# 第13章 健康的生活



**一、单选题**

1.中央电视台元旦前夕报道：我省个别县市不法猪商将健康猪肉混着病死猪肉卖，再次引起了老百姓对食品安全问题的担忧．对病死猪肉的正确处理应该是（　　）

A. 不能食用，得改做成动物饲料                          B. 做成高温灭菌罐头，打上QS标志

C. 集中焚烧或撒上石灰粉掩埋                             D. 消毒干燥后仅限于做腊肠等加工品

2.下列属于健康生活方式的是（  ）

①星期日整天睡觉      ②少吃饭，多吃零食         ③积极参加集体活动

④坚持体育锻炼        ⑤因烦恼事而抽烟、酗酒     ⑥不挑食，合理营养．

A. ①③⑤                                B. ②④⑥                                C. ④⑤⑥                                D. ③④⑥

3.天花病毒对人体来说是     （   ）  
①抗原；②抗体；③传染源；④病原体

A. ①、②                                B. ②、③                                C. ③、④                                D. ①、④

4.在器官移植时，发生排斥不匹配的器官属于（　　）

A. 抗原                                 B. 抗体                                 C. 病原体                                 D. 疫苗

5.如图药贩子的四句话中，符合安全用药要求的是（　　）



A. ①                                      B. ②                                      C. ③                                      D. ④

6.国家卫计委发布消息：截止到4月24日，2014年新增人感染H7N9病例185例．下列有关禽流感预防措施的叙述中，属于控制传染源的是（  ）

A. 公共场所定期消毒                                              B. 加强体育锻炼，增强免疫力  
C. 对H7N9患者及时隔离、治疗                              D. 在人群集中的地方戴口罩

7.在自然界中，关于植物和动物的相互关系描述正确的是（　　）

A. 相互依赖，相互制约          B. 相互适应，相互依存          C. 各自独立，互不干扰          D. 你死我活

8.据统计，目前我国每年约有350万人死于心血管疾病，健康的生活方式能够有效预防心血管疾病。下列相关说法错误的是（    ）

A. 戒烟可以降低冠心病死亡风险                              B. 长期精神紧张是诱发心血管疾病的因素之一  
C. 均衡合理的膳食是预防心血管疾病的有效方法      D. 青少年经常参加体育锻炼会加重心脏负担，增大心脏病的发病率

9.下列有关健康的叙述中不正确的是（　　）

A. 身体没病，强健有力的人就是健康人

B. 受污染的环境可能对人体健康造成危害

C. 不健康的生活方式严重影响人体健康

D. 学会与人相处，维持良好的人际关系也是促进健康的一种方法

10.下列哪项不是家庭药箱配备药品应遵循的原则？（    ）

A. 针对性                                B. 急救性                                C. 广泛性                                D. 实用性

11.患心脏病的人要配备的药物是（    ）

A. 硝酸甘油                          B. 阿司匹林                          C. 感冒冲剂                          D. 红药水

12.当你心情不好时，下列哪种做法不当是（　　）

A. 到花园中散散步，转移注意力                             B. 向知心朋友诉说  
C. 把积压在内心的烦恼在课堂上宣泄出来，和老师相抵触          D. 找个理由，自我安慰

13.“人生不如意，十有八九”在你心情不好的时候，可以通过（　　）调节．

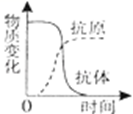
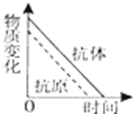
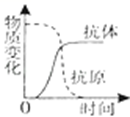
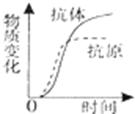
A. 打牌，赌一场                                           B. 如果有车，可以到高速公路上开快车宣泄自己的情绪

C. 找朋友酗酒，再睡一觉                             D. 可以找亲人诉说烦恼

14.下列预防手足口病的措施中，属于控制传染源的是（  ）

A. 开窗通风        B. 注意饮食卫生，喝开水，吃熟食        C. 对患者进行隔离治疗        D. 加强体质锻炼

15. 计划免疫是预防人类传染病的一种简便易行的手段．当人体注射疫苗后，体内抗原、抗体含量会发生相应变化，下列图示中能正确表示这种变化的是（  ）

A.                   B.                   C.                   D. 

**二、填空题**

16.健康不仅仅是指没有疾病或不虚弱．健康是指一种身体上、\_\_\_\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_\_\_\_方面的良好状态．

