

元培醫事科技大學 109 學年度碩士班暨碩士在職專班入學考試  
健康管理學 試題

共 8 頁

准考證號碼

注意事項	試題卷右上角填上准考證號碼，請依題號順序在「答案卷」作答，考完後將「試題」及「答案卷」一併繳回。
------	--

一、選擇題：(前面 10 題一題 5 分；後面 10 題一題 4 分)

1. 依據衛福部 107 年國人死因統計結果如下：故下列哪一個結論敘述推論不合理？

(A)107 年死亡率(死亡人數除以年中人口數)為每十萬人口 733.1 人，較上年上升 0.5%；以 WHO 2000 年之世界人口結構調整後之標準化死亡率為每十萬人口 415.0 人，降 2.2%。107 年 65 歲以上死亡人數 12 萬 4,768 人，較 106 年增 1,225 人(+1.0%)，占總死亡人數 72.2%，提高 0.3 個百分點，45-64 歲占 21.9%，合計 45 歲以上死亡人數占 94.1%。

因此結論：我國受慢性病長期影響，107 年死亡率上升 0.5%，標準化死亡率下降 2.2%。

(B) 十大死因死亡人數合計 13 萬 3,489 人，占總死亡人數 77.2%，與 106 年相較，107 年死亡人數以肺炎、心臟疾病分別上升 7.5%、4.5%較為明顯，慢性肝病及肝硬化及糖尿病則分別下降 5.2%、4.8%較為明顯。

就年齡別觀察，1 至 24 歲死亡人口以事故傷害居死因首位；25 至 44 歲以癌症與自殺居前二位；45 歲以上則以慢性疾病之癌症與心臟疾病居死因前二位。

因此結論：我國惡性腫瘤、心臟疾病與肺炎居主要死因前三位。

(C) 107 年癌症死亡人數為 4 萬 8,784 人，占有所有死亡人數 28.2%，死亡率每十萬人口 206.9 人，較上年上升 1.5%，標準化死亡率為每十萬人口 121.8 人，亦降 1.3%。就年齡觀察，癌症多集中於 55 歲以上之族群，107 年占 8 成 5；65 歲以上癌症死亡人數較上年升 2.3%；0-64 歲則較上年升 0.4%。

因此結論：癌症多集中於 55 歲以上之高齡族群，占 8 成 5。

(D)從衛福部公告的訊息來看我國人口受高齡化影響，導致死亡率上升及高齡族群癌症發生率高。

元培醫事科技大學 109 學年度碩士班暨碩士在職專班入學考試  
健康管理學 試題

共 8 頁

准考證號碼

注意事項	試題卷右上角填上准考證號碼，請依題號順序在「答案卷」作答，考完後將「試題」及「答案卷」一併繳回。
------	--

2. 有關此次新冠肺炎的防疫及其自我健康管理請問哪一項是最有效的防疫及預防方法：

(A) 在沒有治療藥物和疫苗的情況下，人傳人的傳染病會很快地呈指數增加而快速擴散，唯一有效管控疫情的方法，就是透過養成勤洗手，讓台灣能夠早日脫離武漢肺炎疫災的威脅！

(B) 在沒有治療藥物和疫苗的情況下，人傳人的傳染病會很快地呈指數增加而快速擴散，唯一有效管控疫情的方法，就是透過隔離檢疫來降低接觸率。有效接觸率高，病例數會驟升驟降，流行很快就結束；有效接觸率低，病例數會緩升緩降，流行會持續較長時間。

(C) 在沒有治療藥物和疫苗的情況下，在必要時戴口罩的衛生習慣之外，也都能確實依照中央疫情指揮中心的指引，遵行保持社交距離的各項措施如此來做有效防疫。

(D) 在沒有治療藥物和疫苗的情況下，人傳人的傳染病會很快地呈指數增加而快速擴散，唯一有效管控疫情的方法，就是勤消毒及噴酒精遵守居家環境的衛生

元培醫事科技大學 109 學年度碩士班暨碩士在職專班入學考試  
 健康管理學 試題

共 8 頁

准考證號碼

<b>注意事項</b>	試題卷右上角填上准考證號碼，請依題號順序在「答案卷」作答，考完後將「試題」及「答案卷」一併繳回。
-------------	--

3. 在此次新冠肺炎流行時，於下表的圖顯示下列哪一敘述推論不合理

1 → 3 → 9 → 27 → 81 → 243 → 729 → 2187 → 6561 → 19683 → 59049  
 (1個傳3個，沒有隔離)

1 → 2 → 4 → 8 → 16 → 32 → 64 → 128 → 256 → 512 → 1024  
 (1個傳3個，每次傳染都隔離1個)

