|  |
| --- |
| **臺北市立松山高中 107學年度第1學期期末考 高一健康與護理** |

**一、是非題（O)劃記A，(X)劃記B,每題2分，共46分）**

（ x ） 1.心理健康有助於壓力管理、維持和諧的人際關係與溝通，低自尊即是心理健康的一種表現。

（ x ） 2.成癮藥物全都是非醫療性的，包括白板、安非他命、FM2等。

（ o） 3.發生性行為並不代表「成為大人」或「成熟」，學習兩性相處之道並懂得控制情慾，才是真正有所成長。

（ x ） 4.當媒體對精神疾病患者做出誤導或歧視性的報導時，雖然違法，但不會被處罰。

（ o） 5.雖然壓力源無法完全消除，但學習情緒調適與壓力管理技巧，對降低壓力反應很有幫助。

（ x ）6.FM2、K他命屬於第一級毒品；大麻、安非他命、MDMA則屬於第二級毒品。

（ x ）7.自慰會影響睡眠，導致白天精神不佳或精液製造不及而性狀變稀、量變少，因此有害健康。

（ o）8.不論男女都可自慰，這不但是探索「性」的第一步，也是滿足性慾、解決性衝動的安全方法。

（ o） 9.陰囊腫大或表面有蚯蚓般的血管凸出，甚至感到睪丸脹痛、鼠蹊部有墜痛感時，可能是陰囊水腫、疝氣、精索靜脈曲張或睪丸扭轉，應盡速就醫。

（ x ）10.男性應養成每年一次自我檢查生殖器官的習慣，可在洗澡或沖澡（溫水）後進行。

（ x ）11.包皮過長或包莖都有礙排尿、勃起與性功能，因此應盡快動手術割除。

（ o）12.陰莖勃起時如果有些微彎曲，可能是海綿體長度不等長，即使能正常射精，也要盡快就醫矯正，避免情況惡化。

（ o）13.非預期的勃起常讓人感到尷尬，有許多方法能幫助消退，其中轉移注意力是不錯的方式。

（ o）14.「全人的性」包含生理、心理、社會與心靈層面，不但是兩性互動的內涵，更是人生發展的重要課題。

（ o）15. 2018.6.19「網路電玩成癮」視為一種「疾病」，與酒精、菸草、咖啡因、毒品和藥物濫用並列，都是上癮的精神疾病。

（ o）16.網路成癮行為是結果，重點是心理因素，其臨床調查發現1/3有焦慮、情緒困擾或過動情形。

（ o）17.網路是最容易宣洩的出口，許多無差別殺人案研究發現犯罪者多有使用暴力電子遊戲 現象，網路成癮不僅自傷進而家庭關係陷入崩解，最終也讓社會付出慘痛代價。

（ x ）18.精神疾病患者只是心理生病，但人們的恐懼、歧視、羞辱、汙名化等行為，會使他們不願就醫與求助。

（ o）19.用「不要想這麼多」、「想開點」安慰憂鬱症者，這樣會直接阻斷患者的思緒，讓想法停留在「想死」的念頭。

（ o）20.多喝水、不憋尿、選擇合適且透氣的內衣褲，都是照護生殖器官的原則。

**文章閱讀:** **《衛福部擬修精神衛生法預防憾事》**摘自醫療網／林怡亭記者

日前有關台中市牙醫師遭精神病人攻擊之不幸事件，近日牙醫師妻子呼籲期望透過精神衛生法修法，以促進社會更安定，不要再有恐慌。衛福部對於牙醫師及近日社會治安事件造成的每一條生命的逝去，深感遺憾，並對於家人的哀傷感同身受。

衛福部呼籲，雖然部分的犯罪與暴力行為，與嚴重的精神疾病症狀有關，但行為面的呈現除了精神病理，還有貧窮、失業、家庭問題、疏離及社會排除等多重問題同時存在或交互影響等。根據國際間的研究，精神疾病經過規律及良好治療，病人多可正常生活，而精神病患因病情犯罪的風險，都遠比一般大眾的想像要來得低。

