

402.409.411 座號： 姓名： 總分：

1.	B	許多慢性病如糖尿病、高血壓及心血管疾病，採用非藥物治療相當重要，以下何項與適度運動有關？①減輕體重②增加高密度脂蛋白③增加低密度脂蛋白④降低血中膽固醇⑤增加飽和脂肪酸。(A) ①②③ (B) ①②④ (C) ②④⑤ (D) ①③⑤。( '04 師
2.	C	張先生為收案管理的糖尿病患，其血壓值正常，在管理的重點上，下列何者為正確？①每日飲食攝取量②便秘情形③運動情形④洗澡水溫度。(A) ①② (B) ②③ (C) ①③ (D) ②④。( '05 專高)
3.	C	對於老人健康飲食的衛教，下列何項不正確？(A) 食用低鹽、低油及低膽固醇食物 (B) 多攝取含豐富纖維質的食物 (C) 多喝水有助血液循環，每天水分至少 3,000 c.c. (D) 膳食供應採少量多餐方式，一天以四至五餐為宜。( '04 專高)
4.	C	下列何者為中老年病防治，初段預防的工作內容？(A) 居家復健 (B) 血壓篩檢 (C) 規律運動 (D) 出院準備服務。( '05 專高)
5.	A	公衛護士在衛教老人，預防跌倒的事項時，下列何者為正確？①盥洗室應設置扶手②家具擺設應固定不動③應多攝取維生素 B 的食物④每天應有 9 小時的睡眠。(A) ①② (B) ②③ (C) ①③ (D) ①④。( '05 專高)
6.	D	在中老年病的防治上，下列何者是應提供社區 40 歲以上民眾的篩檢服務內容？①膽固醇②血中鉛③酒精濃度④身高及體重。(A) ①② (B) ②③ (C) ③④ (D) ①④。( '05 專高)
7.	D	陳阿婆，65 歲的糖尿病個案，意識清楚，住在護理之家已兩年，有多次跌倒的記錄，護理人員發現，她多在早上第一次下床如廁時，發生跌倒意外。最佳的處理方式是：(A) 睡前替阿婆包上尿布，告訴她早上可直接解在尿布上，勿下床 (B) 限制阿婆晚餐後的液體攝入量，使她不會過早尿急 (C) 睡前將阿婆的尿壺備好在床旁桌上，請她一早在床上解尿，勿下床 (D) 每天早上主動協助阿婆下床解尿。( '05 專高)
8.	A	老人事故傷害的預防，除了建立安全的生活環境以外，還要養成安全的生活習慣。以

		下何者不是安全的生活習慣？(A) 走路應健步如飛，以促進血液循環 (B) 避免搬舉重物 (C) 感覺頭暈時就近找位置坐下 (D) 上下樓梯要小心，扶好扶手。( '06 專高)
9.	D	高血壓、糖尿病及高血脂之慢性病被列為我國疾病的防治重點，主要原因包括：①病因複雜②易引起殘障或功能障礙③防治成本較經濟④篩檢方法簡便⑤目前無法根治。(A) ①②③④ (B) ②③④⑤ (C) ①②③⑤ (D) ①②④⑤。 ( '06 專普)
10.	D	社區衛生護士家訪時，檢驗林太太的尿液，尿糖試紙顯示「+++」，此時社區衛生護士應優先採取下列何項措施？(A) 請衛生所醫師開藥給林太太 (B) 立即給予糖尿病衛教 (C) 告訴其家人糖尿病的照護措施 (D) 評估林太太的健康史，並繼續追蹤。 ( '07 專高)
11.	C	社區衛生護理人員協助居家慢性病個案疾病控制時，最容易促發個案參與的措施為：①藥物治療②運動或復建③社區資源支持④日常生活安排⑤醫療體系安排⑥飲食控制。(A) ①②④⑤ (B) ②③⑤⑥ (C) ①②④⑥ (D) ①③⑤⑥。 ( '07 專普)
12.	B	防治高血壓的方法不包括下列哪一項？(A) 維持理想體重、避免肥胖 (B) 多高鈉飲食 (C) 適度運動、避免過度勞累 (D) 維持理想血壓於收縮壓低於 130 mmHg，舒張壓低於 85 mmHg。 ( '07 專高) (B)低鈉 2400 mg
13.	C	脂肪攝取量過多與下列哪些疾病有關？①癌症②腎臟疾病③心血管疾病④高血壓。(A) ①②③ (B) ①②④ (C) ①③④ (D) ②③④。 ( '08 專高)
14.	B	一個完整的慢性病防治包含許多步驟，其中最優先的是：(A) 追蹤個案的檢查與治療 (B) 運用篩檢與檢查發現個案 (C) 衛教個案以提升對疾病的認知 (D) 早期復健以保持個案正常功能。 ( '08 專普)
15.	C	在中老年人疾病的防治上，下列何者是應提供社區 40 歲以上民眾的篩檢服務內容？①膽固醇②血中砷③心電圖④身高及體重。(A) ①② (B) ②③ (C) ①④ (D) ③④。 ( '08 專高)
16.	B	有關老年人跌倒的敘述，下列何者錯誤？(A) 最容易發生在浴室和臥室 (B) 對常發生跌倒的老人，應給與約束 (C) 最容易在清晨或黃昏光線不好的時候發生 (D) 是老人常發生的意外死亡原因之一。 ( '04 專普) ( '08 專高)
17.	D	有關「代謝症候群」危險因子的標準，下列何者正確？(A) 三酸甘油酯 $\geq 180$ mg/dl

