

6.健康的社區(參考答案)

目錄

6.1	傳染病(i)	p.2
6.2	傳染病(ii)	p.4
6.3	非傳染疾病(i)	p.5
6.4	非傳染疾病(ii)	p.6
6.5	傳染病和生活方式的改變	p.7
6.6	非傳染病和生活方式的轉變	p.9
6.7	非傳染病的介紹——癌症	p.11
6.8	非傳染病的介紹——心臟病	p.12
6.9	非傳染病的介紹——高血壓	p.13
6.10	非傳染病的介紹——糖尿病	p.14
6.11	非傳染病的介紹(與精神健康有關的疾病)	p.15
6.12	全球化——導致傳染病的散播	p.16
6.13	個人衛生習慣與傳染病	p.19
6.14	個人衛生與公共衛生的連繫	p.20
6.15	定時作適量運動	p.21
6.16	適當使用閒暇	p.22
6.17	注意健康飲食(i)	p.23
6.18	注意健康飲食(ii)	p.24
6.19	注意性健康	p.25
6.20	拒絕濫用藥物行為(吸毒行為)	p.27
6.21	自我警覺及定期健康檢查	p.29
6.22	第一、二、三級疾病預防的概念(i)	p.30
6.23	第一、二、三級疾病預防的概念(ii)	p.32
6.24	保持健康及預防疾病——社會角色	p.34
6.25	政府在疾病預防的策略	p.36

6.健康的社區

6.1 傳染病(i)

(a) (2 分)

傳染病是一種由 [病原體] 透過特定的 [傳播途徑]，由一個 [宿主] 傳給另一個 [宿主] 而引起的疾病。

(b) (2 分)

宿主是指帶有病原體的生物 (人類或動物)，病原體在宿主處繁殖和依存。

宿主發病與否是取決於其健康狀況，健康的人免疫力強，不易因病原體入侵而發病。

(c) (2 分)

病原體是具傳染性的微生物。

病原體進入宿主後會繁殖和依存，損害細胞的正常運作，視乎宿主的健康狀況，可能令人發病。

(d) (4 分)

- 細菌
- 真菌
- 病毒
- 寄生蟲

(e) (6 分)

- 飛沫
- 空氣
- 直接接觸
- 病媒
- 體液
- 進食

6.健康的社區

(f) (6分)

傳播途徑	疾病例子
飛沫	流行性感冒
空氣傳播	肺結核、水痘
直接接觸	手足口病、結膜炎(紅眼症)
病媒(蚊子和禽畜等)	登革熱
體液(血液、精液、羊水、陰道分泌物)	愛滋病、性病、乙型肝炎
進食	食物中毒、甲型肝炎

(g) (2分)

- 免疫接種注射
- 適量運動

(h) (3分)

情況	疾病例子
病原體有高傳染力	麻疹、水痘
病原體令人發病的機會率很高	麻疹、水痘
發病後引致嚴重的後果	小兒麻痺症造成殘障、狂犬病會致命

(i) (9分)

傳染病	病原體	傳播途徑	宿主
乙型肝炎	病毒	性接觸、血液接觸、母親傳染胎兒	患者
愛滋病	病毒	性接觸、血液接觸、母親傳染胎兒	患者
傷風	病毒	飛沫、直接接觸患者分泌物	患者

6.2 傳染病(ii)

(a) (1 分)

肺結核

(b) (2 分)

由空氣傳播。病人咳嗽或打噴嚏時將細菌散播空氣中，身體抵抗力弱的人吸入結核桿菌後便會感染。

(c) (2 分)

若要接近肺結核患者時需戴口罩。
平時多作運動，注意健康，增強抵抗力。

(d) (2 分)

乙型肝炎

(e) (5 分)

- 經血液或體液接觸傳播。
- 母親分娩期間傳給嬰兒。
- 共同容易損傷皮膚的用品如牙刷、剃刀等。
- 與人並用受病毒污染的針筒或工具。
- 性接觸。

(f) (3 分)

- 戴手套才接觸傷口和血液。
- 避免共用針筒及個人衛生物品。
- 性行為時採適當預防措施。

(g) (4 分)

傳染的途徑有多種：包括空氣、食物、血液接觸、皮膚接觸和性接觸等。

(h) (3 分)

