中六健康管理與社會關懷練習卷：健康信念模式與三級預防、發病率與標準化死亡比、BMI 與能量平衡、壓力反應與精神健康篩查、長期照顧服務連續體、成本效益、群體免疫與環境健康（100 分）

年級：中六　｜　科目：健康管理與社會關懷　｜　時限：75 分鐘　｜　總分：100 分　｜　題數：24　｜　題目版

A 部：健康概念與健康促進（16 分）

每題須寫出概念名稱並舉例說明；只寫名稱不給例子不給分。

#	題目	分數
1	列出健康信念模式中影響個人採取預防行為的四個主要因素，並各舉一個中六學生接種流感疫苗的例子。	4
2	說明疾病的三級預防，並就每一級各舉一個與中六學生有關的例子。	4
3	列舉《渥太華憲章》健康促進的五個行動範疇，並就其中兩個說明學校可如何推行。	4
4	某社區人口 25 000 人，介入前有吸煙者 5 000 人，兩年後降至 4 000 人。（a）計算介入前後的吸煙率；（b）計算吸煙率的相對下降百分比（答案保留一位小數）。	4

B 部：流行病學與數據應用（16 分）

計算題須列出公式、代入數字及單位；答案須註明每千人或每十萬人。

#	題目	分數
5	某區一年內錄得 300 宗新症，該區年中人口 15 000 人。計算發病率，並說明為何流行病學較常用人年作分母。	4
6	某城市人口 60 000 人，全年死亡 120 人。（a）計算粗死亡率；（b）說明為何比較兩個城市時應改用年齡標準化死亡率。	4
7	一項篩查測試用於 1 000 人：真正有病者 200 人中有 180 人呈陽性；沒有病者 800 人中有 760 人呈陰性。計算靈敏度與特異度，並指出高靈敏度測試在公共衞生上的用途。	4
8	某醫院某手術的預期死亡人數為 50 人，實際死亡 65 人。計算標準化死亡比（SMR），並解釋數值高於 100 是否一定代表醫療質素差。	4

C 部：營養、體重與生活方式（17 分）

計算題保留一位小數，並須按香港適用的分類標準作判斷。

#	題目	分數
9	一名中六男生身高 1.60 米、體重 64 公斤。（a）計算他的 BMI；（b）按香港適用於亞洲成年人的分類，判斷他的體重狀況。	4
10	一名 40 歲男子體重 70 公斤、身高 175 厘米。用 Mifflin-St Jeor 公式（男性：10 × 體重公斤 + 6.25 × 身高厘米 − 5 × 年齡 + 5）計算其基礎代謝率，並以活動係數 1.55 估算每日總能量消耗。	4

11	脂肪每公斤約提供 7 700 千卡能量。若要每週減去 0.5 公斤脂肪，計算每日所需的能量赤字。	4
12	某飲品每 100 克含糖 12 克，一份為 40 克。（a）計算一份的含糖量；（b）以每日 2 000 千卡計，添加糖上限為總能量的 10%，計算一份佔每日上限的百分比，並評論每天飲用三份的影響。	5

D 部：壓力、精神健康與社會支援（17 分）

個案分析題須指出限制因素，並提出可行支援方法。

#	題目	分數
13	說明一般適應綜合症的三個階段，並指出長期停留在抵抗階段對健康的影響。	4
14	列出青少年與成年人建議的睡眠時數，並說明睡眠不足如何影響體重與情緒。	4
15	PHQ-9 是常用的抑鬱篩查工具。（a）寫出它的總分範圍；（b）寫出五個嚴重程度分級的分數界線；（c）說明為何篩查分數高不等於確診抑鬱症。	4
16	個案：陳太獨力照顧中風後行動不便的丈夫，同時要上班及照顧兩名子女，最近失眠、常哭，拒絕朋友探訪。（a）指出她缺乏哪幾類社會支援；（b）建議三項具體支援方法並說明各自作用。	5

E 部：長期照顧與社區支援服務（17 分）

須以服務連續體說明由家居到院舍的轉介理由。

#	題目	分數
17	以服務連續體說明長期照顧由家居到院舍的三個層次，並指出長者由一層轉到另一層的常見原因。	4
18	長者每月獲 8 000 元社區照顧服務券，服務每小時收費 100 元，而他每月需要 120 小時服務。（a）計算服務券可購買的時數；（b）計算服務時數缺口及缺口佔所需的百分比（一位小數）。	4
19	某區有 1 200 名長者申請資助宿位，區內資助宿位 300 個。（a）計算申請人數與宿位數的比例；（b）說明為何輪候期間仍需發展社區照顧服務。	4
20	說明個案管理的四個主要步驟，並以中風長者出院為例，解釋為何出院規劃要在他仍在醫院時開始。	5

F 部：醫療系統、成本效益與環境健康（17 分）

比較題須同時說明成本與成效，並指出決策限制。

#	題目	分數
21	比較基層醫療、第二層與第三層醫療的分工，並各舉一個例子，說明為何加強基層醫療可減輕醫院壓力。	4
22	甲方案成本 500 000 元、成效 10 個 QALY；乙方案成本 300 000 元、成效 8 個 QALY。計算增量成本效果比（ICER），並說明在資源有限時如何運用這個數值。	4
23	某傳染病的 R0 為 3。（a）計算達致群體免疫所需的最低接種比率；（b）說明為何實際推行時通常需要更高的接種率。	4

24	某屋邨食水樣本含鉛量為每公升 15 微克，標準為每公升 10 微克。（a）計算超標百分比；（b）指出鉛暴露對兒童的主要健康影響，並建議三項處理措施。	5