# 苏教版八年级生物下册\_第十单元 第26章 珍爱生命 单元检测试题

## 学校：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 班级：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 考号：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

一、 选择题

1. “开车不喝酒，酒后不开车”．关于酗酒对人体的危害，以下说法不合理的是（ ）

A.酒精会引起神经衰弱、智力减退

B.酒精会损害心脏和血管，引起心血管病

C.酒精会损害肝脏

D.醉酒后走路不稳是由于酒精影响了大脑功能

2. 健康是人们永远的美好追求，是人生宝贵的财富。下列关于健康的说法，错误的是（ ）

A.体格健壮、肌肉发达、身体没病的人就是健康的人

B.学会与人相处，维护良好的人际关系能促进健康

C.摄入合理的营养，加强体育锻炼，搞好个人卫生有助于健康地生活

D.出现一些情绪问题时，能转移注意力，合理宣泄以保持愉快的心情

3. 在“探究烟草浸出液对水蚤心率的影响”的实验中，下列说法错误的是（ ）

A.用于实验的水蚤其体型大小应基本一致

B.需要配制不同浓度的烟草浸出液形成对照

C.同一组水蚤应在不同浓度烟草浸出液中做重复实验

D.需要在显微镜下观察水蚤的心率变化

4. 烟草燃烧时，烟雾中对人体有害的物质是（ ）

A.尼古丁、二氧化碳

B.尼古丁、一氧化碳

C.尼古丁、焦油、一氧化碳

5. 近年来因酒后驾车引发的交通事故不断攀升．驾驶员酒后驾车易发生重大车祸的主要原因是过量饮酒导致（ ）

A.慢性酒精中毒

B.肝脏负担加重

C.心脏血管受损

D.中枢神经系统受抑制

6. 关于吸烟、喝酒的叙述，错误的是（ ）

A.青少年应该不吸烟、不喝酒

B.吸烟会提神，增强记忆力

C.饮酒会使人兴奋或麻痹

D.酒后驾车易导致交通事故

7. 香烟中含有下列哪种有害物质（ ）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| A.尼古丁 | B.焦油 | C.一氧化碳 | D.以上都是 |

8. 当受到挫折时不应采取的措施是（ ）

A.向朋友征求意见

B.向家长诉说，寻求帮助

C.向老师讲述，求得帮助

D.保持沉默或者是借酒消愁

9. 下列关于吸烟、喝酒、吸毒的叙述中，错误的是（ ）

A.青少年应该不吸烟、不喝酒，应当绝对禁止吸毒

B.长期吸烟会使人的记忆力和注意力增强

C.饮酒多了，会使脑处于过度兴奋状态或麻痹状态

D.毒品会严重影响神经系统的调节功能，危害人的身心健康

10. 一位同学设计了酒精对水蚤心率的影响实验．该同学配置了下列不同浓度的酒精进行了实验，并记录下了不同酒精浓度中水蚤内心跳的次数．据此回答（1）~（2）小题：

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 溶液浓度 | 清水 | 酒精浓度 | | | | |
|  |  |  |  |  |
| 心跳次数 |  |  |  |  |  |  |

（1）根据实验，可知水蚤的正常心率约为（ ）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| A. | B. | C. | D. |

（2）该实验的变量是（ ）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| A.温度 | B.水蚤 | C.酒精浓度 | D.空气 |

11. 吸烟、酗酒、吸毒是当今社会的三大公害．以下对这三大公害叙述正确的是（ ）

A.吸烟只危害自身健康，对他人没有影响

B.酗酒与酒精肝、肝硬化的患病率增高无关

C.吸毒能够维持社会的安定和促进经济的发展

D.吸毒会损害人的大脑，降低人的免疫力

12. 世界环境日是（ ）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| A.月日 | B.月日 | C.月日 | D.月日 |