- 傳染疾病對社會醫療系統的影響。
- 傳染病造成對醫療開支的壓力，例如傳染病疫苗的開支龐大。
- 傳染病造成服務個案龐大的壓力，例如發病個案太多，令有限的醫護人員未能應付需要。
- 醫護人員可能也受感染，令人手不足。

6.健康的社區

6.3 非傳染疾病(i)

(a) (2分)

非傳染病並非由病原體引發的，故非傳染病是指不會傳染予他人的疾病，引發的原因主要是不良的生活方式，營養不良，社會環境因素和基因缺損。

b) (2分)

患者身體長期處於患病狀況，器官機能逐漸衰退。

(c) (3分)

各種癌症、心臟病、腦血管病。

(d) (1分)

因不良的生活方式而引發的疾病。

(e) (3分)

高膽固醇、肥胖症、冠心病、第二期糖尿病。

(f) (2分)

腦部活動紊亂、引致精神狀態異常的疾病。

(g) (3分)

抑鬱症、焦慮症、思覺失調。

(h) (2分)

由不正常的遺傳物質引起，如基因缺陷而引發的疾病。

(i) (3分)

血友病，葡萄糖-6-磷酸脫氫酶缺乏症。

6.4 非傳染疾病(ii)

(a) (8分)

類別	例子
慢性病	心臟病
生活模式病	肥胖症
與精神健康有關的疾病	抑鬱症
遺傳病	血友病

(b) (10分)

- 注意運動的習慣。
恆常正式的運動，例如每天定時進行的耐力運動(游泳)、伸展運動(瑜珈)及重力運動(掌上壓)等。
在日常生活中爭取運動的機會，例如步行上班、做家務和以步行樓梯代替乘電梯等。
- 維持健康的飲食習慣。
參考飲食金字塔的比例，在日常飲食中吸取少油、少糖、少鹽和少脂肪。並多進食水果及蔬菜等含豐富的食用纖維的食物。
- 不作危害健康的行為
不吸煙、不酗酒、不吸毒，減低患上各種非傳染病的機會。
- 適當使用閒暇
娛樂和切合個人興趣的活動能令人鬆弛下來，保持對生活的興趣，增加社交的機會，較能處理來自生活的壓力。有助促進社交和情緒健康。減低患情緒病的機會。
- 適當的休息和睡眠
適當的休息和睡眠人們經過長期運作後恢復體力的最佳方法，適當休息後，思考較清晰，且較能處理壓力。減低患情緒病的機會。
(其他合理答案)

6.健康的社區

6.5 傳染病和生活方式的改變

(a) (2 分)

- 不衛生的生活環境。
- 長期暴露於受病原體污染的環境。

(b) (5 分)

- 不健康的飲食習慣。
- 不衛生的生活習慣。
- 不安全性行為。
- 缺乏運動和少運動的生活方式。
- 沒有實踐預防傳染病的措施 (接種疫苗)。

(c) (3 分)

- 不安全性行為。
- 不注重個人衛生。
- 公眾環境衛生差劣。

(d) (4 分)

- 打噴嚏和咳嗽時掩口，防止飛沫或鼻分泌物接觸其他物件，間接傳染播病菌。
- 飲食前必須洗手。
- 避免用不潔淨的手觸摸口、鼻和眼睛。
- 若有感冒病徵應佩戴口罩，有效地預防疾病藉著飛沫傳播。

(e) (6 分)

- 處理食物和進食前，如廁後及接觸寵物和處理其糞便後，必須徹底洗淨雙手。
- 食物必須徹底煮熟才可食用，尤其是貝殼類海產等高風險食物。
- 食水煮沸後才可飲用。
- 生吃蔬菜前，必須徹底洗淨才可食用。
- 避免食物受到交叉感染。
- 冷凍食物應保持在安全溫度，尤其是刺身及生蠔等高風險食物。

(f) (3 分)

- 確保食水的衛生，防止病原體的污染。
- 常清理垃圾，雜物及積水，防止蚊蟲滋生，打擊病原體的傳播途徑。
- 常清潔家居及環境，並定期進行消毒，殺死依附家居及環境物件的病原體。

(g) (2 分)

不要濫交，重視安全性行為，它可減低感染傳染病如愛滋病和性病的機會以及懷孕的可能。安全性行為的意思是指沒有液液如陰道分泌，精液或血液接觸的性交，方法是正確使用安全套。

(h) (4 分)

