**แบบทดสอบก่อนเรียน   
เรื่อง “เรื่องของเรา..ไม่รู้ไม่ได้แล้ว”ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**

ข้อ 1 ข้อใดต่อไปนี้แสดงว่าวัยรุ่นหญิงเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์แล้ว

1. มีตกขาว ข. มีเต้านม

ค. มีประจำเดือน ง. มีใบหน้าและผิวพรรณเปล่งปลั่ง

ข้อ 2 ระบบสืบพันธุ์ส่วนภายในของผู้หญิง ประกอบด้วยอะไรบ้าง

1. รังไข่ ข. ท่อนำไข่

ค. มดลูก ง. ถูกทุกข้อ

ข้อ 3 ข้อใดต่อไปนี้ไม่ใช่อวัยวะในระบบสืบพันธ์เพศชาย

1. รังไข่ ข. อัณฑะ

ค. ต่อมลูกหมาก ง. ต่อมคาวเปอร์

ข้อ 4 ข้อใดไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่นชาย

ก. มีกลิ่นตัว มีเหงื่อมากขึ้น ข. เสียงจะสูงขึ้น

ค. ผิวและผมมีน้ำมันมากขึ้น ง. ความสูง น้ำหนัก เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว

ข้อ 5 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวไม่ถูกต้อง

1. วัยรุ่นจะมีน้ำมันที่ผิวมาก จึงไม่จำเป็นต้องใช้ครีมหรือโลชั่น

ข. การสวนล้างช่องคลอดอาจเป็นอันตรายต่อผนังช่องคลอด

ค. ไม่ควรแกะหรือบีบสิวเพราะอาจเกิดการอักเสบ

ง. หลังกำจัดขนรักแร้ด้วยการถอนหรือโกน ควรทายาระงับกลิ่นเหงื่อเพื่อกำจัดกลิ่น

ข้อ 6 ข้อใดต่อไปนี้แสดงถึงการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและอารมณ์ของวัยรุ่น

1. กระเพราเสียงแตกพร่า ข. ต้นหอมเป็นคนใจร้อน

ค. มะนาวไม่ต้องการให้พ่อแม่บังคับ ง. ต้นข้าวเริ่มสนใจเพื่อนต่างเพศ

ข้อ 7 บุคคลใดต่อไปนี้ปฏิบัติตนได้ถูกต้อง

1. เป็ดปวดแสบเวลาปัสสาวะจึงซื้อยามารับประทาน

ข. แป้งซื้อน้ำยาล้างภายในมาใช้ขณะเป็นประจำเดือน

ค. น้อยใช้น้ำยาฆ่าเชื้อโรคล้างช่องคลอดขณะเป็นตกขาว

ง. หนุ่ยรูดหนังหุ้มปลายองคชาตขึ้นเพื่อทำความสะอาดขณะอาบน้ำ

ข้อ 8 “ปุยฝ้ายเชื่อเพื่อนมากกว่าพ่อแม่” ข้อความดังกล่าวแสดงถึงการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

เหมือนกับข้อใดต่อไปนี้

1. ปณตเริ่มมีหนวดเครา ข. ณเดชมักมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่าย

ค. ญาญ่าต้องการให้ตนเป็นที่รู้จัก ง. แป้งร่ำเริ่มมีประจำเดือน

ข้อ 9 บุคคลใดต่อไปนี้ปฏิบัติตนไม่ถูกต้องในเรื่องสุขอนามัยทางเพศ

1. เก้าใช้น้ำฉีดทำความสะอาดหลังปัสสาวะในห้องน้ำสาธารณะ

ข. ต่อไม่ยอมใช้กางเกงใน ผ้าเช็ดตัว ร่วมกับคนอื่น

ค. แพรอาบน้ำโดยใช้น้ำธรรมดากับสบู่

ง. แป้งใส่กางเกงในที่ตัดเย็บด้วยเนื้อผ้าที่ระบายอากาศได้ดี

ข้อ 10 ใครปฏิบัติตนขณะเป็นประจำเดือน ไม่ถูกต้อง

1. แป้งเปลี่ยนผ้าอนามัยทุก 3-4 ชั่วโมง

ข. น้ำหวานอาบน้ำในสระสาธารณะหรืออ่างอาบน้ำ

ค. น้ำตาลฟอกล้างด้วยสบู่ โดยไม่ล้างเข้าไปในช่องคลอด

ง. ถูกทุกข้อ

ข้อ 11 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวถึงการมีฝันเปียกไม่ถูกต้อง