17.吸食毒品对人体危害很大，吸毒不仅会损害人的 \_\_\_\_\_\_\_\_ 系统，而且还能降低人体的 \_\_\_\_\_\_\_\_ 功能，严重的会导致死亡．

18.免疫对人体主要有三个方面的作用，一是\_\_\_\_\_\_\_\_ ；二是\_\_\_\_\_\_\_\_ ；三是\_\_\_\_\_\_\_\_ 。

19.今年，我国再次出现H7N9禽流感疫情，H7N9型禽流感是新亚型流感病毒，请依据图中疫病防控信息回答问题。



（1） 1月20日，上海市卫生计生委报告，上海新增2例人感染H7N9禽流感死亡病例，其中一例为医务人员．引起该病的病原体是\_\_\_\_\_\_\_\_ ，它的营养方式（生活方式）为\_\_\_\_\_\_\_\_ ，它与细菌的结构相比，最明显的区别是\_\_\_\_\_\_\_\_ 。

（2）该病在\_\_\_\_\_\_\_\_ 期传染性最强，图中②③④属于预防传染病的哪一措施?\_\_\_\_\_\_\_\_  。

（3）图中⑤所示，如果将H1N1禽流感疫苗接种到人体中以后，会使人体产生抵抗H7N9禽流感的相应抗体吗？\_\_\_\_\_\_\_\_  ，因为这种方式获得的免疫属于\_\_\_\_\_\_\_\_ ．

（4）在传染病的预防过程中，采用注射疫苗的作用是为了\_\_\_\_\_\_\_\_ ．

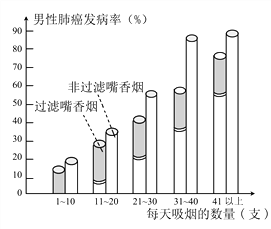
20.吸烟、酗酒和吸毒是当今社会的三大公害．其中\_\_\_\_\_\_\_\_对心血管系统的作用最为明显；而\_\_\_\_\_\_\_\_会损害人的大脑和心脏以及影响多个系统的功能，还会降低人的免疫功能．

**三、解答题**

21.资料分析  
（1）对于生物进化的研究，需要看懂一种特殊而美妙的文字，那就是化石．它以一定的方式在地球上写下了我们所生存环境的变迁，记载了生物的诞生、进化的历史．地层的每一层就好比一页纸，地层里的化石记录着生物进化的信息，所有地层串联成生物进化的历史．  
从以上资料中，说明生物进化的证据是什么？为什么？  
（2） 从前有个老太太，两个女儿都出嫁了，大女儿嫁给染坊的老板，小女儿嫁给卖雨伞的商人．老太太挂念两个女儿，下雨天担心染坊的布晾不干，晴天又担心小女儿家 的雨伞卖不出去，所以整日愁眉苦脸，一天天地忧郁憔悴起来．这时，有位高人路过，了解了原委后便指点她说：“只要把想法换一换，下雨天想小女儿的伞，天晴 了想大女儿的布，你就是一个幸福无比的人．”老太太照此去做，果然灵验，每天快乐无比，健康长寿．  
老太太前后所处的境遇并没有改变，是什么原因使苦恼老太太变成了快乐老太太？

**四、综合题**

22.下图是某地区男性每天吸烟的数量与肺癌发病率关系图。请据图分析回答：



（1）图中显示，每天吸烟的数量越多，男性肺癌的发病率越\_\_\_\_\_\_\_\_；每天抽同样多支数的烟，抽过滤嘴烟比抽非过滤嘴烟的肺癌发病率\_\_\_\_\_\_\_\_。

（2）抽烟会诱发肺癌，与香烟燃烧产生的烟雾中所含的致癌物质\_\_\_\_\_\_\_\_等有关。

（3）如果女性吸烟，除诱发肺癌等疾病外，还会大大增加患\_\_\_\_\_\_\_\_癌等疾病的可能性，孕妇如果直接吸烟或长期被动吸烟，还会诱发\_\_\_\_\_\_\_\_。