- 培養常做適量運動的習慣。
- 保持均衡飲食的習慣。
- 適當使用閒暇，尤其保持充分的休息。
- 不作危害健康的行為，例如吸煙，酗酒及吸食危害精神毒品等。

6.健康的社區

6.6 非傳染病和生活方式的轉變

(a)

危害健康的因子	導致患上的疾病
吸煙	增加患上心臟病，腦血管病及癌症(特別是肺癌)的機會。二手煙增加患上心臟病和肺癌的機會。(2分)
酗酒	影響神經系統、胃腸、肝臟、腦部和心血管系統。增加患肝硬化、心臟病、口腔癌、食道癌、腸癌和直腸癌等癌症的機會。(2分)
吸毒	很多危害精神毒品會影響情緒，當人發怒，焦慮及沮喪時，吸毒會令其負面情緒惡化。增加患上精神病的機會。(2分)
缺乏運動	包括沒有定期運動和現代人因科技而減少運動量的生活模式，例如汽車和電腦的興起。增加患上心臟病、高血壓、腦血管病、糖尿病、部份癌症及肥胖帶來的病症的機會。(2分)
飲食不均衡或營養不良	多肉少蔬果，高脂低纖和快餐等不良飲食習慣。導致肥胖或營養缺乏、增加患上心臟病、高血壓、腦血管病、糖尿病及部份癌症的機會。(2分)
欠妥善處理生活壓力的能力	當遇上困難和壓力，容易抑鬱、精神衰弱、和焦慮等，也可能有失眠和胃口差的表徵。嚴重的會發展成與情緒健康(精神健康)有關的疾病，如抑鬱症，焦慮症和思覺失調。(2分)

(b)列舉八項本港常見的非傳染病。(8分)

癌症	心臟病 (冠心病)	腦血管病 (中風)
糖尿病	高血壓	膽固醇過高
肥胖症	抑鬱症	焦慮症

(c) (5分)

- 維持健康的體重，有效減低因肥胖而患上慢性病的機會。
- 改善心肺功能和血液循環，減低患上心臟病的機會。
- 減低患慢性病的機會，例如心臟病，高血壓，腦血管病，糖尿病，部份癌症骨質疏鬆等。
- 運動是正確處理壓力的方法，有助預防患上情緒病。
- 運動可以增加與人交往的機會，促進社交健康，減少患上情緒病的機會。

(d) (2分)

實行均衡飲食，均衡飲食的意義是人們按正確的營養比重和食物類別來進食，令人們能維持身體各項的需要。

參考飲食金字塔的比例，在日常飲食中吸取少油、少糖、少鹽和少脂肪，並多進食水果及蔬菜等含豐富的食用纖維的食物。

上述的健康飲食習慣能減低患慢性病的機會，例如心臟病、高血壓、腦血管病、糖尿病及部份癌症 (結腸癌、胃癌和口腔癌) 等。

(e) (3分)

不吸煙能減低患上心臟病，腦血管病及癌症 (特別是肺癌)的機會。

(f) (3分)

不酗酒能減低患肝硬化，心臟病、口腔癌、喉癌、食道癌、腸癌和直腸癌等疾病的機會。

(g) (2分)

不吸毒能減少因藥物而產生的負面情緒，減低因吸食危害精神毒品而患上精神病的機會。

(h) (2分)

娛樂和切合個人興趣的活動能令人鬆馳下來，保持對生活的興趣，增加社交的機會，較能處理來自生活的壓力。有助促進社交和情緒健康。減低患情緒病的機會。適當的休息和睡眠是人們經過長期作後恢復體力的最佳方法，適當休息後，思考較清晰，且較能處理壓力，減低患情緒病的機會。

6.健康的社區

6.7 非傳染病的介紹——癌症

(a) (5分)

- | | |
|--------|-----------------|
| 1 肺癌 | 6 鼻咽癌 |
| 2 大腸癌 | 7 非黑色素瘤皮膚癌 |
| 3 前列腺癌 | 8 非霍奇金淋巴瘤 |
| 4 肝癌 | 9 食管癌 |
| 5 胃癌 | 10 唇、口腔及咽(鼻咽除外) |

(b) (5分)

- | | |
|--------|------------|
| 1 乳腺癌 | 6 卵巢等癌 |
| 2 大腸癌 | 7 子宮頸癌 |
| 3 肺癌 | 8 肝癌 |
| 4 子宮體癌 | 9 非黑色素瘤皮膚癌 |
| 5 甲狀腺癌 | 10 胃癌 |

(c) (4分)