1. เป็นสัญญาณที่สำคัญที่บอกว่า กำลังเริ่มแตกเนื้อหนุ่ม

ข. คือการที่ร่างกายขับของเหลวออกมาระหว่างการนอนหลับในเวลากลางคืน

ค. เป็นสัญญาณอันตราย พบแพทย์ด่วน

ง. ของเหลวที่ออกมาขณะฝันเปียก คือ อสุจิ

ข้อ 12 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับ“ตกขาว”

1. มีลักษณะข้น มีกลิ่นเหม็น หรือมีอาการคันร่วมด้วย

ข. อาจเกิดจากกางเกงในที่ขึ้นราเพราะความอับชื้น

ค. อาจเกิดจากการใช้สบู่ที่มีน้ำหอม การใส่กางเกงยีนส์รัดรูป

ง. เมื่อเป็นแล้วจะหายได้เอง ไม่จะเป็นต้องพบแพทย์

ข้อ 13 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับ “การสวนล้างช่องคลอดหรือบริเวณภายในอวัยวะเพศ”

1. เป็นสิ่งที่ไม่จำเป็น เพราะในช่องคลอดของผู้หญิงจะมีสารชนิดหนึ่งที่เป็นปราการป้องกันมิให้เชื้อโรคอื่นๆ เข้าไปในช่องคลอดอยู่แล้ว

ข. เป็นสิ่งที่ไม่จำเป็น เพราะการสวนล้างช่องคลอดอาจเป็นอันตรายต่อผนังช่องคลอด

ค. เป็นสิ่งที่ไม่จำเป็น เพราะอาจทำให้เกิดแผลในช่องคลอดที่ทำให้เกิดการติดเชื้อได้ง่าย

ง. เป็นสิ่งที่ไม่จำเป็น เพราะการใช้น้ำยาต่างๆ ที่โฆษณาขายทำให้สิ้นเปลืองโดยใช่เหตุ

ข้อ 14 ใครต่อไปนี้ปฏิบัติได้ถูกต้อง

ก. มิ้งล้างหน้าวันละ 2 ครั้ง ด้วยสบู่อ่อน ๆ

ข. น้อยหน่าใช้ครีมหรือโลชั่นทาตัวอย่างสม่ำเสมอ

ค. หนุ่มใช้โฟมล้างหน้าสำหรับผู้ชายเท่านั้น

ง. ถูกทุกข้อ

ข้อ 15 สัญญาณที่สำคัญอย่างหนึ่งที่บ่งบอกว่า กำลังเริ่มแตกเนื้อหนุ่มแล้ว ก็คือ

1. ตกขาว ข. เสียงจะสูงขึ้น

ค. ฝันเปียก ง. รูปร่างจะสมส่วน

ข้อ 16 ข้อใดต่อไปนี้เป็นการทำความสะอาดอวัยวะเพศหลังการขับถ่ายที่ถูกต้อง

1. ใช้น้ำสะอาดล้าง

ข. ใช้น้ำล้างให้สะอาดและใช้กระดาษชำระซับให้แห้งจากอวัยวะเพศไปทางทวารหนัก

ค. ใช้สบู่เหลวเฉพาะที่ทำความสะอาด

ง. ใช้น้ำล้างให้สะอาดและใช้กระดาษชำระซับให้แห้งจากทวารหนักมาทางอวัยวะเพศ

ข้อ 17 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวได้ถูกต้อง

ก. ควรอาบน้ำวันละ 2 ครั้งด้วยสบู่ และน้ำสะอาด แล้วซับให้แห้ง

ข. หลังอาบน้ำในช่วงเช้า ควรใช้ยาระงับกลิ่นเหงื่อทาบริเวณรักแร้

ค. ควรเปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่ทุกครั้งที่อาบน้ำ

ง. ถูกทุกข้อ

ข้อ 18 ผู้หญิงเมื่อเข้าห้องนํ้าสาธารณะ ก่อนที่จะนั่งลงไปเพื่อการขับถ่ายควรทำอย่างไร