		(B) 高血壓：收縮血壓 $\geq 130$ mmHg／舒張血壓 $\geq 90$ mmHg (C) 高血糖：空腹血糖值 $\geq 120$ mg/dl (D) 高密度脂蛋白膽固醇：男性 $< 40$ mg/dl、女性 $< 50$ mg/dl。( '09 三酸甘油酯 $\geq 150$ mg/dl 舒張血壓 $\geq 85$ mmHg 空腹血糖值 $\geq 100$ mg/d
18.	B	胡媽媽，50 歲，適合她的運動強度約在 70~90%，公衛護理人員應建議她運動時，最高心跳率維持在 1 分鐘多少次？(A) 84~108 (B) 119~153 (C) 154~198 (D) 200~220。 ( '09 專高)  (220-50) x .0.7=119
19.	C	有關一般中老年慢性個案管理的目標，下列何者不適當？(A) 協助個案學會自我照顧 (B) 預防或早期發現合併症 (C) 協助個案醫療，以期早日痊癒 (D) 協助個案對疾病有正確的認知。 ( '09 專高)
20.	D	有關老年人之飲食原則，下列何者正確？(A) 為了提升活力並顧及較弱的免疫力，宜採用市售罐裝、高單位營養品 (B) 避免腎臟負荷，宜限制飲水 (C) 考慮消化能力，宜採取半流質飲食 (D) 考慮胃排空時間，宜少量多餐。( '05 師檢) ( '09 專高)
21.	A	有關老人健康飲食衛教的敘述，下列何者錯誤？(A) 每日攝取膽固醇量不超過 300 克 (B) 多攝取含豐富纖維質的食物 (C) 膳食供應採少量多餐方式，一天以四至五餐為宜 (D) 多喝水有助血液循環，每天水分至少 2,000 c.c。( '09 專高)  300 毫克
22.	C	有關老年人泌尿系統的敘述，下列何者錯誤？(A) 腎絲球體的過濾率下降 (B) 腎小管對水分再吸收與濃縮功能降低 (C) 肌酸酐清除率 (CCr.) 增加 (D) 膀胱容量減少。 ( '09 專高)
23.	B	有關代謝症候群防治策略，下列何者不是初級預防？(A) 建立健康生活型態 (B) 參與三高到點篩檢 (C) 促進體適能 (D) 控制體重。 ( '10 專高)
24.	D	蕭老太太為急性尿失禁患者，有關為個案及家屬進行的衛教敘述，下列何者正確？(A) 避免自尊受挫，建議使用成人尿布(B) 避免每天攝取過多的液體，建議 2,000 c.c.以下 (C) 避免尿道感染，建議多服用富含維生素 E 飲料 (D) 教導蕭老太太練習骨盆底肌肉運動。 ( '10 專高)
25.	D	老年人意外事故防治的主要重點措施為何？(A) 加強外出的交通安全 (B) 預防錯

