

ชื่อ.....ชั้น 6/.....เลขที่.....

ข้อใดไม่ได้กล่าวถึงเกี่ยวกับสมุนไพรในข้อความต่อไปนี้

การอบสมุนไพรเป็นวิธีบำบัดและรักษาสุขภาพตามหลักของการแพทย์แผนไทย โดยใช้สมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหย สมุนไพรที่ใช้รักษาตามอาการ และสมุนไพรที่มีรสเปรี้ยวมาต้มรวมกันในหม้อจนเดือด แล้วต่อท่อเข้าไปในกระโจม น้ำมันหอมระเหยและสารระเหยต่าง ๆ ซึ่งมีอยู่ในสมุนไพรจะออกมาสัมผัสผิวหนังทำให้มีผลเฉพาะที่ และเมื่อสูดดมเข้าไปจะมีผลต่อระบบทางเดินหายใจ การรักษาด้วยการอบสมุนไพรช่วยเพิ่มการไหลเวียนของโลหิตให้ดีขึ้น และขับของเสียออกจากร่างกาย

๑. วิธีใช้
๒. ประเภท
๓. ปริมาณที่ใช้
๔. ประโยชน์ของการอบ
๕. อุปกรณ์ที่ใช้ในการอบ

ข้อใดไม่สอดคล้องกับข้อความต่อไปนี้

วิตามินดีช่วยสร้างความทนทานให้กระดูกไม่แตกหักง่าย นอกจากนั้นยังช่วยชะลอวัยของผิวหนังได้อีกด้วย มีการศึกษาพบว่าระดับวิตามินดีต่ำเกี่ยวข้องกับ การบวมหรือความหย่อนยาน การมีริ้วรอยบนขนยาย และการเกิดซีสต์บนผิวหนัง ดังนั้นวิตามินดีจึงเป็นตัวช่วยสำคัญในการสร้างผิวหนัง และกล้ามเนื้อให้แข็งแรง และควบคุมให้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างเหมาะสมตามวัย

๑. ผู้ได้รับวิตามินดีเป็นประจำจะทำให้กระดูกแข็งแรง
๒. ถ้าร่างกายขาดวิตามินดี กล้ามเนื้อจะเสื่อมสภาพเร็ว
๓. ผิวพรรณที่ผุดผ่องเป็นผลจากการได้รับวิตามินดีพอเพียง
๔. หากร่างกายมีระดับวิตามินดีต่ำจะทำให้เกิดการบวมและมีซีสต์บนผิวหนัง
๕. วิตามินดีมีความจำเป็นต่อร่างกาย ทำให้ผิวพรรณสวยงามเสมอแม้ในวัยชรา

ข้อใดสอดคล้องกับข้อความต่อไปนี้

อาการขาดสุราเฉียบพลันหรือภาวะถอนพิษสุราเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของสารเคมีในระบบประสาทส่วนกลาง จะเกิดในผู้ที่หยุดดื่มสุราหรือลดการดื่มลงอย่างกะทันหันหลังจากเคยดื่มอย่างหนักติดต่อกันเป็นเวลานาน หรือดื่มสุราประมาณ ๐.๕ ลิตร ติดต่อกัน ๒ – ๓ สัปดาห์ ภาวะถอนพิษสุรามักเกิดขึ้นหลังจากหยุดดื่มประมาณ ๖ – ๘ ชั่วโมง หรืออาจนานถึง ๒ – ๓ วัน เสียทีเดียว ผู้ป่วยมักมีอาการวิตกกังวล กลั่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย หากมีอาการหนักขึ้นถึงขั้นชัก หรือเกิดประสาทหลอน ควรรีบไปพบแพทย์ทันที เพราะอาจเป็นอันตรายถึงชีวิต