ก. กลั้นหายใจ ข. ราดนํ้าให้สะอาด

ค. เทนํ้ายาดับกลิ่นลงไป ง. เทนํ้ายาล้างห้องนํ้าลงไป

ข้อ 19 เมื่อไปที่สระว่ายนํ้าจะมีกางเกงว่ายนํ้าและชุดว่ายนํ้าให้เช่า ควรจะเช่าหรือไม่ เพราะเหตุใด

ก. ควรเช่า เพราะราคาถูกกว่าซื้อ

ข. ควรเช่า เพราะเจ้าหน้าที่ซักสะอาดแล้ว

ค. ไม่ควรเช่า เพราะสิ้นเปลือง ซื้อมาใช้เองดีกว่า

ง. ไม่ควรเช่า เพราะอาจจะติดโรคผิวหนังจากคนที่เคยใช้มาแล้ว

ข้อ 20 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวถึงการมีประจำเดือนไม่ถูกต้อง

1. ประจำเดือนคือเนื้อเยื่อผนังมดลูกด้านในและหลอดเลือดที่สลายตัว

ข. ประจำเดือนจะเกิดขึ้นเมื่อเซลล์ไม่ได้รับการผสมกับอสุจิ

ค. ผู้หญิงคนนั้นสามารถตั้งท้องหรือมีลูกได้

ง. เป็นสัญญานที่บ่งบอกว่าผู้หญิงคนหนึ่งกำลังก้าวเข้าสู่วัยสาวแล้ว

**เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน(Pretest)**

**เรื่อง “เรื่องของเรา..ไม่รู้ไม่ได้แล้ว”  
ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ข้อ** | **คำตอบ** |  | **ข้อ** | **คำตอบ** |
| 1 | ค |  | 11 | ค |
| 2 | ง |  | 12 | ง |
| 3 | ก |  | 13 | ง |
| 4 | ข |  | 14 | ก |
| 5 | ง |  | 15 | ค |
| 6 | ข |  | 16 | ข |
| 7 | ง |  | 17 | ง |
| 8 | ค |  | 18 | ข |
| 9 | ก |  | 19 | ง |
| 10 | ข |  | 20 | ค |

**แบบทดสอบหลังเรียน   
เรื่อง “เรื่องของเรา..ไม่รู้ไม่ได้แล้ว”ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**

ข้อ 1 ข้อใดต่อไปนี้ไม่ใช่อวัยวะในระบบสืบพันธ์เพศชาย

1. รังไข่ ข. อัณฑะ ค. ต่อมลูกหมาก ง. ต่อมคาวเปอร์

ข้อ 2 ระบบสืบพันธุ์ส่วนภายในของผู้หญิง ประกอบด้วยอะไรบ้าง

1. รังไข่ ข. ท่อนำไข่ ค. มดลูก ง. ถูกทุกข้อ

ข้อ 3 ข้อใดต่อไปนี้แสดงว่าวัยรุ่นหญิงเข้าสู่วัยเจริญพันธุ์แล้ว

1. มีตกขาว ข. มีเต้านม

ค. มีประจำเดือน ง. มีใบหน้าและผิวพรรณเปล่งปลั่ง

ข้อ 4 ข้อใดไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่นชาย

ก. มีกลิ่นตัว มีเหงื่อมากขึ้น ข. เสียงจะสูงขึ้น

ค. ผิวและผมมีน้ำมันมากขึ้น ง. ความสูง น้ำหนัก เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว

ข้อ 5 ข้อใดต่อไปนี้แสดงถึงการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและอารมณ์ของวัยรุ่น

1. กระเพราเสียงแตกพร่า ข. ต้นหอมเป็นคนใจร้อน

ค. มะนาวไม่ต้องการให้พ่อแม่บังคับ ง. ต้นข้าวเริ่มสนใจเพื่อนต่างเพศ

ข้อ 6 “ปุยฝ้ายเชื่อเพื่อนมากกว่าพ่อแม่” ข้อความดังกล่าวแสดงถึงการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

เหมือนกับข้อใดต่อไปนี้

1. ปณตเริ่มมีหนวดเครา ข. ณเดชมักมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่าย

