



ข้อสอบกลางภาค ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๔ มัธยมศึกษาปีที่ ๓

รายวิชา สุขศึกษา พ๒๓๑๐๒ โรงเรียนสนธิราษฎร์วิทยา อำเภอสว่างศรีนคร จังหวัดนครพนม

ข้อสอบตอนที่ ๑ คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย(X)กากบาทในช่องที่เลือกคำตอบที่ถูกต้อง ลงในกระดาษคำตอบ

1. ข้อใดเป็นการป้องกันโรคที่นักเรียนควรปฏิบัติ ก. ออกกำลังกายเป็นประจำ ข. กินยาป้องกันเมื่อมีโรคระบาด ค. นอนรวมกันหลายๆ ยุงจะได้ไม่กัด ง. ทำงานหนักมากๆ ร่างกายจะได้แข็งแรง 2. วิธีการใดสามารถป้องกันโรคติดต่อได้ ก. พักผ่อนให้เพียงพอ ข. กินอาหารที่มีประโยชน์ ค. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ง. รักษาสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรงอยู่เสมอ 3. โรคติดต่อนี้มักจะเป็นกับบุคคลใดได้ง่ายที่สุด ก. คนเข้มแข็ง ข. คนอ่อนแอ ค. คนอ่อนโยน ง. คนอ่อนหวาน 4. โรคเอดส์เป็นโรคที่เกิดจากเชื้อโรคชนิดใด ก. เชื้อรา ข. เชื้อปรสิต ค. เชื้อไวรัส ง. เชื้อแบคทีเรีย 5. โรคไข้หวัดนกที่เกิดในประเทศไทยเป็นไวรัสชนิดใด ก. ชนิดรุนแรงน้อย ข. ชนิดรุนแรงมาก ค. ชนิดรุนแรงปานกลาง ง. ชนิดที่ไม่ติดต่อถึงกัน 6. โรคมะเร็งเกิดจากส่วนประกอบใดของร่างกายผิดปกติ ก. เนื้อเยื่อ ข. น้ำเหลือง ค. เม็ดเลือด ง. กล้ามเนื้อ 7. ผู้ป่วยความดันโลหิตสูงไม่ควรปฏิบัติตามข้อใด ก. สูบบุหรี่ ข. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ ค. ลดปริมาณไขมันรวมในมื้ออาหาร ง. ลดการรับประทานอาหารที่เค็มจัด	8. ข้อใดไม่ใช่การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ก. ไม่สวมเสื้อมาร่วมกับผู้อื่น ข. รักษาความสะอาดของเสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม ค. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ง. สวมถุงยางอนามัยเมื่อร่วมประเวณีกับหญิงขายบริการ 9. โรคเบาหวานเป็นโรคที่เกิดจากความผิดปกติของอวัยวะส่วนใด ก. ไต ข. ตับ ค. ม้าม ง. ตับอ่อน 10. สิ่งสำคัญที่สุดในการควบคุมและป้องกันโรคคือข้อใด ก. ความร่วมมือระหว่างหน่วยงานของรัฐและเอกชน ข. การให้บริการสุขภาพจากหน่วยงานของรัฐและเอกชน ค. การวางแผนการดำเนินงานการบริการสุขภาพที่ชัดเจนของรัฐ ความร่วมมือร่วมใจและการสนับสนุนอย่างจริงจังระหว่างประชาชน และหน่วยงานของรัฐและเอกชน 11. การส่งเสริมสุขภาพมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของนักเรียนอย่างไร ก. มีการดูแลสุขภาพมากยิ่งขึ้น ข. มีสุขภาพที่ดี ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย ค. ไม่สามารถดูแลสุขภาพของตัวเองได้ ง. มีสุขภาพร่างกาย จิตใจ สังคม และสติดี 12. สถาบันใดที่เริ่มให้บริการพยาบาลอนามัยชุมชนเป็นครั้งแรกในประเทศไทย ก. สภากาชาดไทย ข. เทศบาลนครกรุงเทพ ค. กระทรวงสาธารณสุข ง. คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล 13. ข้อใดมีผลโดยตรงต่อสุขภาพทางด้านคุณค่าของการวางแผนดูแลสุขภาพในชุมชน ก. ช่วยสร้างความเข้มแข็ง และมั่นคง ข. ช่วยลดภาระและประหยัดทรัพยากร ค. ช่วยพยากรณ์อนาคตเกี่ยวกับภาวะสุขภาพ ง. ช่วยลดภาวะการเจ็บป่วย พิการ และเสียชีวิต
--	---