๑. ผู้ที่ดื่มสุราเป็นประจำจะเกิดอาการขาดสุราเฉียบพลัน
๒. ผู้ที่ต้องการถอนพิษสุราจำเป็นต้องพบแพทย์อย่างรีบด่วน
๓. ผู้ที่หยุดดื่มสุราอย่างกะทันหันต้องมีอาการชักและประสาทหลอน
๔. ผู้ที่ดื่มสุราอย่างหนักทุกวันแล้วเลิกทันที อาจมีผลรุนแรงต่อสุขภาพ
๕. อาการขาดสุราเฉียบพลันจะปรากฏทันทีหลังจากผู้ที่เคยดื่มอย่างหนักลดการดื่มกะทันหัน

ผู้เขียนประทับใจกับเรื่องใดเป็นสำคัญ

หลายคนที่ยินผักผลไม้เป็นประจำรู้สึกกังวล เพราะเกรงว่าต้องกินยาฆ่าแมลงเข้าไปด้วย ปัญหานี้กำลังจะหมดไป ผลิตภัณฑ์ใหม่ ฟิตซ์ ใช้ล้างผักผลไม้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะสามารถทำลายโมเลกุลของยาฆ่าแมลงที่ตกค้างให้สลายตัวกลายเป็นสารไร้พิษซึ่งเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมด้วย ข่าวดีที่ต้องประกาศให้ชาวไทยรู้ทั่วกัน คือฟิตซ์เพิ่งได้รับรางวัลเหรียญทองประเภทนวัตกรรมในระดับโลกเมื่อเดือนที่แล้ว

๑. ความฉลาดของผู้คิดค้นในเรื่องการทำลายโมเลกุลของผักผลไม้
๒. ความหมดกังวลของคนที่ชอบกินผักผลไม้เพราะมีฟิตซ์มาช่วยจัดการพิษ
๓. ผลิตภัณฑ์ของไทยที่มีการคิดค้นใหม่และมีคุณค่าถึงขนาดที่ชนะการประกวดระดับโลก
๔. ศักยภาพของฟิตซ์ที่สามารถเปลี่ยนพิษในยาฆ่าแมลงในผักผลไม้ให้เป็นสารปลอดภัย
๕. ความแปลกใหม่ของสารที่เกิดจากการทำลายพิษซึ่งสามารถเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

ข้อใดไม่ใช่ปัจจัยสนับสนุนข้อความต่อไปนี้

วัฒนธรรมการดื่มชาในประเทศญี่ปุ่นเริ่มต้นจากการดื่มเพื่อเข้าสังคมของพวกนักรบและพ่อค้า ต่อมาได้รับอิทธิพลจากหลักปรัชญาของนิกายเซนจนพัฒนามาเป็นพิธีที่เป็นระบบ เห็นได้จากการชำระร่างกายก่อนเข้าพิธี หรือการเจริญสติในทุกอากัปกิริยา ห้องชงชาเป็นห้องโล่ง ประดับเพียงแจกันดอกไม้แบบญี่ปุ่นหรือภาพแขวนบนผนังเท่านั้น พิธีชงชาจึงเป็นการผสมผสานระหว่างการพบปะทางสังคม พิธีทางศาสนา และสุนทรียภาพเข้าด้วยกัน

๑. นักรบเป็นชนชั้นที่ควบคุมวัฒนธรรมการดื่มชา
๒. จุดเริ่มต้นของการดื่มชาจากการพบปะสังสรรค์
๓. นิกายเซนมีอิทธิพลอย่างสูงต่อการประกอบพิธีชงชา
๔. ขั้นตอนของพิธีชงชาแฝงไว้ด้วยหลักคำสอนทางศาสนา
๕. ความเรียบง่ายของการจัดสถานที่มีความสำคัญในพิธีชงชา

ส่วนใดเป็นใจความสำคัญของข้อความต่อไปนี้

๑) รอบตัวเรามีวัตถุทรงกลมอยู่มากมาย / ๒) เมื่อวัตถุทรงกลมถูกบีบเข้าหากันจะเปลี่ยนเป็นรูปทรงหกเหลี่ยมทันที / ๓) เช่น หากเราใช้หลอดกาแฟเป่าฟองอากาศเล็กๆ ที่อยู่ในแก้วนม / ๔) ให้สังเกตดูว่าฟองอากาศมีลักษณะเหมือนลูกบอลรูปทรงหกเหลี่ยมหรือไม่ / ๕) หรือลองสังเกตดูฟองอากาศของน้ำยาล้างจานหรือแชมพูอาบน้ำก็ได้

