



ข้อสอบปลายภาค ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๔ มัธยมศึกษาปีที่ ๓

รายวิชา สุขศึกษา พ๒๓๑๐๒ โรงเรียนสนธิราชบุรีวิทยา อำเภอศรีสงคราม จังหวัดนครพนม

ข้อสอบตอนที่ ๑ คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย(X)กากบาทในช่องที่เลือกคำตอบที่ถูกต้อง ลงในกระดาษคำตอบ

1. ข้อใดเป็นสาเหตุของปัญหาความรุนแรงในครอบครัว ก. พ่อแม่มีเวลาอยู่กับลูก ข. พ่อแม่ทำงานนอกบ้าน ค. พ่อแม่มีลูกคนเดียว ง. พ่อแม่ไม่สั่งสอน 2. พฤติกรรมการรับประทานอาหารต่อไปนี้มีความเสี่ยงต่อสุขภาพ ยกเว้นข้อใด ก. การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ข. การรับประทานอาหารที่มีสารพิษเจือปน ค. การรับประทานอาหารหมักดอง ง. การรับประทานอาหารสุกๆ ดิบๆ 3. การจัดการกับความโกรธ สามารถทำได้โดยวิธีใด ก. แสดงออกด้วยอาการที่ก้าวร้าว ข. พิจารณาสาเหตุของปัญหา ค. มีความละเอียดที่รู้สึกโกรธ ง. ตำหนิตัวเอง 4. สิ่งแวดล้อมที่ดีมีผลต่อสุขภาพอย่างไร ก. แข็งแรงสมบูรณ์ ข. ร่างกายผอมซีด ค. ป่วยบ่อย ง. ซึมเศร้า 5. “คนร้ายจับตัวประกันเพื่อแลกค่ารถกลับบ้านที่อีสาน”ปัญหาความรุนแรงดังกล่าว เกิดจากสาเหตุใด ก. ความบกพร่องทางพันธุกรรม ข. การรับค่านิยมที่ผิดๆ ค. โรคประสาทหลอน ง. ความยากจน 6. การแก้ไขพฤติกรรมกรรมการรับประทานอาหารที่ถูกต้องควรทำอย่างไร ก. ควบคุมการโฆษณาที่ชวนเชื่อ ข. เพิ่มบทลงโทษผู้ที่กระทำความผิด ค. แก้ไขค่านิยมทางสังคม ง. ให้ความรู้ที่ถูกต้อง 7. การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงในข้อใดเหมาะสมที่สุด ก. คบเพื่อนที่มีความประพฤติดีและอยู่ในทำนองคลองธรรม ข. ไปเที่ยวในสถานที่ที่มีคนเยอะเพราะทำให้รู้สึกคึกคัก ค. ไปไหนกับเพื่อนๆ เป็นกลุ่มใหญ่เสมอ ง. นัดเพื่อนไปดื่มเหล้าในติกร้าง	8. เพราะเหตุใด ผู้ที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จึงไม่ควรขับรถ ก. มีเงินเหลือไม่พอจ่ายค่าน้ำมันรถ ข. ความสามารถในการขับช้าลง ค. จำทางกลับบ้านไม่ได้ ง. สติปัญญาเสื่อม 9. ข้อใดเป็นอันตรายร้ายแรงที่สุดของการติดสารเสพติด ก. ถูกตำรวจจับ ข. สมอเสื่อม ค. เสียชีวิต ง. พิกุล 10. ข้อใดไม่ใช่ผลเสียของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ก. สิ้นเปลืองเงิน ข. เป็นโรคมะเร็ง ค. สมอมีนง ง. ผิดศีลข้อ 5 11. การจัดทำผู้ป่วยเพื่อช่วยฟื้นคืนชีพ ควรจัดให้อยู่ในท่าใด ก. นอนหงายราบปลายเท้าสูง ข. นอนหงายราบบนพื้นแข็ง ค. นอนหงายราบบนพื้นนุ่ม ง. นอนหงายราบศีรษะต่ำ 12. ถ้าเด็กเล็กกลืนเศษวัสดุ หรือของเล่นลงคอ จะช่วยฟื้นคืนชีพอย่างไร ก. ให้ดื่บหลังเด็กแรงๆ 3 ครั้ง หากไม่หลุดออกให้ทำให้อาเจียน ข. จับเท้าเด็กทั้งสองข้าง ห้อยศีรษะลง แล้วดื่บหลังเพื่อให้สำลักและไอออกมา ค. ใช้มือล้วงคอให้ลึกที่สุดเพื่อยับเศษวัสดุออกมา ง. ให้น้ำกลั้วคอเพื่ออาเจียนเศษวัสดุออกมา 13. การช่วยฟื้นคืนชีพในสถานการณ์ใด ที่ต้องอาศัยการปลอบโยนเพื่อให้รู้สึกผ่อนคลาย ก. ผู้ป่วยที่มีอาการหัวใจวาย ข. ผู้ป่วยที่ถูกไฟฟ้าช็อต ค. ผู้ป่วยที่สำลักควันไฟ ง. ผู้ป่วยที่จมน้ำ 14. อาการเจ็บหน้าอกอย่างแรง และปวดร้าวแถบไหล่ซ้าย เป็นอาการของคนป่วยใด ก. อัมพาต ข. หัวใจวาย ค. เบาหวาน ง. ความดันโลหิตสูง
--	---