（4）如果你的父亲是一位香烟的“瘾君子”，你将如何帮助你的父亲戒烟？

\_\_\_\_\_\_\_\_

23.我的见解：玉溪的“三湖”（抚仙湖、星云湖、杞麓湖）是玉溪人民的“母亲湖”．这里风光秀丽，吸引了八方游客．上世纪八十年代后湖边建起了林立的宾馆、饭店；围湖造田，建塘养殖侵占湖面；植被破坏，湿地及湖滨消失；工农业污水，人畜粪便、垃圾等入湖…使得抚仙湖生物多样性受到破坏，水质下降；星云湖水质恶化，蓝藻爆发频繁，土著鱼种濒危…引起了全社会的深切关注．

近年来玉溪各级政府及有关部门乃至当地居民、学生采取了一系列措施和行动来保护和治理我们的“母亲湖”…

（1）结合材料和所学知识综合分析造成了对“三湖”环境污染的重要原因．\_\_\_\_\_\_\_\_．

（2）作为一个有责任的市民，我们在治理“三湖”等保护环境方面能做些什么？\_\_\_\_\_\_\_\_．

**答案**

一、单选题

1.【答案】C

【解析】【解 答】病死猪肉是指由于发病或者在摄入农药、灭鼠药、重金属等有毒物质后造成死亡的猪，病死猪肉是不能食用的，但是一些养猪户因为利益的趋势，将病死猪 肉卖给非法屠宰场，非法屠宰场将病死猪肉分割、绞碎等措施，伪造检验合格证，盖上合格证后公然销售到市场上供消费者购买，继而对消费者的生命健康造成极大 威胁．对病死猪肉的正确处理应该是集中焚烧或撒上石灰粉掩埋。

故选：C

【分析】食品安全包括两个方面的内容：一是食品原料的成分和质量问题，二是食品在生产、加工、运输、销售过程中人为的改变其性质而生产的安全问题。

2.【答案】D

【解析】【解答】解：健康的生活方式有：生活有规律、合理膳食、合理用药、异性同学间应建立真诚友谊、积极参加文娱活动和体育运动、不吸烟、不酗酒、拒绝毒品等，健康的生活方式不仅有利于预防各种疾病，特别是一些慢性、非传染性疾病，而且有利于提高人们的健康水平，提高生活质量．③④⑥有利于增强体质，提高免疫力，促进心理健康，属于健康的生活方式．星期日整天睡觉，生活不规律；少吃饭，多吃零食，不符合平衡膳食的要求；因烦恼事而抽烟、酗酒，不仅起不到消除烦恼的作用，而且影响健康．所以，①②⑤都属于不健康的生活方式．

故选：D

【分析】本题考查健康的生活方式，健康的生活方式有：生活有规律、合理膳食、合理用药、异性同学间应建立真诚友谊、积极参加文娱活动和体育运动、不吸烟、不酗酒、拒绝毒品等，据此答题．

3.【答案】D

【解析】【分析】抗体是指病原体侵入人体后，刺激淋巴细胞产生一种抵抗该病原体的特殊蛋白质，如当天花病毒侵入人体后，刺激淋巴细胞，产生抵抗天花病毒的特殊蛋白质，此蛋白质叫做抗体，抗原，引起淋巴细胞产生抗体的病原体就是抗原，抗原包括进入人体的微生物等病原体、异物、异体器官等，因此天花病毒在免疫学上称为抗原。  
【点评】解答此类题目的关键是理解抗原、抗体的概念。

4.【答案】A

【解析】【解答】解：移植到人体内植入器官的组织细胞相当于抗原，人体的免疫系统，会识别出非己成分，从而产生排斥反应，产生相应的抗体，来杀死或抑制异体器官的组织细胞的成活．因此在器官移植时，发生排斥不匹配的器官属于抗原．

故选：A

【分析】（1）引起淋巴细胞产生抗体的物质就是抗原．抗原包括进入人体的微生物等病原体、异物、异体器官等．（2）抗体是指抗原物质侵入人体后，刺激淋巴细胞产生的一种抵抗该抗原物质的特殊蛋白质，可与相应抗原发生特异性结合的免疫球蛋白．