1 → 1 → 1 → 1 → 1 → 1 → 1 → 1 → 1 → 1  
 (1個傳3個，每次傳染都隔離2個)

- (A) 發燒的同學在家好好休息，可以早日恢復健康。更重要的，他不會傳染給別的同學！
- (B) 有同學已經被感染了，在沒有隔離情況下，如果一個被感染的同學會傳給三個同學，傳染病就會是 1 傳 3，3 傳 9，9 傳 27，這樣傳到第 10 遍就會有 59049 人感染。
- (C) 如果只隔離情況 1 人情況下，1 傳 2，2 傳 4，4 傳 8，這樣傳到第 10 遍，這樣傳到第 10 遍就會有 1024 人感染，少了好多人。
- (D) 每次感染若隔離 2 人情況下，則會造成經濟的蕭條，百業不興。

4. 下面表格為不良嗜好與危險機率的倍數，下列哪一敘述不合理?:

酒	檳榔	菸	危險機率倍數
+	+	+	123
	+	+	89
+	+		54
	+		28
+		+	22
		+	18
+			10
-	-	-	1

- (A) 三種不良嗜好（菸、酒、檳榔）皆有的人，其罹患口腔癌之危險率為全無不良嗜好者的 123 倍
- (B) 次惡的不良嗜好組合為檳榔加菸，為 89 倍

元培醫事科技大學 109 學年度碩士班暨碩士在職專班入學考試  
健康管理學 試題

共 8 頁

准考證號碼

注意事項	試題卷右上角填上准考證號碼，請依題號順序在「答案卷」作答，考完後將「試題」及「答案卷」一併繳回。
------	--

- (C) 第三高的危險組合是檳榔加酒（54 倍），單獨嚼食檳榔的危險性（28 倍）都高於菸酒的組合（22 倍）
- (D) 所以單嚼檳榔與口腔癌之關係是較不密切的。
- (E) 三種不良嗜好（菸、酒、檳榔）皆沒有的人其危險率最低
5. 造成菸、酒及檳榔使用的原因，下列敘述何者不合理？
- (A) 生理因素：為了振奮精神，例如大卡車司機熬夜長途開車，需靠檳榔、香菸來提振精神。天冷時嚼檳榔會暖和些。
- (B) 心理因素：因為好奇心、無聊想打發時間或為了抒解壓力或幾次使用後成為自然習慣。
- (C) 家庭因素：家庭型態的改變（例如離婚後的單親家庭）、家長的管教方式和態度及家長本身是否使用菸酒檳榔，皆會影響家中成員對菸酒檳榔的使用。
- (D) 環境因素：大眾傳播媒體的廣告宣傳、政府政策而使用菸酒檳榔。
- (E) 社會因素：為了逃避現今社會科技繁忙的壓力、有膽識、不在乎，使更多的青少年、上班族、知識分子使用菸酒檳榔。
6. 依據國民健康署 2013- 2016 國民營養健康狀況變遷調查結果，下列敘述何者不正確？
- (A) 我國 19~64 歲成人每日平均乳品攝取仍不足建議量 1.5 杯
- (B) 堅果種子仍不足建議量 1 份
- (C) 蔬菜攝取量不足 3 份為 86%，水果攝取量不足 2 份亦為 86%
- (D) 以每日需求熱量 2000 大卡之六大類飲食建議量估算，我國 19~64 歲成人每日平均豆魚蛋肉攝取仍不足建議攝取量 6 份
- (E) 全穀雜糧攝取超過建議攝取量 3 碗

元培醫事科技大學 109 學年度碩士班暨碩士在職專班入學考試  
健康管理學 試題

共 8 頁

准考證號碼

<b>注意事項</b>	試題卷右上角填上准考證號碼，請依題號順序在「答案卷」作答，考完後將「試題」及「答案卷」一併繳回。
-------------	--

7. 依據國民健康署 2013-2016 國民營養健康狀況變遷調查結果，下列敘述何者不正確？

- (A) 顯示國人在攝取六大類食物有極高的比例未達到均衡飲食，如全穀雜糧類
- (B) 據世界衛生組織(WHO)估計，水果及蔬菜攝取不足，造成全球約胃腸道癌症死亡、缺血性心臟病死亡及中風死亡
- (C) 而攝取足量的蔬菜及水果，可以預防如心臟疾病、癌症、糖尿病和肥胖等慢性疾病。
- (D) 調整「蛋」在蛋白質食物來源的順序，由「豆>魚>肉>蛋類」修正為「豆>魚>蛋>肉類」

