

宜蘭縣藥事人員戒菸衛教師訓練課程測驗卷（答案卷）

命題老師：譚延輝、林子舜、陳昭元、黃燕華、鄭喻仁等

一、是非題（每題 4 分、20%）

- (X) 1.戒菸的壞處之一是促進老化，容易造成皺紋、皮膚乾燥、變色。
- (X) 2.薄荷菸是淡菸會比一般香菸安全。
- (O) 3.藥師應幫吸菸者計算買菸的錢一年會花多少錢。
- (O) 4.民眾戒菸產生難以入眠現象，藥師應教育他睡前做些緩和運動。
- (X) 5.戒菸常會使體重增加，爲了怕胖，還是抽菸較好。

二、選擇題（每題 4 分、80%）

- (3) 1.依尼古丁依賴評估量表計分，大於等於幾分以上建議使用藥物幫助戒菸？
(1)2 分 (2)3 分 (3)4 分 (4)5 分。
- (3) 2.吸菸的人因爲血液中含氧量比較低,所以會讓人比較
(1)有精神 (2)有體力 (3)容易疲倦 (4)沒有影響
- (2) 3. 在禁菸區吸菸會被罰多少錢?
(1)3 百 - 6 百 (2)2 千 - 1 萬 (3)1 萬 - 3 萬 (4)1 萬 - 5 萬
- (2) 4. 依法規定未滿幾歲不得吸菸? (1) 17 歲 (2) 18 歲 (3) 19 歲 (4) 20 歲
- (4) 5. 5R 原則在戒菸輔導時常被運用來
(1)瞭解吸菸狀況 (2)減輕戒斷不適 (3)提神 (4)提高戒菸意願
- (3) 6. 下面克服想抽菸的念頭的對策,那一項是錯誤的?
(1)喝水 (2)深呼吸 (3)喝杯咖啡 (4)起來走走、忍一下
- (3) 7. 吸菸的人血中一氧化碳濃度會上升，通常它的數值與何者較有關？
(1)最近 24 小時的吸菸 (2)最近一星期的吸菸 (3)是否有吸菸過
(4)吸菸者的年齡
- (2) 8. 戒斷症狀通常在停止吸菸後多久最明顯？
(1)12 小時 (2)2-3 天 (3)5-7 天 (4)一星期
- (2) 9. 戒菸時要避免喝 (1)麥茶 (2)酒 (3)開水 (4)鮮果汁

- (4) 10.下列那一項非戒斷症候現象 (1) 手指腳趾感到刺痛、暈眩 (2) 咳嗽、口乾
(3) 兩手空空感覺很奇怪 (4) 食慾降低、減肥 (5) 便秘
- (3) 11. 對於戒菸後常發生的咳嗽情況，何種方式是較佳的處理方式
(1) 服用抗生素治療 (2) 用力咳出痰來 (3) 喝杯溫水來潤濕嘴巴
(4) 規律服用止咳藥 (5) 早日吃化痰藥
- (3) 12. 對於可能發生刺痛感的戒斷症候，下列何者非正確處理 (1) 洗個溫水澡
(2) 找個人來按摩刺痛部位 (3) 用力拍打刺痛處
(4) 用溫水和不太冷的水交互淋浴 (5) 用浴巾來擦拭覺得刺痛的部位
- (1) 13.對於戒菸後產生焦慮及緊張的情況，您會處理的最不佳方式為：
(1) 馬上吸一口菸，快樂似神仙 (2) 洗個溫水澡 (3) 散步 (4) 運動
(5) 找朋友聊天
- (4) 14.有關尼古丁相關之中樞神經傳導物質的描述，何者錯誤？
(1) Norepinephrine-提振精神、抑制食慾 (2) Acetylcholine-強化認知、提振精神
(3) β -endorphin-減輕疼痛、抗焦慮 (4) Dopamine-增強記憶、提升情緒
- (5) 15.尼古丁的戒斷症狀(a. 煩躁； b. 失眠或睡眠混亂； c. 食慾增加或體重上升；
d.流淚、流鼻涕； e. 煩躁不安或憂鬱)，下列何種組合完全正確？
(1) a, b, c (2) a, b, e (3) a, b, d (4) b, c, e (5) a, b, c, e
- (2) 16.有關尼古丁替代療法之描述 a. 長期吸菸導致尼古丁接受器數目減少以適應血中
濃度上升的影響； b. 肝臟代謝，血中半衰期約 0.5-2 小時，約 24-48 小時排除；
c. 在療程中逐漸減少 NRT 的尼古丁濃度，減少戒菸者對尼古丁的生理依賴性達
到戒菸的目的；d. 在使用 NRT 的期間最好不要吸菸，但可視情況酌量使用，以
免戒斷症狀出現；e. NRT 的禁忌包括急性心肌梗塞初期（兩週內）、嚴重且惡化
之不穩定型心絞痛)，下列何者正確？ (1) a, b, c, d, e (2) b, c, e (3) b, c, d, e
(4) a, d, e (5) a, b
- (3) 17.有關戒菸用藥，除 NRT 外，屬於 NNRT 之藥品「a. Clonidine； b. Gabapentin； c.
Topiramate； d. varenicline； e. Bupropion； f. Valproate」，下列組合何者正確？
(1) a, b, (2) a, c, d, (3) a, c, d, e (4) a, b, d (5) a, b, c

- (1) 18.溝通之四大目的，下列何者為非：(1)樹立疑惑 (2)說明事物 (3)建立關係
(4)進行企圖
- (2) 19.下列何者為藥師提供戒菸諮詢之初所提供的主動服務項目：(1)提供戒菸商品目錄
(2)尼古丁成癮度測量 (3)提供戒菸處方 (4)以上皆非
- (3) 20.下列何者非藥師戒菸諮詢目標：(1)確立戒菸理由 (2)控制吸菸依賴
(3)開立戒菸藥物處方 (4)擬定戒菸計畫