5.【答案】C

【解析】【解答】解：根据安全用药的原则可知：①抗生素只能治疗细菌性疾病，且抗生素容易产生抗药性，也有毒副作用，不能乱用，①错误．②处方药，必须经医生诊断，才能购买和服用，②错误．③服药前，要仔细阅读药品使用说明书，注意说明书上的各项内容，以安全用药，③正确．④生病后，要到医院就医，不能到药店随便买些药服用，④错误．

故选：C

【分析】安全用药是指根据病情需要，正确选择药物的品种、剂量和服用时间等，以充分发挥最佳效果，尽量避免药物对人体产生的不良作用或危害，据此答题．

6.【答案】C

【解析】【解答】解：A、公共场所定期消毒属于切断传播途径，A不正确；

B、加强体育锻炼，增强免疫力属于保护易感人群，B不正确；

C、对H7N9患者及时隔离、治疗属于控制传染源，C正确；

D、在人群集中的地方戴口罩属于切断传播途径，D不正确．

故选：C．

【分析】传染病是由病原体引起的，能在生物之间传播的疾病．病原体指能引起传染病的细菌、真菌、病毒和寄生虫等，传染病若能流行起来必须具备传染源、传播途径、易感人群三个环节，所以预防传染病的措施有控制传染源、切断传播途径、保护易感人群．

7.【答案】B

【解析】【解答】自然界中的动物和植物在长期生存与发展的过程中，形成相互适应、相互依存的关系。动物能够帮助植物传粉，使这些植物顺利地繁殖后代。如蜜蜂采蜜。动物能够帮助植物传播果实和种子，有利于扩大植物的分布范围。如苍耳果实表面的钩刺挂在动物的皮毛上。

故答案为：B

【分析】动物在自然界中的作用：动物在维持生态平衡中起着重要的作用；促进生态系统的物质循环；帮助植物传粉、传播种子．

8.【答案】D

【解析】【解答】A、烟草中的尼古丁能使血液中的 红细胞数量增加，血液变稠，从而加重心脏的负担，容易引发心脏病，冠心病的发病率增高，所以戒烟可以降低冠心病的死亡风险，A说法正确，A不符合题意。  
B、心血管疾病是现代人的第一大杀手，心血管健康与日常生活习惯密切相关，因此平时应注意：合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡，尤其是自身的精神心理原因，长期暴露于有害心理环境下，可导致持续性高血压，急躁、进取心和竞争意识强者高血压患者显著多于普通人，可见B说法正确，B不符合题意。  
C、心血管疾病是现代人的第一大杀手，心血管健康与日常生活习惯密切相关，因此平时应注意：合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡。如果在饮食中使用过多的油脂类食物，容易造成心脏和血管的脂肪沉积，影响其正常功能，引发动脉硬化、高血压，可见我们应该注意合理搭配饮食，粗细搭配，合理膳食，C说法正确，C不符合题意。  
D、运动是保持健康的重要因素，体育锻炼能改善血液循环，促进心血管的健康，可见D说法错误，D符合题意。  
故答案为：D

【分析】本题考查心血管疾病的发生因素，解答此题需要了解引发心血管疾病的种类和引发的因素，心血管疾病有：高血压、冠心病、心肌炎、先天性心脏病等，影响心血管健康的因素除了遗传和先天性因素外，还包括人们的生活方式，比如长期的吸烟、酗酒、食用过量的油脂类食物、缺乏体育锻炼等。

9.【答案】A

【解析】【解答】解：传统的健康观是“无病即健康”，现代入的健康观是整体健康，世界卫生组织认为，健康是指一种身体上、心理上和社会适应方面的良好状态，而不仅仅是没有疾病和不虚弱．近年来，世界卫生组织又把道德修养和生殖质量也纳入了健康的范畴．可见A身体没病，强健有力的人就是健康人说法错误．