13. 在研究烟草浸出液对水蚤心率影响的实验中，下列叙述不正确的是（ ）

A.同一只水蚤在测得其在某一浓度烟草浸出液中的心率后，还要测该水蚤在清水中的心率

B.实验中需要设置清水对照组

C.需要配制不同浓度的烟草浸出液

D.要在显微镜下计数水蚤心率并作好记录

14. 酗酒对下列哪个器官的损伤最大？（ ）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| A.口腔 | B.咽 | C.食道 | D.胃 |

15. 心情愉快是青少年心理健康的核心，当你遇到挫折或者不顺心的事情时，不应采取（ ）

A.听听音乐或看看电视

B.找知心朋友诉说

C.摔枕头，打沙袋宣泄

D.憋在心里，默默承受

16. 国际禁毒日为（ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A.每年的月日 | B.每年的月日 |
| C.每年的月日 | D.每年的月日 |

17. 下列关于吸毒危害的叙述中错误的是（ ）

A.吸毒者共用注射器有可能传播遗传病

B.吸毒者共用注射器有可能传播艾滋病

C.吸毒行为严重损害吸毒者的身心健康

D.吸毒行为严重危害社会秩序

18. 长期吸食毒品对人体健康有很大危害，下列关于吸毒危害的描述中错误的是（ ）

A.引起免疫力迅速下降

B.感染除艾滋病以外的传染病

C.影响中枢神经系统的调节功能

D.容易造成暴力犯罪或精神抑郁

19. 下列关于吸烟、吸毒的叙述，错误的是（ ）

A.吸烟提神，并促进脑发育

B.吸烟导致肺癌发病率上升

C.吸毒一旦染上很难戒掉

D.吸毒严重危害社会安定

20. 吸烟时烟雾中的尼古丁、焦油等对人体有害，鸦片、海洛因等毒品对人体的损害也很大．那么吸烟或吸食毒品，首先损害的是（ ）

A.呼吸道黏膜

B.循环系统内的血液

C.肺泡

D.神经系统

21. 当一位学生有心理障碍时，你认为她采取什么措施才对身心有益（ ）

A.隐瞒不对别人说

B.自己找办法解决

C.请家长、老师帮忙

D.找机会宣泄内心的烦恼

22. 关于健康的解释正确的是（ ）

A.健康就是没有疾病

B.身体和心理的健康

C.心情愉快，身体健康

D.身体、心理和社会适应方面都处于良好状态

23. 国家要求学校要把学生培养成健康有用的人才．这里所说的健康是指（ ）

A.肢体健全，没有疾病

B.身体强壮，心情愉快

C.身体健康，心理健康

D.身体上、心理上和社会适应方面良好状态

24. 下列关于健康的观点中，错误的是（ ）

A.积极的人生态度有利于健康

B.心理健康和道德健康也属于健康的范畴

C.健康不能依赖于保健品

D.“体强无病”就是健康

25. 下列属于健康的生活习惯的是（ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A.通宵玩游戏 | B.拒绝毒品 |
| C.因烦恼而喝酒 | D.不吃早餐 |

26. 探究实验为避免误差，需要计算平均值，但也有个别例外．下列计算不需要计算平均值的是（ ）

A.测定种子的发芽率

B.探究植物对空气的湿度的影响

C.探究蚂蚁的通讯

D.烟草浸出液对水蚤心率的影响

27. 已过不惑之年的赵经理，老朋友相聚，只顾一时高兴饮高浓度白酒后，突然哮喘发作，呼吸困难，经医生全力抢救才脱离危险．这说明酗酒影响了（ ）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| A.消化系统 | B.神经系统 | C.循环系统 | D.呼吸系统 |