๑. ส่วนที่ ๑
๒. ส่วนที่ ๒
๓. ส่วนที่ ๓
๔. ส่วนที่ ๔
๕. ส่วนที่ ๕

ข้อใดเป็นประเด็นสำคัญของข้อความต่อไปนี้

การระบาดของไวรัสโควิด-๑๙ ส่งผลกระทบต่อภาระค่าใช้จ่ายของผู้คนจำนวนมาก การที่คนบางส่วนต้องทำงานที่บ้านเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ ทำให้บ้านไม่ใช่ที่อยู่อาศัย เพียงอย่างเดียวอีกต่อไป แต่กลายเป็นที่ทำงาน ที่ออกกำลังกาย และที่ประกอบอาหาร เพิ่มมากขึ้น การใช้ไฟฟ้าในบ้านจึงสูงขึ้นตามไปด้วย การติดตั้งโซลาร์เซลล์บนหลังคา จึงเป็นทางหนึ่งที่จะช่วยให้มีพลังงานจากแสงอาทิตย์มาใช้เพื่อลดค่าใช้จ่าย

๑. รายจ่ายที่เพิ่มขึ้นของผู้บริโภคเมื่อต้องทำงานที่บ้าน
๒. การดำเนินชีวิตวิถีใหม่หลังจากสถานการณ์โควิด-๑๙
๓. ความเปลี่ยนแปลงรูปแบบในการทำงานเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ
๔. การใช้พลังงานแสงอาทิตย์เพื่อลดค่าไฟฟ้าในบ้านช่วงการระบาดของโควิด-๑๙
๕. บทบาทที่เปลี่ยนไปของที่อยู่อาศัยเมื่อทุกคนต้องอยู่บ้านเพื่อลดความเสี่ยงการติดโรค

ข้อใดสรุปความได้ถูกต้อง

โภชนาการสำคัญที่ส่งเสริมการเจริญเติบโตของเด็กวัย ๑ - ๓ ขวบ คืออาหารกลุ่มพลังงาน ได้แก่ โปรตีน คาร์โบไฮเดรต และไขมัน การจัดเตรียมอาหารให้เด็กวัยนี้จึงต้องเน้นวัตถุดิบที่มีสารอาหารครบ ๕ หมู่ ในปริมาณที่เหมาะสม ช่วงวัยนี้หากได้รับโปรตีนมากเกินไป จะทำงานหนักและส่งผลให้มีโอกาสเติบโตเป็นคนอ้วน มีภาวะเสี่ยงที่จะเป็นโรคไม่ติดต่อในระยะยาว เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง และโรคหัวใจ หรือหากได้รับโปรตีนน้อยเกินไปก็อาจส่งผลให้เป็นเด็กแคระแกร็นได้

๑. ปริมาณอาหารโปรตีนสำหรับเด็กวัยทารกมีความสำคัญมากกว่าอาหารกลุ่มอื่น
๒. อาหารกลุ่มพลังงานจำเป็นสำหรับเด็กวัยทารกเพราะจะช่วยส่งเสริมการเจริญเติบโต
๓. โภชนาการที่ดีสำหรับเด็กที่กำลังเติบโตต้องเป็นอาหารที่มีคุณค่าเพื่อให้เด็กเจริญวัยได้อย่างสมบูรณ์
๔. เด็กวัย ๑ - ๓ ขวบ ต้องได้รับอาหารครบทุกหมู่โดยเฉพาะโปรตีนต้องไม่มากหรือน้อยเกินไปเพราะอาจเป็นผลเสียต่อสุขภาพในระยะยาว
๕. อาหารประเภทโปรตีนมีประโยชน์ต่อการเจริญเติบโตของเด็กวัย ๑ - ๓ ขวบ แต่ก็อาจทำให้เกิดโรค เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจ ฯลฯ