ค. ญาญ่าต้องการให้ตนเป็นที่รู้จัก ง. แป้งร่ำเริ่มมีประจำเดือน

ข้อ 7 บุคคลใดต่อไปนี้ปฏิบัติตนได้ถูกต้อง

1. เป็ดปวดแสบเวลาปัสสาวะจึงซื้อยามารับประทาน

ข. แป้งซื้อน้ำยาล้างภายในมาใช้ขณะเป็นประจำเดือน

ค. น้อยใช้น้ำยาฆ่าเชื้อโรคล้างช่องคลอดขณะเป็นตกขาว

ง. หนุ่ยรูดหนังหุ้มปลายองคชาตขึ้นเพื่อทำความสะอาดขณะอาบน้ำ

ข้อ 8 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวไม่ถูกต้อง

1. วัยรุ่นจะมีน้ำมันที่ผิวมาก จึงไม่จำเป็นต้องใช้ครีมหรือโลชั่น

ข. การสวนล้างช่องคลอดอาจเป็นอันตรายต่อผนังช่องคลอด

ค. ไม่ควรแกะหรือบีบสิวเพราะอาจเกิดการอักเสบ

ง. หลังกำจัดขนรักแร้ด้วยการถอนหรือโกน ควรทายาระงับกลิ่นเหงื่อเพื่อกำจัดกลิ่น

ข้อ 9 ใครต่อไปนี้ปฏิบัติได้ถูกต้อง

ก. มิ้งล้างหน้าวันละ 2 ครั้ง ด้วยสบู่อ่อนๆ ข. น้อยหน่าใช้ครีมหรือโลชั่นทาตัวอย่างสม่ำเสมอ

ค. หนุ่มใช้โฟมล้างหน้าสำหรับผู้ชายเท่านั้น ง. ถูกทุกข้อ

ข้อ 10 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวได้ถูกต้อง

ก. ควรอาบน้ำวันละ 2 ครั้งด้วยสบู่ และน้ำสะอาด แล้วซับให้แห้ง

ข. หลังอาบน้ำในช่วงเช้า ควรใช้ยาระงับกลิ่นเหงื่อทาบริเวณรักแร้

ค. ควรเปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่ทุกครั้งที่อาบน้ำ

ง. ถูกทุกข้อ

ข้อ 11 สัญญาณที่สำคัญอย่างหนึ่งที่บ่งบอกว่า กำลังเริ่มแตกเนื้อหนุ่มแล้ว ก็คือ

1. ตกขาว ข. เสียงจะสูงขึ้น

ค. ฝันเปียก ง. รูปร่างจะสมส่วน

ข้อ 12 บุคคลใดต่อไปนี้ปฏิบัติตนไม่ถูกต้องในเรื่องสุขอนามัยทางเพศ

1. เก้าใช้น้ำฉีดทำความสะอาดหลังปัสสาวะในห้องน้ำสาธารณะ

ข. ต่อไม่ยอมใช้กางเกงใน ผ้าเช็ดตัว ร่วมกับคนอื่น

ค. แพรอาบน้ำโดยใช้น้ำธรรมดากับสบู่

ง. แป้งใส่กางเกงในที่ตัดเย็บด้วยเนื้อผ้าที่ระบายอากาศได้ดี

ข้อ 13 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับ “การสวนล้างช่องคลอดหรือบริเวณภายในอวัยวะเพศ”

1. เป็นสิ่งที่ไม่จำเป็น เพราะในช่องคลอดของผู้หญิงจะมีสารชนิดหนึ่งที่เป็นปราการป้องกันมิให้เชื้อโรคอื่นๆ เข้าไปในช่องคลอดอยู่แล้ว

ข. เป็นสิ่งที่ไม่จำเป็น เพราะการสวนล้างช่องคลอดอาจเป็นอันตรายต่อผนังช่องคลอด

ค. เป็นสิ่งที่ไม่จำเป็น เพราะอาจทำให้เกิดแผลในช่องคลอดที่ทำให้เกิดการติดเชื้อได้ง่าย

ง. เป็นสิ่งที่ไม่จำเป็น เพราะการใช้น้ำยาต่างๆ ที่โฆษณาขายทำให้สิ้นเปลืองโดยใช่เหตุ