28. 以下调节情绪的方法，不合理的是（ ）

A.通过听音乐、看电视、打球、下棋或散步以缓解不良情绪

B.通过摔枕头、打沙袋等方式，宣泄内心的烦恼

C.心情不好时，随时大声说话或打骂他人以缓解心中的不快

D.为了减少考试失误带来的痛苦，找一些理由来安慰自己

29. 小强的文具盒丢了，老师和同学怀疑小明偷去了，小明怎么也解释不清楚，小明同学的下列做法正确的是  
（ ）

A.与老师顶撞，说明委屈

B.与同学打架，把事情摆平

C.回家用适当的方式宣泄委屈，再找机会与老师和同学解释清楚

D.同学和老师对自己不公平，下次真的去偷同学的东西来宣泄自己心中的不平

30. 吸毒是一个社会化的问题，下列有关吸毒的叙述不正确的是（ ）

A.吸毒会损害神经系统

B.吸毒会降低免疫功能

C.吸毒会使心肺受损

D.吸毒只会危害自身，不妨碍他人

二、 填空题

31. 保持愉快的心情，要学会调节自己的情绪．当情绪不好时，可通过\_\_\_\_\_\_\_\_或者\_\_\_\_\_\_\_\_来分散自己的注意力；当自己有很大的烦恼时，可向\_\_\_\_\_\_\_\_或\_\_\_\_\_\_\_\_诉说，甚至\_\_\_\_\_\_\_\_，把积压在内心的烦恼\_\_\_\_\_\_\_\_，这样有利于自己的身心健康；当自己一时受到挫折时，为了减少内心的失望，可以找一个\_\_\_\_\_\_\_\_来安慰自己，以接受事实，保持乐观的生活态度．

32. 毒品的危害：会损害人的\_\_\_\_\_\_\_\_，降低人体免疫功能，使心肺受损，呼吸麻痹，甚至死亡．

33. 当今社公的三大公害是\_\_\_\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_\_\_\_．

34. 心情愉快是儿童青少年心理健康的核心．保持心情愉快的方法有以下三种：  
方法一：\_\_\_\_\_\_\_\_；方法二：\_\_\_\_\_\_\_\_；方法三：\_\_\_\_\_\_\_\_．

35. 草燃烧时，烟雾中含有多种对人体有害的物质，如\_\_\_\_\_\_\_\_，\_\_\_\_\_\_\_\_等．

36. 当我感到压抑时，我就会随时大声喊叫，以排解心中的烦恼．\_\_\_\_\_\_\_\_．

37. 阅读下列材料，回答问题．  
烟草燃烧时会产生约多种有害物质（如尼古丁、、焦油等），全球亿烟民中，每年死于肺病、冠心病等与吸烟相关的疾病超过结核、艾滋病、车祸和自杀等死亡的总和，长期吸烟者的肺癌发病率比不吸烟者高倍至倍，吸烟者吸烟时对周围人的危害比对自己还大，我国烟民约占全世界的三分之一，其中岁至岁的烟民约占．世界卫生组织将每年的月日定为“世界无烟日”，年无烟日的口号是“烟草致命如水火无情，控烟履约可挽救生命”，我国己禁止在公共环境中抽烟．  
为了解吸烟对人体的危害，某实验小组进行了“烟草浸出液对水蚤心率的影响”的实验：用只大小一致、秒心跳范围在次之间的成年水蚤进行实验，烟草浸出液是用四等份的烟丝中分别加人、、、蒸馏水浸泡一天而成．下列是实验的相关数据：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 组 号 |  |  |  |  |  |
| 用不同量的蒸馏水配制的烟草浸出液 | 清水 |  |  |  |  |
| 秒内心跳次数 |  |  |  |  |  |

（1）资料显示，吸烟者首先危害的是人体的\_\_\_\_\_\_\_\_系统，进而引起各种不同慢性病，严重时还会导致肺癌、冠心病等．

（2）实验数据表明，随着烟草浸出液浓度增加，水蚤心率的变化是\_\_\_\_\_\_\_\_．

（3）选择健康的生活方式要从我做起，除不吸烟外，请你再写出两条健康的生活方式：\_\_\_\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_\_\_\_．