因此社會安全網計畫應以預防為優先前提，故「早期診斷、穩定治療」是相當重要的，對於周遭有心理問題、情緒困擾的親友，應鼓勵主動求醫，積極接受治療、高密度的關懷及多元的服務方案介入以改善病情。要使精神病人妥善接受治療並不是依靠限制人身自由或隔離，而是社會大眾的接納與支持，衛福部期待透過精神衛生法修法、推動強化社會安全網計畫、完善的社區追蹤管理制度等多元網絡，促進社會更加安定，導正社會大眾對精神病人之歧視與污名，以建立精神病友善支持環境。

另外，為建立精神疾病前端的預防，衛福部在行政院的指導下，目前已積極地推動強化社會安全網計畫，以預防為優先，及早辨識脆弱家庭及危機家庭的新思維，並以家庭為中心、社區為基礎，完善家庭支持服務，並結合學校輔導、就業服務與治安維護等體系，期從根本解決影響社會安全的各項風險因子。同時，衛福部將持續強化社區精神病人危機事件之處理，並積極結合資源，落實個案面訪本人之優先原則，以確實掌握精神病人之身心狀況並提升關懷訪視之具體成效。衛福部目前依國際公約之精神，刻正研修精神衛生法，確保精神病人人權及兼顧病人可以獲得妥善之治療及社區服務為前提，明訂各政府機關之職責，以補強社會安全網絡中的漏洞，進而預防憾事的發生。

**文章閱讀二:《徐沛然：精神疾患的污名，與以安全為名的暴力》**

美國心理學會（American Psychological Association，APA）在2014年發表了一份研究，調查了143位分別罹患思覺失調症（舊稱精神分裂症）、憂鬱症跟躁鬱症的罪犯，涵蓋了長達15年的時間，並且分析他們犯下的429起罪行。該研究發現，其中只有7.5%的犯行，跟其罹患的精神疾病直接相關。他們可能因為貧窮、失業、無家可歸或是藥物濫用而犯下罪行，但並未因為其精神疾病而不斷犯法。雖然這份研究並未涵蓋極端暴力罪犯，但仍有其參考價值。

高雄市立凱旋醫院成人精神科主任周煌智，在2005年發表《精神障礙暴力犯罪之現況》一文；他引用國內外研究指出，即便部分精神疾病（例如思覺失調症患者）確實呈現較高的暴力傾向，但除了少數病情嚴重的需要住院治療外 ，大多數患者在經過積極治療後，已無攻擊性。儘管如此，一些偶發個案往往被媒體誇大渲染，使得精神病患整體蒙受不公平的歧視與對待。

對於近日社會針對病患的過度反應，台灣精神醫學會理事長賴德仁認為，大部份的精神病友在規律治療下，均能保持症狀穩定。他們的犯罪率與暴力行為，並不會比一般人來得高。他呼籲各界應該看到病患及家屬的努力，不應繼續污名精神疾病。

不意外地，精神病患者在媒體上多半都呈現負面特質。學者辛格諾萊里（Signorielli, N.）曾於1989年發表論文，探討美國電視節目中呈現的精神病患形象。他指出，在主要時段節目裡，72%的精神病患被描述具有暴力傾向，其中超過五分之一的情節是殺人。而影視戲劇則經常把精神病患描繪為負面形象，例如貧窮、低智商等等。甚至不同的精神疾病，在戲劇中會被呈現得一模一樣。

~請繼續翻面作答~

台灣的情形也相去不遠。政大新聞所研究生王美珍曾於2004年發表論文，回顧並分析了1991年至2003年這13年間，《聯合報》與《中國時報》對精神病患的報導內容。結果，在13種報導