- 實行健康的飲食習慣。
- 定時進行適量運動。
- 不吸煙和不酗酒。
- 減少接觸放射性物質，強烈的陽光和致癌的化學物質 (如石棉)。

6.8 非傳染病的介紹——心臟病

(a) (1分)

冠心病的主因是膽固醇積聚在冠狀動脈內壁血管被脂肪的沉積斑塊阻塞而收窄，令心臟肌肉的供血量減少。

(a) (4分)

- 進行劇烈運動後會感到心絞痛
- 心律紊亂
- 氣促
- 噁心

(b) (6分)

- 吸煙，肥胖
- 缺乏運動
- 長期受到精神壓力
- 高血壓
- 高膽固醇
- 糖尿病
- 遺傳

(c) (4分)

- 均衡飲食。
- 實行高纖低脂的飲食。
- 定時進行適量運動。
- 不吸煙、酗酒等。
- 適量使用閒暇如運動、娛樂、發展興趣適當休息。
- 高血壓、高膽固醇和糖尿病患者更應跟從醫生建議。

6.健康的社區

6.9 非傳染病的介紹——高血壓

(a) (3分)

- 膳食中攝取過量的鹽分。
- 長期處於過量的精神壓力。
- 缺乏運動和常處於久坐而不動的生活方式。

(b) (1分)

遺傳

(c) (2分)

血壓過高會引致暈眩和頭痛等病徵。

(d) (3分)

- 心臟病
- 腎功能
- 視力受損

(e) (3分)

- 均衡飲食
- 適量運動
- 保持體重適中
- 減少進食高鹽分食物

6.10 非傳染病的介紹——糖尿病

(a) (2分)

種類	要點
糖尿病 1 型	屬胰島素倚賴型，人體因大部分胰臟細胞受破壞而導致大量缺乏胰島素。
糖尿病 2 型	人體缺乏正常使用身體製造的胰島素的能力，例如老人和肥胖人士。糖尿病 2 型是有遺傳性的傾向。

(b) (3分)

口渴、大量小便、非常疲倦、體重減輕、生殖器痕癢和視覺模糊。

(c) (5分)

慢性併發症是引起血管病變而令器官出現問題，如冠心病、血壓高、腎衰竭、白內障、視網膜病變等，可導致失明、中風、慢性皮膚潰瘍，組織壞死導致截肢等。急性併發症是血糖過高或過低而導致昏迷，這稱為低血糖休克。

(d) (3分)

風險因素包括：

年老、肥胖、家族遺傳和缺乏運動等。

某些內分泌疾病、胰臟疾病及類固醇等藥物均容易誘發糖尿病。

(e) (3分)

預防糖尿病的方法是：

- 應保持適當體重。
- 均衡飲食。
- 定期運動。
- 糖尿病患者應接受飲食或藥物治療來控制血糖水平。

6.健康的社區

6.11 非傳染病的介紹——與精神健康有關的疾病

(a) (4 分)

- 讀書壓力
- 工作壓力
- 經濟壓力
- 社交壓力.

(b) (4 分)

過量和個人未能處理的「負面壓力」則會危害人們的情緒健康，進而影響其他範疇的全人健康——生理、心智和社交健康。

這些疾病令腦部活動紊亂，並可能引致精神狀態異常，例子包括抑鬱症、焦慮症、思覺失調、恐懼症、創傷後壓力症和精神分裂等。

6.12 全球化——導致傳染病的散播

(a) (2分)

全球化是指世界各地的聯繫愈來愈緊密，全球正經歷時間和空間的壓縮，在資訊科技發達，交通運輸進步，跨國企業和自由貿易蓬勃發展的因素推動下，各國人口容易自由流動，資訊，貨物和文化等也能快速傳達，國家間漸變得無疆界化，全球化令世界壓縮了，甚至成為一個體系。

(b) (4分)

- 全球代導致國際距離拉近，現代化的交通運輸使時間壓縮了。
- 全球化加速人類的交流和互相影響，亦導致傳染病的全球性流行。
- 因人類高度的流動性，病毒和細菌只需幾小時便能傳到別的國家。
- 一個地區爆發傳染病，便能迅速蔓延全球。

(c) (3分)

- 非典型肺炎
- 禽流感
- 人類豬型流感 (豬流感)

6.健康的社區

(d) (3 分)