（4）该实验的变量是\_\_\_\_\_\_\_\_．

（5）实验时，一只水蚤只能做两次实验，应先在清水中观察，再在烟草浸出液中观察，其先后顺序不能颠倒，因为\_\_\_\_\_\_\_\_．

38. 大麻、海洛因、摇头丸、烈性酒都是毒品．\_\_\_\_\_\_\_\_．

39. 这几年以来，许多地方实施了禁止酒后驾车的“禁酒令”．为什么要实施“禁酒令”？  
小敏猜想：  
①可能是饮酒后人的反应能力下降；  
②可能是饮酒后人对红、绿灯颜色的辨别能力下降；

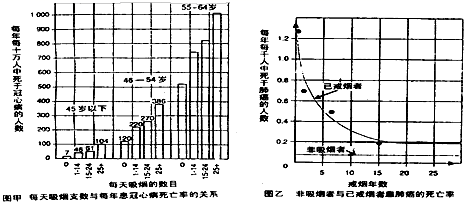
（1）你的猜想是饮酒后人\_\_\_\_\_\_\_\_．  
为了验证猜想①，小敏对一些成年人进行了饮酒后反应能力的测试，具体操作如下：  
．小敏将直尺一端拿住，刻度朝下，让被测试者将拇指和食指放在直尺刻度附近；  
．小敏突然松开直尺，被测试者迅速将直尺夹住，记录被测试者夹住直尺处的刻度值；  
．被测试者重复上述实验次，计算平均值填入表中．

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 参与人 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 饮啤酒数/杯 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 杯以上 |
| 饮酒后反应/厘米 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 无法完成测试 |

（2）小敏是通过\_\_\_\_\_\_\_\_来比较人饮酒后反应力高低，这种科学探究方法叫做\_\_\_\_\_\_\_\_．

（3）小敏实验的不足之处是\_\_\_\_\_\_\_\_；你改进的具体操作步骤是\_\_\_\_\_\_\_\_．

40. 根据图中的图甲和图乙，回答下列问题：



（1）人人都知道“吸烟有害健康”．上图甲是每天吸烟支数与每年患冠心病死亡率的关系，图乙是非吸烟者与已戒烟者患肺癌的死亡率．某同学分析这两图，得出了下列结论，其中错误的是\_\_\_\_\_\_\_\_  
、同样多抽支烟对不同年龄的人危害是不相同的  
、日抽烟支以上的人群中死于冠心病的人数约是不抽烟的至倍  
、戒烟三十年者与非吸烟者死于肺癌的人数比率一样  
、吸烟是诱发青年人患冠心病的原因之一

（2）有资料表明，在青少年中吸烟的比例比以前有所上升．你觉得自己应该选择？\_\_\_\_\_\_\_\_．

# 参考答案与试题解析

# 苏教版八年级生物下册\_第十单元 第26章 珍爱生命 单元检测试题

### 一、 选择题

1.

【答案】

D

【解析】

喝酒会严重损害人的神经系统，中枢神经系统是指脑和脊髓，脑有大脑、小脑、脑干组成．大脑皮层有许多重要的神经功能区如语言中枢、视觉中枢、听觉知识、躯体感觉中枢、躯体运动中枢等．少量饮酒可以促进中枢神经兴奋，在神经系统的作用下心跳加快，出现面红耳赤现象；小脑维持躯体的平衡，使动作准确协调，过量饮酒使小脑中毒，出现走路不稳的现象．

2.

【答案】

A

【解析】

健康是指个体在身体上、心理上、社会适应三个方面的良好状态，它包括三个层次的健康。  
（1）身体健康：指身体结构完好和功能正常。  
（2）心理健康：又称精神健康，指人的心理处于完好状态，包括正确地认识自我，正确地认识环境和及时适应环境。  
（3）社会适应能力：即每个人的能力应在社会系统内得到充分的发挥，作为健康的个体应有效地扮演与其身份相适应的角色。  
特别提醒：道德健康也是一个人健康的一个方面，道德健康指具有良好的道德观念和行为。具有识别是非、美丑、善恶的能力，并能控制自己的行为符合社会道德观念的要求。

3.