故选：A

【分析】健康是指一种身体上、心理上和社会适应方面的良好状态，而不仅仅是没有疾病和不虚弱．

10.【答案】C

【解析】【解答】解：属于安全用药小药箱器具的是体温表、纱布、剪刀；内服药是指必须口服，经消化道才能吸收的药物．内服药有：止泻药、感冒药、乘晕宁、硝酸甘油；外用药是指在体表黏贴的膏药，或涂抹的药物，外用药有：创可贴、烫伤膏、红花油、酒精、碘酒．药品分处方药和非处方药，非处方药是不需要医师处方、即可自行判断、购买和使用的药品，简称OTC．这些药物大都用于多发病常见病的自行诊治；处方药是必须凭执业医师或执助理医师才可调配、购买和使用的药品．非处方药不必医生嘱咐下使用，处方药不能自己购买，按照说明服用．因此，家庭药箱配备药品应遵循的原则是针对性、实用性、急救性等，而不必面面俱倒．

故选：C

【分析】安全用药是指根据病情需要，正确选择药物的品种、剂量和服用时间等，以充分发挥最佳效果，尽量避免药物对人体产生的不良作用或危害．

11.【答案】A

【解析】【解答】解：药品分处方药和非处方药，非处方药是不需要医师处方、即可自行判断、购买和使用的药品，简称OTC．这些药物大都用于多发病常见病的自行诊治；处方药是必须凭执业医师或执助理医师才可调配、购买和使用的药品，非处方药不必医生嘱咐下使用，处方药不能自己购买，按照说明服用．

A、硝酸甘油有松弛血管平滑肌，特别是小血管平滑肌，使全身血管扩张，外周阻力减少，静脉回流减少，减轻心脏前后负荷，降低心肌耗氧量、解除心肌缺氧．用于心绞痛急性发作，也用于急性左心衰竭的药物，无消毒作用．符合题意．

B、阿司匹林是一种历史悠久的解热镇痛药，诞生于1899年3月6日．用于治感冒、发热、头痛、牙痛、关节痛、风湿病，还能抑制血小板聚集．不符合题意．

C、感冒清热冲剂是治疗风寒感冒的常用药物，是由中药荆芥穗、桔梗、柴胡、苦杏仁等药物共同配伍加工提炼而成的，方剂中的荆芥是治疗感冒的良药，具有散风、解表、透疹等多种功能，属于非处方药．不符合题意．

D、红药水是消毒防腐剂，汞离子解离后与蛋白质结合，起杀菌作用．不符合题意．

故选：A

【分析】此题考查安全用药的知识，据此答题．

12.【答案】C

【解析】【解答】解：心情愉快是儿童青少年心理健康的核心．良好的情绪和适度的情绪反应，表示青少年的身心处于积极的健康状态．但是，在日常生活中，遇到不顺心的事，每个人都会或多或少地出现一些情绪问题，如紧张、生气、烦恼等．当出现这些问题时，我们可以试着用以下三种方法来调节自己的情绪．方法一：当情绪不好时，有意识地转移话题，或者做点别的事情，如听音乐、看电视、打球、下棋、外出跑步等，来分散自己的注意力，这样可以使情绪得到缓解．方法二：把自己心中的烦恼向亲人或知心的朋友诉说甚至大哭一场，把积压在内心的烦恼宣泄出来，这样也会有利于身心健康．但是，要注意宣泄的对象、地点和场合；方法也要适当，避免伤害别人．方法三：当你想得到一件东西，或者想做某件事而未能成功时，为了减少内心的失望，可以找一个适当的理由来安慰自己，这样可以帮助你在挫折面前接受现实，保持较为乐观的态度，不要把烦恼在课堂上宣泄，和老师做好沟通，综上所述可以知选项C符合题意．

故答案为：C．

【分析】此题考查的是调节情绪的方法，调节自己的情绪可概括为：一、转移注意力．二、宣泄．三、自我安慰，据此答题．

13.【答案】D

【解析】【解答】解：良好的情绪和适度的情绪反应，表示青少年的身心处于积极的健康状态．但是，在日常生活中，遇到不顺心的事，每个人都会或多或少地出现一些情绪问题，如紧张、生气、烦恼等．当出现这些问题时，我们可以试着用以下三种方法来调节自己的情绪．方法一：当情绪不好时，有意识地转移话题，或者做点别的事情，如听音乐、看电视、打球、下棋、外出跑步等，来分散自己的注意力，这样可以使情绪得到缓解．方法二：把自己心中的烦恼向亲人或知心的朋友诉说甚至大哭一场，把积压在内心的烦恼宣泄出来，这样也会有利于身心健康．但是，要注意宣泄的对象、地点和场合；方法也要适当，避免伤害别人．方法三：当你想得到一件东西，或者想做某件事而未能成功时，为了减少内心的失望，可以找一个适当的理由来安慰自己，这样可以帮助你在挫折面前接受现实，保持较为乐观的态度，综上所述可以知选项D符合题意．