全球化疾病	源頭和特性
非典型肺炎	非典型肺炎由冠狀病毒引起，曾於 2003 年在亞洲發現，源頭懷疑來自廣東省的果子狸。
禽流感	禽流感是一種流行性感冒，由病毒引起，通常發生在禽鳥，但有部份流感病毒會傳至人類。
人類豬型流感 (豬流感)	人類豬型流感由新的甲型流感/H1N1 病毒引起，於 2009 年 4 月首次在北美洲發現以來已迅速在多個國家和地區流行。豬流感病毒通常只在豬隻中互相傳染但也間中傳染給人類。

(d)情況一屬於大流感警戒的哪個級別？（1分）

第五級

(e)情況二屬於大流感警戒的哪個級別？（1分）

第二級

(f)情況三屬於大流感警戒的哪個級別？（1分）

第三級

6.健康的社區

6.13 個人衛生習慣與傳染病

(a) (1 分)

飛沫或空氣傳播。

(b) (3 分)

- 若有感冒病徵或與病患者接觸時，應佩戴口罩。
- 咳嗽或打噴嚏時用紙巾掩蓋口鼻。
- 必須常以正確的方法洗手，才觸摸口、鼻和眼睛。

(c) (1 分)

直接接觸

(d) (2 分)

- 避免與患者有直接接觸
- 必須常以正確的方法洗手

(e) (2 分)

體液

(f) (2 分)

- 接觸血液或傷口前應戴上手套
- 安全性行為(例如正確使用安全套)

(g) (2 分)

食物

(h) (1 分)

如廁後、準備食物和進食前必須正確地洗手

6.14 個人衛生與公共衛生的連繫

(a) (1 分)

(a) 性傳染病如愛滋病

(b) (2 分)

涉及的衛生習慣是個人選擇濫交且採取不安全性行為。

(c) (2 分)

全球化下人口高速跨國流動，若人們持續濫交及與其他國家的人士進行不安全性行為，性傳染病如愛滋病會加快傳播，成為全球性的疾病危機。

6.健康的社區

6.15 定時作適量運動

(a) (3 分)

- 常乘車代步
- 以乘電梯代替步行樓梯
- 閒暇時側重電腦上網和網絡遊戲等「久坐而不動」的娛樂方式。

(b) (2 分)

雖然傳染病是一種由病原體透過特定的傳播途徑入侵宿主身體而引起的疾病；這與適量運動似乎關係不大。但鑑於宿主發病與否是取決於其健康狀況，健康的人免疫力強，不易因病原體入侵而發病。定時作適量運動，使人增強對傳染病的抵抗力，改善免疫系統，令人不易因病原體入侵而發病。

(c) (2 分)

- 運動是正確處理壓力的方法減少患上情緒病的機會。
- 運動可以增加與人交往的機會，促進社交健康。減少患上情緒病的機會。

(d)

運動對預防非傳染病的好處	相對能預防的疾病
維持健康的體重 (1 分)	(2 分) 心臟病、高血壓、糖尿病 (任何 2 項)
改善心肺功能和血液循環 (1 分)	(2 分) 心臟病、呼吸系統疾病
改善體適能 (1 分)	(2 分) 心臟病、腦血管病(中風) 、糖尿病、部分癌症 骨質疏鬆等。(任何 2 項)

6.16 適當使用閒暇

(a) (5分)

- 令人在繁忙的工作後鬆弛下來。
- 使人感覺良好，保持對生活的興趣。
- 增加社交的機會，促進社交健康。
- 令人較能處理來自生活的壓力。
- 有助促進心理、精神、社交和靈性健康。
- 減少患上情緒病的機會。

(b) (4分)

- 休息能令人們恢復體力、精神和警覺性的最佳方法。
- 充足睡眠能減少受病菌感染而生病的機會。
- 充足睡眠是處理壓力的好方法。
- 休息幫助清除積聚人體內的代謝廢物。
- 充足睡眠能幫助內分泌系統有效地運作。

(任何 2 項)

(c) (2分)

- 因睡眠或休息不足而引致的意外或健康問題。例如工業意外和交通意外等。
- 睡眠不足容易損害精神健康，引致焦慮和情緒病的機會。

6.健康的社區

6.17 注意健康飲食(i)

(a) (1 分)

細菌性中毒

(b) (1 分)

化學性中毒

(c) (3 分)