【答案】

C

【解析】

此题以“探究烟草浸出液对水蚤心率的影响实验”为知识背景，考查学生的实验设计能力、实验探究能力、接受图表信息、分析处理信息的能力．  
对照实验是在探究某种条件对研究对象的影响时，对研究对象进行的除了该条件不同以外，其他条件都相同的实验．根据变量设置一组对照实验，使实验结果具有说服力．一般来说，对实验变量进行处理的，就是实验组．没有处理是的就是对照组．

4.

【答案】

C

【解析】

吸烟主要危害人体的呼吸系统，香烟中含有多种成分．吸烟时产生烟雾里有多种致癌物质，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．

5.

【答案】

D

【解析】

此题主要考查的是喝酒对人体的危害，思考解答．

6.

【答案】

B

【解析】

吸烟、酗酒对社会、对家庭的危害大，特别是人们对吸烟、酗酒的危害认识不足，吸烟、酗酒的人数逐年怎多，年龄呈下降趋势．在公共场合吸烟时对旁人的危害比对他自己还大．

7.

【答案】

D

【解析】

根据香烟烟气的成分进行分析判断；香烟燃烧时能生成二一氧化碳、烟焦油、尼古丁等有毒物质．

8.

【答案】

D

【解析】

此题考查的是调节情绪的方法，据此答题．

9.

【答案】

B

【解析】

此题主要考查的是吸烟、喝酒和吸毒的危害，据此解答．

10.

【答案】

D

C

【解析】

水蚤心率很容易受到酒精浓度影响，水蚤心率会随着酒精浓度的增加而减慢．在清水中的水蚤心率是正常的．

探究实验设计的两个基本原则：“对照原则”和“控制单一变量原则”；设置对照实验目的在于消除无关变量对实验对象的影响．增加可信度和说服力，探究实验一定要设置对照组．

11.

【答案】

D

【解析】

吸烟、酗酒、吸毒对社会、对家庭的危害大，被称为当今社会的三大公害．

12.

【答案】

A

【解析】

保护资源和环境已成为一个世界性的问题，日益被人们所关注．每年的月日为世界环境日．

13.

【答案】

A

【解析】

（1）科学探究的一般过程：提出问题、作出假设、制定计划、实施计划、得出结论、表达和交流．  
（2）对照实验：在探究某种条件对研究对象的影响时，对研究对象进行的除了该条件不同以外，其他条件都相同的实验．根据变量设置一组对照实验，使实验结果具有说服力．一般来说，对实验变量进行处理的，就是实验组．没有处理是的就是对照组．

14.

【答案】

D

【解析】

长期酗酒对人体的危害非常大，喝的酒首先进入人的消化系统，然后由胃来吸收，使胃受到伤害．

15.

【答案】

D

【解析】

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，据此答题．

16.

【答案】

A

【解析】

联合国将每年的月日定为“国际禁毒日”．

17.

【答案】

A

【解析】

毒品对中枢神经系统和周围神经系统都有很大的损害，可产生异常的兴奋、抑制等作用，出现一系列神经、精神症状，如失眠、烦躁、惊厥、麻痹、记忆力下降、主动性降低、性格孤僻、意志消沉、周围神经炎等．对心血管系统、呼吸系统、消化系统和生殖系统等都会造成严重的危害．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．

18.

【答案】

B

【解析】

吸毒危害极大，对本人、他人、家庭、社会都会造成很大的危害．毒品对中枢神经系统和周围神经系统都有很大的损害，可产生异常的兴奋、抑制等作用，出现一系列神经、精神症状，如失眠、烦躁、惊厥、麻痹、记忆力下降、主动性降低、性格孤僻、意志消沉、周围神经炎等．对心血管系统、呼吸系统、消化系统和生殖系统等都会造成严重的危害．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．

19.