主題分類中，暴力犯罪的出現頻率最高，佔整體比例約三分之一，遠超過其餘主題。相較之下，

較為中性的疾病知識主題，僅佔整體報導8.3%。同時，有高達65.2%的報導單方面呈現精神病患的負面特質；而呈現正面特質，或正負面皆呈現的報導，加起來也僅有11％。這樣的狀況在媒體競爭趨於激烈，新聞取向趨於煽動的今日，恐怕只會更糟糕。

我們可以理解，媒體運作的邏輯著重於報導異常事件，特別是社會新聞多半都是負面訊息。然而，媒體報導暴力或犯罪事件時，往往輕易地將當事人的各種個人特質和事件連結。這樣的連結，往往會強化讀者的刻板印象。

又例如當移工（或外勞）出現在媒體版面時，十之八九不是什麼好事，這和讀者對移工的既有偏見相互增強，使他們認為移工是潛在的危險份子。然而事實上，根據勞動部公佈的資料，以2015年為例，台灣的移工犯罪率為萬分之18.4，僅為台灣人的六分之一。但是媒體報導會特別標籤犯罪者的移工身份，讓讀者將移工與犯罪概念相連結。於是整體移工都被視為危險族群，而台灣人的犯罪則僅被當作是少數人的行為。類似的狀況也發生在精神疾病患者身上，透過媒體的效應，精神疾病患者的危險性被不成比例地放大了。

近年來，精神醫學界的共識是：對絕大多數精神病患來說，社區型治療和照顧要遠遠好過隔離。當人們不分青紅皂白將精神病患排除與隔離，剝奪他們可能痊癒或是參與社會生活的機會時，這一群人，在精神上，在具體的生活空間中，就慘遭剝奪。這不僅是人權問題，整體社會更將為此付出相應代價。這些排除，儘管看來是安全措施，但結果也許將會適得其反，創造更多的痛苦與不安，並反過來影響社會的安定。

**閱讀二篇文章後請回答21-24問題:**

（ o）21.精神疾患呈現之暴力行為面除了精神病理，還有貧窮、失業、家庭問題、疏離及社會隔離等多重問題。

（ x ）22.精神疾患容易有犯罪行為，比一般人較容易有攻擊行為。

（ x ）23.可以透過隔離限制人身自由方式讓精神病人妥善安置後，可以提高社會安定。

**二、選擇題（每題3分，共至54分）**

（ D ）24.文章作者建議:強化社會安全網計畫以預防為優先，對精神疾患可採取(A)及早辨識脆弱家庭及危機家庭(B)以家庭為中心並積極結合治安維護等體系(C)落實面訪個案之優先原則確實掌握其身心狀況(D)以上皆是。

（B ）25.多重人格精神障礙目前改名為解離性身份障礙，其特徵有A.成因大多由於人生中遭遇重大壓力或者童年精神創傷B.人格之間並沒有察覺彼此的存在，這會導致嚴重的「遺失時間」現象C.每個人格都是穩定、發展完整、擁有個別思考模式和記憶的D.分裂出人格可以有不同的性別、年齡、種族，甚至物種E.治療是在多重人格中找出一位熟悉所有人格的內在人格，為「內在自助者」（Inter Self Helper，ISH），讓其成為核心人格，且讓各種內在人格互相對談而認識其他人格，然後找出性格上相似的人格率先整合。(A)ACDE (B)ABCDE( C) BCDE(D)BCE。

（ D ）26.有關自尊的敘述，以下何者錯誤 (A)是人格的核心要素，影響一個人對自我認同、價值的看法 (B)高自尊者珍視、肯定自己的感受並且善待自己 (C)低自尊者對自我能力與價值的評價較低 (D)自視甚高、驕傲、自認為了不起的人，通常擁有高自尊。

（ C ）27.擁有高自尊的人，在行為或思想方面通常有那些表現 a.不喜歡與他人合作 b.總是正面思考 c.認為事情的發展和結果並非個人可以控制的 d.無法肯定自己的能力 e.願意幫助、尊重、讚美別人 f.能勇敢面對失敗，又能從錯誤中學習 g.能有效解決人際衝突 (A)acd (B)bcef (C)befg (D)afg。