ข้อใดเป็นจุดประสงค์ของผู้เขียนข้อความต่อไปนี้

ปัจจุบันชาวไทยตื่นตัวในคุณค่าของสัตว์และมีความนิยมเกี่ยวกับสัตว์เปลี่ยนไปในทางดีขึ้น ทำให้นโยบายของรัฐพลอยเปลี่ยนแปลงไปด้วย เช่น ไม่มีการฆ่าสุนัขจรจัด วันละหลายร้อยตัว ลดประชากรสุนัขโดยวิธีทำหมัน ฉีดยาแก้พิษสุนัขบ้า ไม่ฆ่าสัตว์ป่าอันตราย เช่น ช้าง เสือ จระเข้ แต่ใช้วิธียิงด้วยยาสลบแล้วนำไปปล่อยคืนสู่ธรรมชาติในที่ที่เหมาะสม เพื่อไม่ให้เป็นอันตรายต่อผู้อื่น

๑. ปกป้องชีวิตสัตว์ที่ไม่มีเจ้าของ
๒. สนับสนุนวิธีการจัดการประชากรสัตว์ที่มีมากเกินไป
๓. ชี้แจงสถานการณ์การควบคุมจำนวนสุนัขจรจัด
๔. บอกเล่าว่าสังคมไทยเห็นคุณค่าของสัตว์มากขึ้น
๕. ชื่นชมการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่รัฐที่ไม่ทำร้ายสัตว์

ข้อใดเป็นจุดประสงค์ของผู้เขียนข้อความต่อไปนี้

ประเทศไทยมีพื้นที่ทางทะเลมากกว่า ๓๒๐,๐๐๐ ตร.กม. แบ่งเป็นฝั่งตะวันออกและตะวันตก รวมถึงส่วนเหนือของช่องแคบมะละกา ปัจจุบันมีกลุ่มคนต่าง ๆ ใช้ประโยชน์ทางทะเลเพิ่มขึ้น แต่ยังไม่มีการดำเนินการวางแผนเชิงพื้นที่ทางทะเลในภาพรวมทั้งประเทศ โครงการการพัฒนาแผนที่เขตแดนทางทะเลระหว่างจังหวัดชายทะเลจึงเกิดขึ้น เพื่อช่วยจัดการเขตพื้นที่ความรับผิดชอบของจังหวัดชายฝั่งทะเล ซึ่งจะนำไปสู่การวางแผนการใช้ประโยชน์ทางทะเลอย่างยั่งยืน ทำให้เกิดความสมดุลในทุกมิติรวมถึงวิถีชีวิตผู้คน

๑. ชี้ให้เห็นความสัมพันธ์ของพื้นที่ทางทะเลกับวิถีชีวิตผู้คน
๒. ชี้แจงสถานการณ์การใช้ประโยชน์ทางทะเลของประเทศไทยปัจจุบัน
๓. ให้ข้อมูลพื้นที่ทางทะเลของประเทศไทยที่คนกลุ่มต่าง ๆ ใช้ประโยชน์
๔. บอกที่มาและเป้าหมายของโครงการจัดทำแผนที่เขตจังหวัดทางทะเล
๕. กระตุ้นให้ตระหนักถึงความสำคัญของการวางแผนการใช้ประโยชน์ทางทะเล

ข้อใดเป็นเจตนาของผู้เขียนข้อความต่อไปนี้

หลายคนรู้สึกไม่ดีกับรูปร่างหน้าตาของตัวเอง เมื่อเห็นคนที่สวยกว่า คิดว่า
ก็มักจะเกิดปมในใจ กลายเป็นคนไม่มั่นใจ เราควรรักตัวเอง เปลี่ยนความคิดทางลบ
ให้เป็นพลังบวก จำไว้ว่าทุกคนมีความพิเศษอยู่ในตัวเอง ไม่มีใครที่สมบูรณ์แบบ
ไปทุกอย่าง แล้วเราก็จะมีความสุขอย่างที่เราเป็น