15. ข้อใดไม่ใช่ลักษณะของผู้ป่วยที่หัวใจหยุดทำงาน ก. รูม่านตาขยาย หรือมีอาการชัก ข. คลำชีพจรข้างๆ ลำคอได้ ค. ฟังเสียงหัวใจไม่ได้ ง. ตัวซีดและเขียว 16. หลักการช่วยฟื้นคืนชีพ จะต้องปฏิบัติสิ่งใดเป็นอันดับแรก ก. เปิดทางเดินหายใจ ข. ช่วยหายใจ ค. ผายปอด ง. นวดหัวใจ 17. วิธีการประเมินการหายใจของผู้ป่วยโดยวิธี ดู ฟัง ฟัง แก้มสัมผัส คำว่า ดูฟัง คือการปฏิบัติอย่างไร ก. การฟังเสียงขอความช่วยเหลือจากผู้ป่วย ข. การสัมผัสลมหายใจบริเวณจมูกและปากของผู้ป่วย ค. การฟังเสียงลมหายใจบริเวณจมูกและปากของผู้ป่วย ง. การสังเกตการเคลื่อนไหวของทรวงอกของผู้ป่วย 18. การช่วยหายใจ แบบปากต่อจมูก (Mouth to Nose) เหมาะสำหรับผู้ป่วยในข้อใด ก. ผู้ป่วยที่มีอาการบาดเจ็บในปาก หรือในเด็กเล็ก ข. ผู้ป่วยที่มีอาการบาดเจ็บน้อย ค. ผู้ป่วยที่เป็นผู้สูงอายุ ง. ผู้ป่วยที่หายใจเองได้	19. ถ้าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น จะต้องได้รับการช่วยเหลือในเวลาเท่าใด ก. ไม่ควรให้เกิน 10 นาที หลังหัวใจหยุดเต้น ข. ไม่ควรให้เกิน 7 นาที หลังหัวใจหยุดเต้น ค. หลังจากหัวใจหยุดเต้น 5 นาที ง. ภายในเวลา 5 นาที 20. เพราะเหตุใด จึงไม่ควรคลำชีพจรด้วยนิ้วหัวแม่มือ ก. เพราะเส้นเลือดที่นิ้วหัวแม่มือมีน้อย รับความรู้สึกได้ช้า ข. เพราะนิ้วหัวแม่มือมีผิวสัมผัสที่หยาบ รับความรู้สึกได้น้อย ค. เพราะนิ้วหัวแม่มือมีขนาดใหญ่ ไม่เหมาะในการจับชีพจรในส่วนที่แคบๆ ง. เพราะเส้นเลือดที่นิ้วหัวแม่มือเต้นแรง อาจทำให้สับสนกับชีพจรของตนเองได้
---	---

๑๑๑๑๑๑๑๑๑benjawan5918๑๑๑๑๑๑๑๑๑