故选：D．

【分析】心情愉快是儿童青少年心理健康的核心，调节自己的情绪可概括为：一、转移注意力．二、宣泄．三、自我安慰

14.【答案】C

【解析】【解答】开窗通风属于切断传播途径；注意饮食卫生，喝开水，吃熟食属于切断传播途径；对患者进行隔离治疗属于控制传染源；加强体育锻炼属于保护易感人群。

故答案为：C

【分析】传染病是由病原体引起的，能在生物之间传播的疾病．具有传染性和流行性；病原体指能引起传染病的细菌、真菌、病毒和寄生虫等．传染病若能流行起来必须具备传染源、传播途径、易感人群三个环节，所以预防传染病的措施主要有控制传染源、切断传播途径和保护易感人群．

15.【答案】C

【解析】【解答】在注射疫苗时体内没有相应的抗体，抗体数量为0；注射疫苗一定时间后体内的淋巴细胞产生抗体，抗体数量才开始增多；当抗体达到一定的数量时，抗体消灭抗原，导致抗原数量开始减少．因此图示中能正确表示这种变化的是C．

故选：C

【分析】（1）引起淋巴细胞产生抗体的抗原物质就是抗原．抗原包括进入人体的微生物等病原体、异物、异体器官等．（2）抗体是指抗原物质侵入人体后，刺激淋巴细胞产生的一种抵抗该抗原物质的特殊蛋白质，可与相应抗原发生特异性结合的免疫球蛋白．（3）疫苗是由病原体制成的，只不过经过处理之后，其毒性减少或失去了活性，但依然是病原体．当人体注射疫苗时，会刺激淋巴细胞，产生相应的抗体．解答此类题目的关键是理解掌握抗原和抗体的特点以及二者的数量变化．

二、填空题

16.【答案】心理健康；社会适应能力

【解析】【解答】解：传统的健康观是“无病即健康”，现代 人的健康观是整体健康，世界卫生组织认为，健康是指一种身体上、心理上和社会适应方面的良好状态，而不仅仅是没有疾病和不虚弱．维持心理健康和良好的情绪，是健康生活的重要内容．  
故答案为：心理健康，社会适应能力  
【分析】健康不仅是躯体没有疾病和不虚弱，还要具备心理健康、社会适应良好和有道德．

17.【答案】神经；免疫

【解析】【解答】吸毒的危害极大，尤其是对神经系统有很大的损害，降低人体的免疫功能，并使心肺受损，呼吸麻痹，严重的会导致死亡。毒品具有很强的成瘾性，一旦沾染，很难戒除，严重危害人体身心健康，危害社会。一而再、再而三地吸毒形成了对毒品的依赖性之后，吸毒后的快感会不断递减，因此，为了达到与原来同样的刺激强度，吸毒者必须加大剂量，如果毒品用量过度会引起吸食者猝死，后果不堪设想。因此我们都要杜绝毒品，尤其是青少年，要坚决远离毒品，坚决杜绝“第一口”，吸毒往往是从第一口开始的，一旦开始，就会成瘾。  
故答案为：神经；免疫  
【分析】吸食毒品会影响人体的健康，危害极大．对本人、他人、家庭、社会都会造成很大的危害．

18.【答案】预防感染；自身稳定；免疫监视

【解析】【解答】免疫是人体的一种防御功能，人体依靠这种功能识别“自己”和“非己”成分，能够及时清除自身产生的衰老、死亡和损伤细胞，破坏和排斥进入体内的抗原物质，维持人体内部环境的平衡和稳定，还可以随时监视识别和清除体内产生的异常细胞，防止肿瘤细胞的产生。  
【分析】根据免疫的功能进行分析回答，主要是防御、自我稳定和免疫监视。