๑. สอน
๒. ตำหนิ
๓. บอกกล่าว
๔. เปรียบเทียบ
๕. ประชดประชัน

ข้อใดไม่อาจอนุมานได้จากข้อความต่อไปนี้

แปะก๊วยเป็นสมุนไพรจีนโบราณ นิยมนำใบแปะก๊วยมาสกัดด้วยตัวทำละลาย
จะได้สารสกัดไบโอฟลาโวนอยด์ (Bioflavonoids) ช่วยต้านอนุมูลอิสระในร่างกาย
ป้องกันการก่อมะเร็ง ช่วยให้ประสาทตาสามารถมองเห็นภาพได้เป็นปกติ เห็นสี
ชัดเจน ในผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานช่วยป้องกันอาการเบาหวานขึ้นตา นอกจากนี้
ยังป้องกันการจอประสาทตาเสื่อมที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ

๑. คนจีนนำใบแปะก๊วยมาสกัดเป็นยา
๒. สารสกัดจากใบแปะก๊วยใช้ได้ผลดีเฉพาะผู้สูงอายุ
๓. สรรพคุณของใบแปะก๊วยคือช่วยป้องกันโรคบางโรค
๔. สารต้านอนุมูลอิสระในใบแปะก๊วยมีคุณสมบัติสูง
๕. ใบแปะก๊วยเป็นสมุนไพรที่ช่วยแก้ปัญหาเกี่ยวกับดวงตาได้

ข้อใดมีความหมายตรงกับคำที่ขีดเส้นใต้ในข้อความต่อไปนี้

การวิ่งมาราธอนช่วยฝึกวินัย แก้นิสัยผัดวันประกันพรุ่ง ถ้าตื่นขึ้นมาฝึกฝนทุกเช้า ได้สักอาทิตย์ ต่อไปก็จะวิ่งได้ดีขึ้น นักวิ่งมาราธอนคนหนึ่งกล่าวว่าการออกกำลังกายไม่เคยทรยศใคร ทำมากได้มาก ทำน้อยได้น้อย หากเราควบคุมตัวเองได้ ผลลัพธ์ก็คุ้มค่า

๑. ทำให้กังวล
๒. ทำให้ท้อแท้
๓. ทำให้ผิดหวัง
๔. ทำให้เสียเวลา
๕. ทำให้หวาดกลัว

ข้อใดไม่อาจอนุมานได้จากข้อความต่อไปนี้

ศิลปะบำบัดเป็นการนำกระบวนการทางศิลปะมาประยุกต์ใช้เพื่อสร้างความรู้สึกลึกซึ้งผ่อนคลายและฝึกสมาธิ เหมาะสำหรับเด็กที่มีอาการสมาธิสั้น เพราะช่วยให้เด็กจดจ่ออยู่กับการเคลื่อนไหวขณะระบายสี หรือออกแรงปั่นดิน ต่างกับการติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เด็กรับข้อมูลอย่างรวดเร็วซึ่งอาจทำให้เป็นเด็กสมาธิสั้น นอกจากนี้ยังเหมาะกับเด็กที่ไม่กล้าแสดงออก เพราะศิลปะบำบัดส่งเสริมกระบวนการฝึกให้เด็กทำมากกว่าพิจารณาจากความงามของภาพหรือรูปปั้น ปัจจุบันประเทศไทยยังต้องพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมผู้เชี่ยวชาญด้านศิลปะบำบัดให้เพียงพอต่อความต้องการ

๑. เทคโนโลยีสมัยใหม่มีผลกระทบต่อสมาธิของเด็ก
๒. ศิลปะบำบัดเน้นการปฏิบัติมากกว่าการแข่งขันผลงาน
๓. นักวิชาชีพด้านศิลปะบำบัดในประเทศไทยยังมีอยู่จำกัด
๔. ศิลปะบำบัดเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการรักษาอาการสมาธิสั้นในเด็ก
๕. เด็กที่ขาดความมั่นใจในตัวเองสามารถใช้ศิลปะเพิ่มความกล้าได้