14. ถ้านักเรียนต้องการข้อมูลด้านสุขภาพของชุมชน จะเลือกใช้วิธีการใด ก. สอบถามข้อมูลจากอาสาสมัคร ข. จัดคลินิกตรวจโรคทั่วไปร่วมกับการใช้แบบสอบถาม ค. ศึกษาสถิติการเจ็บป่วยของประชาชนและการใช้บริการสุขภาพ ง. ศึกษาอัตราการป่วยและการตายของประชากรร่วมกับการใช้แบบสอบถาม 15. ข้อใดไม่ใช่แนวคิดของคำว่า สุขภาพ ก. การมีสุขภาพร่างกายจิตใจและสังคมดี ข. การมีสุขภาพร่างกายและจิตใจสมบูรณ์ ค. ภาวะปราศจากโรคภัยไข้เจ็บของร่างกาย ง. การมีภาวะสุขภาพสมดุลระหว่างร่างกายจิตใจและสังคม 16. เพราะเหตุใด เมื่อเกิดปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพในชุมชน จึงต้องมีการรวบรวมข้อมูลของปัญหาก่อนทุกครั้ง ก. ข้อมูลของปัญหาคือการชี้ทางแก้ปัญหา ข. สาเหตุของปัญหาคือตัวกำเนิดของปัญหา ค. การแก้ปัญหาโดยไม่รู้สาเหตุจะทำให้มีปัญหามากขึ้น ง. การแก้ปัญหาได้ตรงประเด็นต้องใช้สาเหตุของปัญหานั้นมาเป็นแนวทาง 17. เป้าหมายและหลักการของการส่งเสริมสุขภาพในชุมชน คือข้อใด ก. การป้องกันและควบคุม ข. การฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้ป่วย ค. การส่งเสริมและการป้องกันโรค ง. การใช้การรักษาพยาบาลตามแผนการรักษา	18. เพราะเหตุใด ในการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสัมภาษณ์ จึงให้รายละเอียดข้อมูลได้ตรงตามเป้าหมาย ก. มีการทดสอบก่อนนำไปใช้จริง ข. มีเนื้อหาที่ตรงกับวัตถุประสงค์ ค. ภาษาที่ใช้มีความชัดเจน เข้าใจง่าย ง. ได้รับการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญก่อนนำไปใช้ 19. ข้อใดไม่ใช่พฤติกรรมด้านส่งเสริมสุขภาพ ก. ออกกำลังกาย ข. ควบคุมน้ำหนักโดยลดปริมาณอาหาร ค. ควบคุมน้ำหนักโดยใช้ยาลดความอ้วน ง. พบแพทย์เพื่อตรวจเช็คร่างกายอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง 20. ถ้านักเรียนเป็นหัวหน้าฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ จะจัดการฝึกอบรมเจ้าหน้าที่ในฝ่าย จะเริ่มดำเนินงานขั้นตอนใดก่อน ก. ศึกษาหาความรู้และค้นคว้าข้อมูล ข. เขียนโครงการและขออนุมัติเงินสนับสนุน ค. ดำเนินการอบรมแก่เจ้าหน้าที่ในด้านวิชาการ ง. รวบรวมข้อมูลและหาปัญหาความต้องการในการฝึกอบรม
--	---

๑๑๑๑๑๑๑๑๑๑benjawan5918๑๑๑๑๑๑๑๑๑๑