8. 依照國家發展委員會(2013)・中華民國 2014 年至 2061 年人口推計(請看下圖)，何者敘述不正確：

國別	65 歲以上人口所占比率到達年度 (年)			轉變所需時間 (年)	
	高齡化社會 (7%)	高齡社會 (14%)	超高齡社會 (20%)	7%→14%	14%→20%
中華民國	1993	2018*	2026*	25*	8*
日本	1970	1994	2005	24	11
韓國	1999	2018*	2026*	19*	8*
新加坡	1999	2021*	2031*	22*	10*
香港 <sup>1)</sup>	1984	2013*	2024*	29*	11*

元培醫事科技大學 109 學年度碩士班暨碩士在職專班入學考試

健康管理學 試題

共 8 頁

准考證號碼

<b>注意事項</b>	試題卷右上角填上准考證號碼，請依題號順序在「答案卷」作答，考完後將「試題」及「答案卷」一併繳回。
-------------	--

美國	1942	2014*	2034*	72*	20*
英國	1929	1976	2027*	47	51*
德國	1932	1972	2008	40	36
法國	1864	1991	2020*	127	29*
義大利	1927	1988	2007	61	19
澳洲	1939	2012*	2035*	73*	23*

- (A) 台灣於 2018 年進入高齡社會，老人佔人口數的 14%
- (B) 台灣於 1993 年進入高齡化社會，老人佔人口數的 7%
- (C) 台灣於 1993 年進入超高齡社會，老人佔人口數的 20%
- (D) 台灣由高齡化社會進入高齡社會的速度超過歐美國家
- (E) 台灣由高齡社會進入超高齡社會的速度超過歐美國家

9. 依照台灣長期照顧制度發展脈絡，於 2016 年推出長照十年計畫 2.0 其理念與目的何者不恰當：

- (A) 建立優質、平價、普及的長期照顧服務體系
- (B) 實踐在地老化價值，提供支持家庭。從居家、社區到機構式照顧的多元連續服務
- (C) 維持剩餘功能、減短臥床時間
- (D) 縮短健康餘命及減少醫療資源
- (E) 維持剩餘功能、減短臥床時間

10. 銀髮生活 321 下列敘述何者不正確

- (A) 飲食 3 概念包括: 均衡飲食，食物多樣化、三餐正常，餐餐規律。
- (B) 活動 2 主張 包括: 到戶外走走外、選擇適合自己身體狀況的運動及在家少找機會動動以預防跌倒。

元培醫事科技大學 109 學年度碩士班暨碩士在職專班入學考試  
健康管理學 試題

共 8 頁

准考證號碼

注意事項	試題卷右上角填上准考證號碼，請依題號順序在「答案卷」作答，考完後將「試題」及「答案卷」一併繳回。
------	--

- (C) 心情 1 點靈 包括:常保好心情：做志工、看書、學書法。
- (D) 活動 2 主張 包括:種花、整理環境。
- (E) 飲食 3 概念 包括: 隨時補充水分，每天攝取 6-8 杯水及飲品。
11. 何者為公共衛生三段五級初段之特殊保護 (A)提昇生活水準(B)增進衛生教育(C)接受預防接種(D)加強營養補充。
12. 健康管理的觀念中最熟為人知的公共衛生三段五級，不包含 (A)復健 (B)早期診斷/適當治療(C)限制殘障(D)安全與衛生。
13. 社區健康營造的最大目的不包括是(A)興建大樓 (B)全民健康(C)健康文化 (D)活絡社區。
14. 下列何者不屬於健康管理的範圍(A)良好睡眠(B)注重營養治療(C)體重管理 (D)疾病治療。
15. 中壯年的健康管理主題不包括(A)癌症篩檢(B)菸害防制(C)自殺防治(D)預防針注射。
16. 以下何者是運動傷害的預防(A)熱身活動(B)伸展活動(C)使用運動護具(D)以上皆是。
17. 預防醫學中的三段五級，預防注射屬於哪個分期？(A)促進健康(B)特殊保護 (C)早期診斷和適當治療(D)限制殘障。

元培醫事科技大學 109 學年度碩士班暨碩士在職專班入學考試  
健康管理學 試題

共 8 頁

准考證號碼

注意事項	試題卷右上角填上准考證號碼，請依題號順序在「答案卷」作答，考完後將「試題」及「答案卷」一併繳回。
------	--

18. 依世界衛生組織定義，下列何者不是健康照護體系之目標？(A)增進健康(B)回應民眾需求 (C)提供最先進的醫療技術(D)提供疾病風險財務保障。

19. 健康信念模式通常是用來說明(A)家庭(B)學校(C)個人(D)社會為何會採取預防性健康行為的理論。

20. 社會健康的範疇包括(1)有能力發揮潛能(2)維持獨立自主生活(3)有能力參與社交活動(4)以上皆是。

簡答題：(10%)

1. 世界衛生組織對健康促進學校(Health promoting school)的定義是？