

# 创建全国卫生城市知识问答

欢迎各位读者参与高新区创城有奖问答,请您将答案填入下方的答题卡中,请在所选选项上打“√”。答题后,请将答题卡作答后拍成照片,于11月30日前发送到邮箱qlwbjrgx@163.com。只要您的答案正确率达到60%以上,您可获赠一份奖品。奖品共20份,赠完为止。

- 1、A B C D
- 2、A B C D
- 3、A B C D
- 4、A B C D
- 5、A B C D
- 6、A B C D
- 7、A B C D
- 8、A B C D
- 9、A B C D
- 10、A B C D
- 11、A B C D
- 12、A B C D
- 13、A B C D
- 14、A B C D
- 15、A B C D
- 16、A B C D
- 17、A B C D
- 18、A B C D
- 19、A B C D
- 20、A B C D
- 21、A B C D
- 22、A B C D
- 23、A B C D
- 24、A B C D
- 25、A B C D
- 26、A B C D
- 27、A B C D

- 1、公民为什么不能在公共场所吸烟?  
A.污染环境;  
B.使不吸烟者受害,影响他人身体健康;  
C.是一种不文明行为  
D.会被罚款
- 2、全国爱国卫生运动月是几月?  
A.4月 B.5月 C.6月 D.7月
- 3、“门前三包”的内容是什么?  
A.包卫生,做到门前责任范围内地面、墙面、招牌等干净;  
B.包秩序,做到责任范围内无乱停车辆、无乱堆杂物、无占道现象;  
C.包绿化美化,爱护责任范围内的花草树木,美化环境,做到整洁、美观  
D.包社会治安,保证门前不出现秩序混乱、扎堆排队等。
- 4、食品卫生要做到哪“三证”、“三防”?  
A.卫生许可证、健康合格证、营业执照  
B.防鼠、防蝇、防尘  
C.身份证、营业执照、卫生许可证  
D.防虫、防尘、防蝇
- 5、“四害”是指什么?  
A.老鼠 B.苍蝇 C.蚊子 D.蟑螂
- 6、“五小”行业指的是什么?  
A.小餐饮店小旅馆 B.小美容美发店  
C.小浴室 D.小歌舞厅
- 7、什么是健康?  
A.身体没有疾病或不虚弱  
B.生理上没有疾病  
C.心理健康  
D.社会适应良好
- 8、“四害”能传播什么疾病?  
A.苍蝇能传播消化道疾病如痢疾、伤寒、肠炎、肝炎等;  
B.蟑螂能传播腺病毒、小儿麻痹、肝炎等;  
C.蚊子能传播乙脑和疟疾;

- D.老鼠能传播鼠疫和流行性出血热。
- 9、心理健康的标准是什么?  
A.情绪乐观、稳定,能保持心理平衡,适应环境变化;  
B.乐于工作,热爱生活,正确处理人际关系;  
C.意志坚强,有较好的自控能力;  
D.对未来有明确的生活目标,有理想和事业上的追求。
- 10.亚健康状态有哪些表现?  
A.面容憔悴、体力虚弱、动作迟缓;  
B.易患感冒、鼻塞流涕、咽喉疼痛、舌燥口干、口唇疱疹;头昏脑涨、胸痛胸闷、呼吸急促、心律不齐;不易入睡、腰酸背痛、耳鸣与听力下降;舌生白苔、口臭、口舌溃疡、味觉迟钝、食欲不振、泛酸暖气、便秘或便秘、腹部饱胀;皮肤干燥、面部浮肿、脱发、性功能减退、体重减轻等。  
D.精神紧张、焦虑不安、容易激动、无事自烦、孤独自卑、忧郁苦闷、注意力不集中、记忆力减退、兴趣变淡、懒于交往、精神萎靡、多梦易惊等。
- 11、怎样应对亚健康?  
A.养成良好的生活行为习惯,作息有步骤有规律;  
B.不吸烟、少饮酒;合理膳食,食物多样,少糖少盐;  
C.坚持每天运动半小时;  
D.定期健康体检,每年至少1次,做到早发现,早治疗。
- 12、公民应该遵守的“九不”规定包括:  
A.不随地吐痰,不乱扔果皮、纸屑等废弃物