		誤服藥造成中毒 (C) 注意廚房瓦斯使用安全預防火災 (D) 加強居家環境安全防止跌倒。 ('10 專普)
26.	D	唐老先生家屬很害怕他跌倒，老人因跌倒而最常發生的骨折部位是：(A) 腕骨 (B) 肱骨 (C) 膝關節 (D) 髖關節。 ('11 專高)
27.	B	王小姐剛上任為某衛生所公衛護理人員，認識到慢性病是社區中重要的健康問題。王小姐執行慢性病防治工作中，最優先的事項為：(A) 飲食衛生教育 (B) 篩檢活動以便早期發現個案 (C) 爭取就醫經費補助 (D) 提供復健服務。 ('11 專普)
28.	B	下列何者符合代謝症候群的判定標準？(A) 身體質量指數 > 28，血壓 $\geq 130/85$ mmHg，空腹血糖 $\geq 100$ mg/dL (B) 男性腰圍 $\geq 90$ cm，空腹血糖 $\geq 100$ mg/dL，三酸甘油酯 $\geq 150$ mg/dL (C) 血壓 $\geq 140/90$ mmHg，空腹血糖 $\geq 120$ mg/dL，三酸甘油酯 $\geq 100$ mg/dL (D) 身體質量指數 > 26，血壓 $\geq 140/90$ mmHg，三酸甘油酯 $\geq 200$ mg/dL。 ('11 專普)
29.	B	村裡的老人關節痛會拔某草藥來服用，且說效果很好，無副作用，公衛護理人員較合適的做法是：(A) 請他去看醫生 (B) 詢問及評估服用草藥的反應 (C) 給予關節炎的衛教 (D) 請他立即停止服用草藥。 ('11 專普)
30.	B	中老年慢性疾病的發生，與下列哪一項因素關係最密切？(A) 個人遺傳因子 (B) 個人健康行為 (C) 有害的物質環境 (D) 預防保健不周全。 ('12 專高)
31.	D	我國 19 歲以上女性肥胖的標準，下列何者正確：①身體質量指數 $\geq 24$ ②身體質量指數 $\geq 27$ ③腰圍 $\geq 70$ 公分 ④腰圍 $\geq 80$ 公分。(A) ①④ (B) ②③ (C) ①③ (D) ②④。 ('12 專高)
32.	B	下列何者屬於糖尿病高危險群：①前期糖尿病個案 ②曾罹患妊娠性糖尿病者 ③腎臟病患者 ④肥胖者。(A) ①②③ (B) ①②④ (C) ①③④ (D) ②③④。 ('12 專高)
33.	B	陳太太 45 歲，BMI 值為 27，公共衛生護理人員建議她每週運動 5 次，運動時應達最大心跳速率 80%，請問陳太太的目標心跳應為每分鐘多少？(A) 120 (B) 140 (C) 160 (D) 175。 ('12 專高)
34.	C	行政院衛生署國民健康局建議正常身體質量指數之範圍為何？(A) 10.5~15.5 (B) 15.6~18.4 (C) 18.5~23.9 (D) 24~26.5。 ('12 專普)

35.	A	為了預防高血壓，行政院衛生署建議國人每日鈉攝取量應在幾毫克以下？(A) 2,400 (B) 3,400 (C) 4,400 (D) 5,400。 ('12 專高)
36.	A	下列何者屬於糖尿病高危險族群？①BMI=27 的女性②年齡 50 歲的男性③有關糖尿病家族遺傳的 33 歲男性④曾產下體重 3,500 公克嬰兒的母親。(A) ①②③ (B) ①②④ (C) ①③④ (D) ②③④。 ('12 專高)
37.	B	陳護理師預備提供有代謝症候群的員工相關健康問題之處置，下列指導內容何者正確？①養成每日運動 30 分鐘的習慣②強調透過運動可以降低高密度脂蛋白③養成每日五蔬果的概念④強調每日攝取鹽分在 10 毫克以下。(A) ①② (B) ①③ (C) ②④ (D) ③④。 ('12 專高)
38.	C	有關中老年病之個案管理原則，下列敘述何者錯誤？(A) 以問題解決法為策略 (B) 鼓勵家屬積極參與 (C) 以治癒個案疾病為管理重點 (D) 協調轉介資源的利用。 ('12 專高)
39.	D	中年期民眾的健康促進，不包括下列哪些重點？(A) 維持適當運動與休閒 (B) 維持足夠的睡眠 (C) 注重更年期身心的調適 (D) 增加飲食中的脂肪和蛋白質攝取。 ('12 專普)
40.	D	老人跌倒相關的危險因子，一般可分為內因性 (intrinsic) 或外因性 (extrinsic)，其中內因性因子不包括下列何項？(A) 服用安眠藥 (B) 視力不良 (C) 獨居 (D) 室內燈光不足。 ('12 專普)
41.	B	依據行政院衛生署國民健康局 2009~2012 年「老人健康促進計畫」所提出的八大策略，包括下列哪些項目？①促進健康體能②促進健康飲食③加強菸害防制④發展老人專科醫療⑤加強心理健康。(A) ①②③④ (B) ①②③⑤ (C) ①②④⑤ (D) ②③④⑤。 ('13 專高)
42.	D	林太太，54 歲，身高 150 公分，體重 72 公斤，18 年前生老三曾罹患妊娠糖尿病，本次家訪血壓為 132/90 mmHg。林太太多以外面小吃攤的什錦麵或燴飯度日，只有假日全家在才會開伙。有關林太太具備的代謝症候群高危險因子，下列何者錯誤？(A) 身高 150 公分，體重 72 公斤 (B) 曾罹患妊娠糖尿病 (C) 血壓偏高 (D) 經常外食。 ('13 專高)