- 病毒性中毒(例如諾沃克類病毒、輪狀病毒和甲型肝炎病毒等)
- 寄生物(例如弓形蟲、藍氏賈第鞭毛蟲、絛蟲、吸蟲和蛔蟲等)
- 物理性破壞(例如罐頭的罐身被壓破、食物因擠壓而破損等)

(d) (5 分)

- 處理食物和進食前、如廁後及接觸寵物和處理其糞便後，必須徹底洗淨雙手。
- 食物必須徹底煮熟才可食用，尤其是貝殼類海產等高風險食物。
- 食水煮沸後才可飲用。
- 生吃蔬菜前，必須徹底洗淨才可食用。
- 避免食物受到交叉感染。
- 冷凍食物應保持在安全溫度，尤其是刺生及生蠔等高風險食物。

6.18 注意健康飲食(ii)

(a)

(i)(2 分)

心臟病、高血壓、腦血管病、糖尿病及部分癌症。
(結腸癌、胃癌和口腔癌)等。

(ii) (2 分)

腸胃和消化系統毛病、心臟病。

(iii) (2 分)

- 營養不足
- 消瘦症
- 神經性厭食症
- 不同的缺乏病

(b) (1 分)

營養過剩

(c) (1 分)

當人體所攝取的營養遠多於身體所需的情況，剩餘的能量變成脂肪，儲於體內。

(d) (2 分)

- 肥胖症
- 高血壓
- 冠心病
- 關節炎
- 糖尿病等

6.健康的社區

(e) (7分)

缺乏的營養	相關缺乏病的名稱
維生素 A	夜盲症
維生素 C	壞血病
維生素 D	佝僂病、骨質疏鬆症
鈣 (礦物質)	佝僂病、骨質疏鬆症
鐵 (礦物質)	貧血
碘 (礦物質)	甲狀腺腫
蛋白質	蛋白缺乏病

6.19 注意性健康

(a) (2 分)

- 注意性健康，不要濫交。
- 重視安全性行為

(b) (1 分)

進行檢查，及早測出可能患有的性傳染病

(c) (4 分)

- 性接觸
- 注射毒品
- 母嬰傳播
- 輸入血液或血製品

(d) (4 分)

- 不作性濫交，與沒有受感染的伴侶保持專一的性關係
- 實行安全性行為，正確使用安全套。
- 避免共用注射工具(針筒)或個人物品，如剃鬚刀及牙刷。
- 接觸血液時須配戴即棄的膠手套

(e) (1 分)

世界衛生組織。

(f) (2 分)

關注愛滋病的工作：

- 在聯合國系統內帶領全球衛生部門採取應付愛滋病的措施
- 向會員國提供以證據為基礎的技術支援(例如護理、預防等。)

(g) (1 分)

衛生署紅絲帶中心

6.20 拒絕濫用藥物行為（吸毒行為）

(a) (2分)

以「吸毒」或「吸食毒品」代替「濫藥」或「濫用藥物」等詞語，「毒品」、「危害精神毒品」和「K仔毒品」等片語代替「藥物」和「精神藥物」，可以提醒市民吸食的「毒害」。

「濫用藥物」等詞過於中性，不能起警惕作用，以「毒品」的宣稱，可以加深市民對毒品禍害的警覺性。

(b) (4分)

- 若不注意衛生，危險的靜脈注射方法會有機會感染乙型肝炎或愛滋病。例如使用未消毒的針筒、與人分享針筒等。
- 危害精神毒品令吸毒者產生：
 - ▲ 反應過敏、抑鬱和憂慮。
 - ▲ 暴力或自毀傾向。
 - ▲ 幻覺或妄想。
- 吸毒會減低人的判斷力，產生負面情緒，故容易引致交通意外、暴力和犯罪事件。
- 長期吸毒會令人「上癮」，對毒品產生生理或心理依賴，一旦欠缺毒品，便出現所謂「戒斷症狀」。

(c)

(i)教育方面：

優點：(1分)

屬預防性的治本策略，能涉及大部分的青少年及市民。

不足之處：(1分)

- 對於吸毒成癮或具風險因素較多的青少年，教育成效相較慢和不直接針對其需要。
- 教育訊息往往未能到達成癮的青少年，因他們大多輟學。

(ii)執法方面：

優點：(2分)

- 堵截毒品源頭，有效減少青少年接觸毒品的機會。
- 對因好奇而吸毒的青少年起即時的阻嚇作用。
- 強制吸毒者戒毒(如懲教署提供的戒毒所和中途宿舍服務)

