拋擲籃球。  
( ) (9)上、下樓梯時推擠同學。 ( ) (10)讓微波爐空轉。

(三)你對牙齒的認識有多少呢？填填看。(共 13 分；第 1. 題各兩分，其餘一分)

①換牙前的牙齒稱為\_\_\_\_\_，應該有 20 顆；換牙後的牙齒稱為\_\_\_\_\_，應該有 32 顆。

②請寫出下列牙齒的名稱及功能。



(四)請幫下列的各種口腔保健行為，做出正確的分類。(填代號)(共 8 分)

- 甲、愛吃糖果、巧克力、蛋糕。 乙、吃完飯後會刷牙，並使用牙線清潔牙齒鄰接面。  
丙、使用含氟的漱口水。 丁、選擇適合自己的牙刷刷牙。  
戊、牙齒不舒服時，忍一下就好了，不必去看牙醫師。 己、只在睡覺前刷牙。  
庚、以貝氏刷牙法仔細刷牙。 辛、咀嚼檳榔是一種很帥氣的行為。

①正確的行為：\_\_\_\_\_

②不正確的行為：\_\_\_\_\_

四、問答題 (共24分；寫注音或是有錯字每個字扣0.5分)

①請寫出3項搭乘電扶梯時的安全注意事項。(6分)

①\_\_\_\_\_

②\_\_\_\_\_

③\_\_\_\_\_

②請寫出3種檳榔對健康和環境的危害(6分)

①\_\_\_\_\_

②\_\_\_\_\_

③\_\_\_\_\_

③請寫出我們該如何保持理想的體重？(6分)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

④請寫出3個對關懷燒燙傷患者的具體做法。(6分)

①\_\_\_\_\_

②\_\_\_\_\_

③\_\_\_\_\_