43.	D	承上題，社區衛生護理師應針對林太太日常生活，給予哪些衛生教育？①增加蛋白質攝取量②定期量測血壓③選擇少鹽少油飲食④控制體重⑤增加運動。(A) ①②③④ (B) ①②④⑤ (C) ①③④⑤ (D) ②③④⑤。 ('13 專高)
44.	C	2009 年開始，我國中老年保健的重點工作，下列何者錯誤？(A) 整合性篩檢服務 (B) 成人預防保健服務 (C) 整合性老人癌症治療 (D) 老人健康促進 ('13 專高)
45.	D	下列何者罹患代謝症候群？(A) 林先生－身體質量指數：27，收縮壓／舒張壓：162/100 mmHg，三酸甘油酯：160 mg/dl(B) 王先生－空腹血糖：110 mg/dl，收縮壓／舒張壓：120/85 mmHg，腰圍：85 公分 (C) 張女士－空腹血糖：110 mg/dl，高密度脂蛋白膽固醇：55 mg/dl，腰圍：81 公分 (D) 曾女士－三酸甘油酯：160 mg/dl，收縮壓／舒張壓：140/90 mmHg，腰圍：85 公分。 ('13 專高)
46.	B	每年推廣老人流感疫苗接種的業務，是屬於三段五級預防中的哪一級？(A) 健康促進 (B) 特殊保護 (C) 早期治療 (D) 早期診斷。 ('14 專高)
47.	B	周先生，56 歲，是公司的中階主管，BMI=28，常一天超過 10 小時使用電腦，因壓力大每天會抽 1 包菸，應酬較多，血壓平均在 130~140/90~95 mmHg 之間，上個月血中總膽固醇的數值是 230 mg/dL，社區衛生護理師應該提供哪項建議最恰當也最為可行？(A) 優先使用藥物控制血壓及膽固醇 (B) 食用高纖、清淡飲食減少鈉和油脂的攝取 (C) 多喝紅酒預防冠心病發生 (D) 每週應運動達 150 分鐘，心跳達到每分鐘 150 次。 ('14 專高)
48.	C	社區衛生護理師篩檢發現社區中糖尿病控制不佳失明的獨居老太太，安排門診並協助入住社區安養機構。上述護理措施，運用「慢性病防治」中的哪些策略？①發現個案②復健③追蹤檢查治療④監護性照護。(A) ①②③ (B) ①②④ (C) ①③④ (D) ②③④。 ('14 專高)
49.	A	社區護理師在教導糖尿病民眾飲食代換項目中，下列何者錯誤？(A) 1 顆蛋=1 根香蕉 (B) 1 個蘋果(小)=1 個橘子 (C) 2 碗麵條(熟)=1 碗飯 (D) 1 碗稀飯=半碗飯。 ('14 專高)
50.	B	成人身體質量指數 (BMI) 大於多少即屬於肥胖？(A) 24(B) 27(C) 30(D) 35。 ('14 專

51.	D	<p>有關測量腰圍的正確方法，下列何者錯誤？(A) 除去腰部衣物後再測量 (B) 將皮尺置於兩側骨盆上緣至肋骨下緣的中間點測量 (C) 測量時皮尺緊貼、不擠壓皮膚 (D) 在吸氣時量取腰圍。 (‘14 專高)</p> <p>呼氣量</p>
52.	A	<p>在教導糖尿病民眾足部自我照顧時，下列何者正確？(A) 避免穿露趾鞋 (B) 冬天用熱水袋保暖雙腳，促進血液循環 (C) 腳趾甲應修剪成弧形 (D) 選購鞋子時，宜在早上試穿會較準確。 (‘14 專高)</p>