19.【答案】H7N9禽流感病毒 ；寄生 ；没有细胞结构 ；发病初期 ；切断传播途径 ；不会 ；特异性免疫 ；保护易感人群

【解析】【解答】（1）病原体是能引起人和动物传染病的微生物和寄生虫的统称．其中有细菌、病毒、真菌（如引起黄癣病的霉菌）、原虫（如疟原虫）、蠕虫（如蛔虫） 以及螨类（如疥螨）等．引起本次禽流感的病原体是H7N9病毒，病毒是一类结构十分简单的微生物，与其他生物相比，它没有细胞结构，主要有蛋白质的外壳和 内部的遗传物质组成．病毒不能独立生活，只能寄生在其他生物的活细胞中。

（2）传染病主要包括四个时期：潜伏期、初期、中期、后期，发病初 期是细菌病毒等微生物大量繁殖最为活跃的时候，能够大量的散播病原体，可以通过呼吸道和消化道以及其它方式排出体外，此时传染性最强．图中②③④是切断了 病原体到达健康人的途径，属于预防传染病的切断传播途径。

（3）图中5所示注射H1N1禽流感疫苗，免疫系统便会产生相应的抗体，使人体获得对H1N1病毒的免疫力，但对H7N9禽流感病毒不起作用；由于这种免疫力是后天获得的，并只对特定的病原体起作用，因此通过接种疫苗获得的免疫属于特异性免疫。

（4）进行预防接种的目的是提高人们对某种传染病的抵抗力，在传染病的预防上属于保护易感人群的措施。

故答案为：

（1）H7N9禽流感病毒、寄生、没有细胞结构

（2）发病初期、切断传播途径

（3）不会、特异性免疫

（4）保护易感人群

【分析】（1）病原体是能引起人和动物传染病的微生物和寄生虫的统称。

（2）病毒是一类结构十分简单的微生物，它没有细胞结构，主要有蛋白质的外壳和内部的遗传物质组成。

（3）预防传染病的措施：控制传染源、切断传播途径、保护易感人群。

（4）人体通过接种疫苗获得的免疫属于特异性免疫，属于保护易感人群。

20.【答案】酒精；毒品

【解析】【解答】吸烟、酗酒和吸毒是当今社会的三大公害，使呼吸道容易受病菌侵袭而患气管炎、支气管炎等疾病；酒精对心血管系统的作用最为明显；吸毒能影响中枢神经系统的调节功能；损害人的大脑，降低人的免疫力，  
故答案为：酒精；毒品【分析】不健康的生活方式：  
①吸烟：烟雾中的有害物质如尼古丁、焦油等有害物质进入人体诱发多种呼吸系统疾病，如慢性支气管炎症、肺癌等；  
②酗酒：酒精会损害人的心脏和血管使肝脏硬化，增加患癌症的危险，长期酗酒，会造成酒精中毒，甚至中枢神经系统受到抑制（车祸元凶之一）；  
③毒品：吸毒（摇头丸、K粉、冰毒、鸦片、大麻、可卡因、吗啡、海洛因）会损害人的神经系统，降低人体的免疫功能，并使心脏受损，呼吸麻痹，严重的会导致死亡；  
④网瘾：染上网瘾的人会毫无节制地花费大量时间和精力上网，导致身体免疫力低下，还会出现心理疾病，产生错误的思想道德观念.

