

極簡短戒煙建議 - 網上訓練

教材一：簡短戒煙建議的重要性

自評問卷

1. 以下哪一項是關於香港每日吸煙率趨勢的正確描述？
 - A. 香港每日吸煙率正在下降，但似乎將會回升
 - B. 香港每日吸煙率正在上升，但上升趨勢逐漸減慢
 - C. 香港每日吸煙率正在下降，但下降趨勢逐漸減慢
 - D. 香港每日吸煙率正在下降，而且下降趨勢逐正在加快

2. 以下哪一項不是戒煙的好處？
 - A. 戒煙十年後糖尿病患者患上冠心病的風險下降至從來不吸煙的人士的水平
 - B. 戒煙十年後患上肺癌的風險下降至從來不吸煙的人士的水平
 - C. 保護家人免受二手煙的傷害
 - D. 氣味更清新，建立健康形象

3. 以下哪項是關於吸煙害處的正確描述？
 - A. 吸煙導致皮膚癌
 - B. 吸煙導致乳癌
 - C. 吸煙導致胰臟癌
 - D. 吸煙導致心跳過慢

4. 戒煙可以減低患上以下哪種慢性疾病的風險？
 - A. 糖尿病
 - B. 心血管疾病
 - C. 癌症
 - D. 上述全部

5. 醫生可以對患有慢性阻塞性肺病的吸煙者作出以下哪項建議？
 - A. 戒煙最少一年後，你的病情才會開始好轉
 - B. 戒煙可以改善你的肺功能
 - C. 減少你吸煙的數量可以延緩你的病情惡化
 - D. 戒煙可以治好你的慢性阻塞性肺病

6. 醫生可以對患有糖尿病的吸煙者作出以下哪項建議？
- A. 戒煙可以減低你過早死亡的風險
 - B. 戒煙可以助你減輕體重
 - C. 戒煙不會影響你控制血糖
 - D. 戒煙後數年才能體會到對健康的裨益
7. 由醫生給予簡短戒煙建議，能將戒煙成功率提升多少？
- A. 20%
 - B. 40%
 - C. 52%
 - D. 66%
8. 由護士給予簡短戒煙建議，能將戒煙成功率提升多少？
- A. 27%
 - B. 39%
 - C. 50%
 - D. 60%

(答案請往下看)

鳴謝



HKU LKS Faculty of Medicine
Med School of Public Health
香港大學公共衛生學院



HKU LKS Faculty of Medicine
Med School of Nursing
香港大學護理學院

答案: 1.C, 2.B, 3.C, 4.D, 5.B, 6.A, 7.D, 8.A