- B.不乱倒垃圾、建筑杂土;不占道经营、乱堆乱放  
C.不损坏公共设施,不乱贴乱挂、乱写乱画  
D.不违反交通规则,不在公共场所吸烟,不携带宠物进入公共场所。
- 13、环境污染主要指哪几方面的污染?  
A.大气污染; B.水源污染;  
C.土壤污染; D.噪声污染。
- 14、绿化对保护环境有什么作用?  
A.绿化美化环境; B.产生氧气;  
C.有的植物可以吸收环境中的污染物;  
D.吸收噪声,调节气候。
- 15、人体七大营养素?  
A.蛋白质,脂类(脂肪);  
B.碳水化合物(糖类);  
C.矿物质(无机盐);  
D.维生素,水,膳食纤维(纤维素)。
- 16、健康的膳食原则?  
A.食物要多样;食盐要限量;  
B.饥饿要适当;甜食要少吃;油脂要适量;  
C.饮酒要节制;  
D.粗细要搭配,三餐要合理。
- 17、个人卫生行为十条  
A.饭前便后洗手;每天早晚刷牙;定期洗澡、理发、剪指甲;  
B.服装整洁;勤晒被褥;讲卫生公德(不乱扔乱倒,不随地吐痰);  
C.不吸烟、不酗酒;每天进行一次锻炼;按时让孩子参加计划免疫;  
D.主动学习卫生知识
- 18、什么是毒品?  
A.鸦片、海洛因  
B.甲基苯丙胺(冰毒)、吗啡  
C.大麻、可卡因  
D.国家规定管制的其它能够使人形成瘾癖的麻醉药品和精神药品
- 19、暴饮暴食对身体伤害?  
A.容易产生消化不良;  
B.容易引起胃功能紊乱;  
C.导致急性胃肠炎;  
D.导致胰腺炎。

- 20、不吃早餐的危害?  
A.容易导致低血糖;饥饿感有头晕、乏力、心慌、注意力不能集中;  
B.容易发生昏厥;  
C.诱发肥胖、胆结石等疾病;  
D.影响生长发育及工作、学习。
- 21、吃糖过多的危害?  
A.容易肥胖;  
B.诱发糖尿病、高血脂症;  
C.心血管病、脂肪肝等疾病;  
D.易患龋齿。
- 22、怎样预防食物中毒?  
A.不吃病死禽畜肉;不吃腐败变质食物;  
B.不吃被农药污染的食品;  
C.不吃已发芽的土豆;  
D.切熟食前要洗净刀案,或切生熟的刀案分开。
- 23、吃盐过多对健康的影响?  
A.吃盐过多易引起高血压  
B.引起心脏病  
C.引起动脉硬化等疾病  
D.还可使心脏病人的病情加重,成人每天适宜的食盐量是6克以下。
- 24、灭鼠的方法?  
A.堵洞; B.放鼠夹和其它灭鼠工具;  
C.投放慢性毒鼠药 D.往洞里浇水
- 25、狗咬伤后怎么办?  
A.回家避免外出活动;  
B.及时到卫生院或医院治疗;  
C.最好24小时内注射狂犬疫苗;  
D.随便吃点消炎药。
- 26、合理饮食应做到哪几点?  
A.吃好早餐;科学分配三餐;不暴饮暴食;  
B.不偏食,不挑食;  
C.主副食搭配;  
D.荤素搭配,少糖少盐。
- 27、国家卫生城市称号由哪个部门命名?  
A.国家爱卫会 B.卫生部门  
C.城管部门 D.政府部门