ข้อ 14 ข้อใดต่อไปนี้เป็นการทำความสะอาดอวัยวะเพศหลังการขับถ่ายที่ถูกต้อง

1. ใช้น้ำสะอาดล้าง

ข. ใช้น้ำล้างให้สะอาดและใช้กระดาษชำระซับให้แห้งจากอวัยวะเพศไปทางทวารหนัก

ค. ใช้สบู่เหลวเฉพาะที่ทำความสะอาด

ง. ใช้น้ำล้างให้สะอาดและใช้กระดาษชำระซับให้แห้งจากทวารหนักมาทางอวัยวะเพศ

ข้อ 15 ผู้หญิงเมื่อเข้าห้องนํ้าสาธารณะ ก่อนที่จะนั่งลงไปเพื่อการขับถ่ายควรทำอย่างไร

ก. กลั้นหายใจ ข. ราดนํ้าให้สะอาด

ค. เทนํ้ายาดับกลิ่นลงไป ง. เทนํ้ายาล้างห้องนํ้าลงไป

ข้อ 16 เมื่อไปที่สระว่ายนํ้าจะมีกางเกงว่ายนํ้าและชุดว่ายนํ้าให้เช่า ควรจะเช่าหรือไม่ เพราะเหตุใด

ก. ควรเช่า เพราะราคาถูกกว่าซื้อ

ข. ควรเช่า เพราะเจ้าหน้าที่ซักสะอาดแล้ว

ค. ไม่ควรเช่า เพราะสิ้นเปลือง ซื้อมาใช้เองดีกว่า

ง. ไม่ควรเช่า เพราะอาจจะติดโรคผิวหนังจากคนที่เคยใช้มาแล้ว

ข้อ 17 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวถึงการมีประจำเดือนไม่ถูกต้อง

1. ประจำเดือนคือเนื้อเยื่อผนังมดลูกด้านในและหลอดเลือดที่สลายตัว

ข. ประจำเดือนจะเกิดขึ้นเมื่อเซลล์ไม่ได้รับการผสมกับอสุจิ

ค. ผู้หญิงคนนั้นสามารถตั้งท้องหรือมีลูกได้

ง. เป็นสัญญานที่บ่งบอกว่าผู้หญิงคนหนึ่งกำลังก้าวเข้าสู่วัยสาวแล้ว

ข้อ 18 ใครปฏิบัติตนขณะเป็นประจำเดือน ไม่ถูกต้อง

1. แป้งเปลี่ยนผ้าอนามัยทุก 3-4 ชั่วโมง

ข. น้ำหวานอาบน้ำในสระสาธารณะหรืออ่างอาบน้ำ

ค. น้ำตาลฟอกล้างด้วยสบู่ โดยไม่ล้างเข้าไปในช่องคลอด

ง. ถูกทุกข้อ

ข้อ 19 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวไม่ถูกต้องเกี่ยวกับ“ตกขาว”

1. มีลักษณะข้น มีกลิ่นเหม็น หรือมีอาการคันร่วมด้วย

ข. อาจเกิดจากกางเกงในที่ขึ้นราเพราะความอับชื้น

ค. อาจเกิดจากการใช้สบู่ที่มีน้ำหอม การใส่กางเกงยีนส์รัดรูป

ง. เมื่อเป็นแล้วจะหายได้เอง ไม่จะเป็นต้องพบแพทย์

ข้อ 20 ข้อใดต่อไปนี้กล่าวถึงการมีฝันเปียกไม่ถูกต้อง

1. เป็นสัญญาณที่สำคัญที่บอกว่า กำลังเริ่มแตกเนื้อหนุ่ม

ข. คือการที่ร่างกายขับของเหลวออกมาระหว่างการนอนหลับในเวลากลางคืน

ค. เป็นสัญญาณอันตราย พบแพทย์ด่วน

ง. ของเหลวที่ออกมาขณะฝันเปียก คือ อสุจิ

**เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน(Postest)**

**เรื่อง “เรื่องของเรา..ไม่รู้ไม่ได้แล้ว”**

**ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ข้อ** | **คำตอบ** |  | **ข้อ** | **คำตอบ** |
| 1 | ก |  | 11 | ค |
| 2 | ง |  | 12 | ก |
| 3 | ค |  | 13 | ง |
| 4 | ข |  | 14 | ข |
| 5 | ข |  | 15 | ข |
| 6 | ค |  | 16 | ง |
| 7 | ง |  | 17 | ค |
| 8 | ง |  | 18 | ข |
| 9 | ก |  | 19 | ง |
| 10 | ง |  | 20 | ค |