不足之處：(2分)

- 只著重外顯行為的改善，往往忽略吸毒者的社會心理需要。故容易重犯。
- 非治本的方法，未能解決核心的問題根源。故容易重犯。

(iii)校園驗毒計劃方面：

優點：(2分)

- 政府能表示對毒品及吸毒的打壓決心。
- 對因好奇而吸毒的青少年起即時的阻嚇作用。
- 禁毒訊息能傳遍學界，並能涉及大部分的青少年。

不足之處：(2分)

- 反令吸毒的青少年不回校上課，可能在家中吸毒，更難接觸他們和提供服務。
- 青少年因反叛心理，可能更好奇地嘗試毒品。
- 可能迫使青少年跨境吸毒，更難接觸他們提供服務。

6.健康的社區

6.21 自我警覺及定期健康檢查

(a)

(i) (3分)

冠心病、中風、肺癌、喉癌、食道癌、直腸癌。
(任何三項)

(ii) (3分)

喉癌、食道癌、肝癌、高血壓。
(任何三項)

(iii) (3分)

冠心病、高血壓、糖尿病、肥胖症、中風。
(任何三項)

(iv)長者 (3分)

冠心病、骨質疏鬆、中風。

(b) (3分)

- 及早發現有否患上慢性病，例如子宮頸癌和糖尿病等。
- 及早診斷和治療某些高危疾病，能預防其發展成嚴重病症，增加治癒的機會。
- 若發現患上不治之症，如能及早控制病情，減少導致出現併發症和殘疾的危機。例如控制糖尿病患者的血糖水平，避免出現如足部壞疽、視網膜病的併發症。

(c) (1分)

及早發現和治療慢性病有助舒緩病人及其家屬的經濟壓力。

(d) (1分)

及早發現和治療慢性病有助減輕公營醫療系統的負擔

6.22 第一、二、三級疾病預防的概念(i)

(a) (2 分)

- 傳染病是一種由病原體透過特定的傳播途徑，由一個宿主傳染給另一宿主而引起的疾病。病原體進入宿主後會繁殖和依存，損害細胞的正常運作，視乎宿主的健康狀況，可能令人發病。

(b) (6 分)

- 不衛生的生活環境。
- 不衛生的生活習慣。
- 長期暴露於受病原體污染的環境。
- 不健康的飲食習慣。
- 不安全性行為。
- 缺乏運動和久坐不動的生活方式。
- 沒有實踐預防傳染病的措施(例如接種疫苗)

(c) (2 分)

- 非傳染病並非由病原體引發的，故非傳染病是指不會傳染予他人的疾病，引發的原因主要是不良的生活方式、營養不良、社會環境因素和基因缺損。

(d) (4 分)

- 吸煙
- 酗酒
- 缺乏運動
- 飲食不均衡或營養不良
- 吸毒
- 欠缺妥善處理壓力的能力
- 沒有定期作健康檢查

(e) (1 分)

登革熱是一種經由蚊子傳播登革熱病毒給人類而引起的急性「傳染病」。

6.健康的社區

(f) (5 分)

預防蚊子傳播登革熱的具體方法：

1. 應穿著淺色長袖衣服及長褲。
2. 於外露的皮膚及衣服上塗上含避蚊胺(DEET)成分的驅蚊劑。
(兒童使用時避蚊胺濃度不應高於 20%)
3. 住宿於有空調或裝有蚊帳、防蚊網的地方。
4. 減少蚊子飛進屋內，例如門窗附近放置蚊香或電蚊片/驅蚊液。
5. 清除積水，防止蚊子滋生，例如：
 - 把棄用的罐子及瓶子放入有蓋的垃圾桶內
 - 每星期最少一次替花瓶內的植物換水，以及清除花盆底盤的積水。
 - 蓋好所有儲水容器、水井及儲水池。
 - 保持渠道暢通。
 - 填平地面凹陷處和樹洞，防止積水。

(g) (2 分)

- 清除積水，防止蚊子滋生。
(原理：消滅病媒數量，破壞登革熱的傳播途徑。)
- 設法避免被蚊子叮咬。
(原理：減少病媒將傳播登革熱病毒給宿主的機會。)

6.23 第一、二、三級疾病預防的概念(ii)

(a) (1 分)

第三級(階段)

(b) (2 分)

- 理念是讓已證實患病的人士透過醫療健康護理適當地康復，減少殘障、併發症和一切惡化情況的出現。
- 以復康為目的，關注病者的各項質素及其自我管理的能力。

(c) (1 分)