（ D ）28.有關壓力的敘述，以下何者為非 (A)可能來自於生活中的任何事件 (B)同一事件對不同的人可能會產生不同的壓力反應 (C)可能導致生理、心理及社會現象 (D)會對身心產生傷害，毫無益處，應完全避免。

（ C ）29.關於「學習效益」與「壓力」的關係，以下敘述何者正確 (A)完全沒有壓力才能快樂學習 (B)一個人在沒有任何壓力的情形下，可以完全展現應有的實力和潛能 (C)適度的壓力可使人激發最佳表現 (D)面對長期壓力的狀況下，會轉換成讓人不斷成長的動力。

（B ）30.人體處於壓力下時，內分泌系統可能會產生何種變化 (A)腎上腺素減少 (B)甲狀腺素上升 (C)黃體素分泌增加 (D)糖皮質素減少。

（ C ）31.在卡內基訓練的架構中，聽的層次由低到高共有五層，以下何者是層次最高的「聽」 (A)積極同理心的聽 (B)選擇性的聽 (C)專業諮詢的聽 (D)假裝在聽。

（B ）32.如何說「不」需要技巧，試問以下那個行為能確實達到說「不」的效果 (A)眼睛避開對方的視線 (B)態度誠懇、自然 (C)運用攻擊性動作與語言 (D)搓手、搖頭。

（ A ）33.你的朋友因失戀導致情緒低落，當他說：「我好想死，沒有她，我真的活不下去」，自己該如何回應才能使其免於自殺陰影 (A)「失去她，相信你的心裡很不好受，要不要多談一些？」 (B)「拜託，就為了一個女人？別那麼笨了！」 (C)給他一些時間獨處，冷靜後就會沒事了 (D)這是失戀者常說的話，過一段時間就好了。

（B ）34.減少或停止使用某種成癮物質時，生理上會發生連續的病態反應，稱為 (A)成癮反應 (B)戒斷反應 (C)恐慌反應 (D)臨界反應。

（B ）35.關於吸毒的敘述，以下何者正確 (A)吸食大麻不會成癮 (B)即使只吸食一次毒品，也有成癮的可能 (C)吃搖頭丸並不會上癮 (D)毒品對身體的作用是暫時性的。

（ C ）36.以下何者為現今新興成癮藥物的危害 (A)藥物純度愈來愈高，藥效更強 (B)吸食方法逐漸單一化，吸食簡便 (C)混合使用，毒性更高 (D)成癮速度較慢，更易引人吸食。

（ A ）37.在那些情況下，青少年接觸成癮藥物的機會將大增 a.自信心不足 b.缺乏成就感 c.家庭與學校皆無法提供有效支持 d.遠離藥物成癮者 e.有正向的價值觀 (A)abc (B)de (C)acd (D)bd。

（ C ）38.以下情況中，何者絕對不會導致女性懷孕 (A)月經期間發生性行為 (B)男性在陰道口外射精 (C)男性與女性共用馬桶 (D)月經結束後發生性行為。

（ A ）39.以下有關處女膜的敘述，何者正確 (A)可能會因運動、騎馬而破裂 (B)每位女性的處女膜大小、形狀都相同 (C)處女膜是一片很厚且有彈性的組織，因此在初次性行為中才會破裂出血 (D)是「貞潔」的象徵。

（ C ）40.以下關於白帶的敘述，何者有誤 (A)正常情況下為白色透明 (B)可以保護陰道 (C)正常由陰道排出的白帶，帶有些微臭味 (D)陰道感染時會導致白帶出現黃、綠等顏色。

（ A ）41.對於白帶的處理，以下方式何者錯誤 (A)每天都用衛生護墊吸收白帶，以避免感染 (B)每天自我觀察白帶的癥狀，才能了解身體的變化 (C)當白帶有異味，懷疑陰道感染時，應盡快就醫並暫停性行為 (D)當白帶出現異常時，如有必要，性伴侶也應一同就醫。

**~題目到此結束~**