三、解答题

21.【答案】（1）化石  
（2）保持愉快心情的调节方法有很多，换位思考也是调节心理健康的好方法

【解析】【解答】解：（1）生物化石的古生态研究是重建地史时期古地理、古气候的重要依据．每种生物都是生活在一定的环境，适应环境的结果．各种生物在其习性行为和身体形态构造上都具有反映环境条件的特征．利用这些特征就可以推断生物的生活环境，例如海生生物化石珊瑚、有孔虫等反映海洋环境；陆生植物叶片、树根、昆虫等则反映大陆环境．根据一个地质时期各种生物化石的生活环境和气候条件的研究，就可以推断该时期的海陆分布、海岸线位置和湖泊、河流、沼泽的范围等．古环境和古气候的重建对地质历史的了解是十分重要的．此外，生物的硬体部分还可以形成反映古环境、古气候的岩石标志，如贝壳岩反映海滨环境，生物岩礁反映低纬度暖海环境，泥炭或煤反映潮湿沼泽环境等．  
（2）保持愉快心情的调节方法有很多，换位思考也是调节心理健康的好方法，例如：可以这么想：下雨的时候，小女儿家可以卖伞．晴天的时候，大女儿家的染坊的布可以晾晒．这样，不管晴天还是雨天，都可以赚到钱，我们都有个好心态．万事都没有绝对的完美，我们只有怀着乐观的心态去看待．  
故答案为：  
（1）化石（参考新教材八年级下册第54﹣55页）。化石是指保存在岩层中地质历史时期的古生物遗物和生活遗迹．  
（2）保持愉快心情的调节方法有很多，换位思考也是调节心理健康的好方法（参考新教材八年级下册第91﹣92页）  
【分析】化石是指保存在岩层中地质历史时期的古生物遗物和生活遗迹．在漫长的地质年代里，地球上曾经生活过无数的生物，这些生物死亡后的遗体或是生活时遗 留下来的痕迹，许多被当时的泥沙掩埋起来．在随后的岁月中，这些生物遗体中的有机物质分解殆尽，坚硬的部分如外壳、骨骼、枝叶等与包围在周围的沉积物一起 经过石化变成了石头，但是他们原来的形态、结构（甚至一些细微的内部构造）依然保留着．同样，哪些生物生活时留下来的痕迹也可以这样保留下来．我们把这些 石化的生物遗体、遗迹就称为化石．化石是生物进化的重要证据．

四、综合题

22.【答案】（1）高；低  
（2）尼古丁、焦油  
（3）子宫；胎儿畸形  
（4）①宣传吸烟对自己和家人健康的危害；②和父亲一起做烟草浸出液对水蚤心率影响的实验；③制订“戒烟”计划，和母亲一起监督执行；④当父亲犯烟瘾的时候，给父亲端上一杯热茶或递上一份可口的食品，分散注意力

【解析】【解答】（1）从图中可以看出①每天吸烟数量与肺癌发病率成正比例的关系，吸烟数量越多，发病率越高；②吸非过滤嘴的烟比过滤嘴的烟引起肺癌发病率要高。  
（2）香烟中含有1400多种成分。吸烟时产生烟雾里有40多种致癌物质，还有十多种会促进癌发展的物质，其中对人体危害最大的是尼古丁、一氧化碳焦油和多种其它金属化合物。  
（3）如果女性吸烟，除诱发肺癌等疾病外，还会大大增加患子宫癌等疾病的可能性，孕妇如果直接吸烟或长期被动吸烟，还会诱发胎儿畸形。  
（4）如果我的父亲是一位香烟的“瘾君子”，可以通过以下方法来劝父亲戒烟：①宣传吸烟对自己和家人健康的危害；②和父亲一起做烟草浸出液对水蚤心率影响的实验；③制订“戒烟”计划，和母亲一起监督执行；④当父亲犯烟瘾的时候，给父亲端上一杯热茶或递上一份可口的食品，分散注意力；⑤买戒烟药送给父亲等。

【分析】烟雾中的有害物质如尼古丁、焦油等有害物质进入人体诱发多种呼吸系统疾病，如慢性支气管炎症、肺癌等.

23.【答案】（1）围湖造田、植被破坏、水污染  
  
（2）①做一名义务的环保宣传员，增强人们的环保意识，②保护环境，不乱扔垃圾等

【解析】【解答】（1）从资料可以看出：造成“三湖”污染的主要原因有围湖造田、植被破坏、工农业污水，人畜粪便、垃圾等入湖造成的水污染。  
（2）我们可以做到：①做一名义务的环保宣传员，增强人们的环保意识，②保护环境，不乱扔垃圾等。  
故答案为：（1）围湖造田、植被破坏、水污染；（2）①做一名义务的环保宣传员，增强人们的环保意识，②保护环境，不乱扔垃圾等

【分析】保护环境是指人类为解决现实的或潜在的环境问题，协调人类与环境的关系，保障经济社会的持续发展而采取的各种行动的总称，保护生物的多样性、植树造林、对工业生产排放的废水废气进行处理，防止环境污染都是环境保护的基本措施；而大量使用农药、化肥则会造成环境污染，破坏生态平衡．