第一級(階段)

(d) (2 分)

- 理念是以全部人口為本的健康促進(教育和宣傳)、預防疾病活動和基本預防性護理措施。
- 目的是減低傷病發生的風險或機會率。即在身體未有疾病或在疾病對健康造成不良影響前，採取必須的預防措施。

(e) (1 分)

第二級(階段)

(f) (2 分)

理念是在於透過醫療健康護理的檢查或活動，而及早測出可能患有的潛在疾病目標增加治癒疾病的機會，減少疾病的風險和惡化危機。

(g)

第一級 (1 分)

衛生署衛生防護中心向市民提供預防流感的資訊和教育。

第二級 (1 分)

- 市民參與疾病甄別的檢查。例如子宮頸柏氏塗片檢測，檢查有否患上子宮頸癌。
- 一般的健康檢查，例如量度 BMI、血壓等。
(以上任何一個答案)

6.健康的社區

第三級 (1分)

- 為長期病患者、精神病人和殘障人士提供康復服務。
- 為病患者提供增強個人認識其所患疾病的課程，令病患者更能適當管理自己的狀況。

6.24 保持健康及預防疾病——社會角色

(a) (2分)

前瞻和研究者的角色：

- 政府收集和分析健康資料，有助明白市民健康的趨勢，幫助研究和及早發現新出現的健康問題，並實施有效的介入方法。
- 衛生署編制有關本港市民健康狀況及疾病監察的全面計數據，資料來源包括死註冊，法定須呈報的傳染紀錄，定點察系統、健康普查及其他研究。

(b) (2分)

例子：嬰兒防疫注射計畫、急症室服務、各口岸執行防疫措施，防止疫症及嚴重傳染病傳入或帶離本港。

(c) (2分)

例子：

- 醫院管理局流感大流行應變計畫。
政府在處理流感大流行時訂立應變政策，醫院管理局在不同警示級別下會採取不同的應變措施，級別包括：戒備應變級別、嚴重應變級別和緊急應變級別。
- 衛生署適時發放應對人類豬型流感的策略及處理方式
- 政府實施人類豬型流感疫苗接種計畫，為五類目標群組別人士接種疫苗，維護市民健康。
- 醫療融資計畫。

(d) (2分)

醫院管理局	衛生署	衛生署衛生防護中心
環境保護署	食物環境衛生署	社會福利署
漁農自然護理署	勞工處	政府化驗所

(e) (3分)

衛生署衛生防護中心負責統籌公共衛生事宜，保護香港市民受傳染病和其他公共衛生危機的侵害。例如疾病預防和監控，控制疾病散播等工作。

6.健康的社區

(f) (2 分)

負責本地食物安全

(g) (1 分)

衛生署中央健康教育組

(h) (2 分)

工作重點包括推動預防傳染病、非傳染病和各類意外，推廣心裡健康、均衡飲食、體能活動和煙草管制等。

6.25 政府在疾病預防的策略

(a) (4分)

- 全面的疾病監測。
- 全面加強疾病風險的通報，讓社會各界有效預防疾病危機。
- 實施非傳染病防控策略。
- 收集及分析有關市民健康趨勢及疾病狀況的統計資料。

(b) (4分)

衛生署衛生防護中心轄下的工作部門專責推行適當的控制疾病措施及健康引，以及早介入傳染病爆發的事故為目標。具體工作包括：

- 訂立及適時檢討傳染病爆發的應變計劃。
- 適時對事故爆發的各項負擔作出實際演習，並作出適當改善。
- 訓練具質素的流行病學工作人員及團隊，能對傳染病爆發事故作專業介入。
- 加強支援控制感染的診斷化驗服務。

(c) (1分)

衛生署中央健康教育組

(d) (2分)

工作重點包括：

- 推動預防傳染病、非傳染病和各類意外。
- 推廣心理健康、均衡飲食、體能活動。
- 煙草管制。

(e) (3分)

- 營運衛生防護中心。
- 中央健康教育組。
- 支援兒童免疫接種服務。

(f) (4分)

- 疾病監察
- 傳染病控制
- 執行港口衛生
- 食品安全
- 控煙
- 有關公共衛生的發牌

6.健康的社區

(g) (3分)

- 衛生署
- 食物環境衛生署
- 漁農自然護理署
- 政府化驗所