【答案】

A

【解析】

此题主要考查的是吸烟、吸毒对人体的危害，思考解答．

20.

【答案】

A

【解析】

此题主要考查的是吸烟的危害，思考解答．

21.

【答案】

C

【解析】

此题考查的是调节情绪的方法，据此答题．

22.

【答案】

D

【解析】

此题考查的是健康的概念，是基础性的题目，据此答题．

23.

【答案】

D

【解析】

此题考查的是健康的概念，是基础性的题目，据此答题．

24.

【答案】

D

【解析】

健康不仅仅是没有疾病，而是指一种身体上、心理上和社会适应方面的良好状态．据此解答．

25.

【答案】

B

【解析】

此题考查健康的生活方式．坚持合理营养；坚持体育锻炼；按时作息；不吸烟、不喝酒；拒绝毒品；合理用药；积极参加集体活动等都是健康的生活习惯．

26.

【答案】

C

【解析】

对于需要数据验证的实验，常需要设置重复组，求其平均值，为了排除由偶然性引起的误差，提高实验的准确性；对于需要物质变化验证的实验，不需要测定平均值．

27.

【答案】

D

【解析】

此题考查酗酒对人体健康的危害，据此答题．

28.

【答案】

C

【解析】

保持愉快心情是心理健康的核心．当遇到挫折而情绪不好时，一、可以用摔枕头、打沙袋的方式，把积压在内心的烦恼宣泄出来；二、找一个适当的理由来安慰自己；三、可以听音乐、看电视、打球、下棋、散步等来分散注意力．

29.

【答案】

C

【解析】

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．

30.

【答案】

D

【解析】

此题主要考查的是毒品的危害，据此解答．

### 二、 填空题

31.

【答案】

听音乐,看电视,亲人,知心的朋友,大哭一场,宣泄出来,适当的理由

【解析】

保持愉快心情是心理健康的核心．青少年要有健康的身体和愉快的心情．

32.

【答案】

神经系统

【解析】

吸毒危害极大，对本人、他人、家庭、社会都会造成很大的危害．毒品对中枢神经系统和周围神经系统都有很大的损害，可产生异常的兴奋、抑制等作用，出现一系列神经、精神症状，如失眠、烦躁、惊厥、麻痹、记忆力下降、主动性降低、性格孤僻、意志消沉、周围神经炎等．吸毒能使心肺受损，对心血管系统、呼吸系统、消化系统和生殖系统等都会造成严重的危害．还危害免疫系统，降低免疫功能．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，危害他人和社会．

33.

【答案】

吸烟,酗酒,吸毒

【解析】

吸烟、酗酒、吸毒对社会、对家庭的危害大，被称为当今社会的三大公害．

34.

【答案】

转移注意力,宣泄,自我安慰

【解析】

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．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．

35.

【答案】

尼古丁,焦油

【解析】

吸烟对人体的健康有很大的危害，根据香烟烟气的成分和性质回答．

36.

【答案】

【解析】

此题考查调节情绪的方法，据此答题．

37.

【答案】

呼吸

逐渐加快

合理膳食,坚持锻炼身体

烟草浸出液的浓度

烟草浸出液会在水蚤体内残留，影响实验结果的准确性

【解析】

（1）此题以“探究烟草浸出液对水蚤心率的影响实验”为知识背景，考查学生的实验设计能力、实验探究能力、接受图表信息、分析处理信息的能力．

（2）对照实验是在探究某种条件对研究对象的影响时，对研究对象进行的除了该条件不同以外，其他条件都相同的实验．根据变量设置一组对照实验，使实验结果具有说服力．一般来说，对实验变量进行处理的，就是实验组．没有处理是的就是对照组．

38.

【答案】

【解析】

毒品是指鸦片、海洛因、甲基苯丙胺（冰毒）、吗啡、大麻、可卡因以及国家规定管制的其他能够使人形成瘾癖的麻醉药品和精神药品．

39.

【答案】

神志不清

测量直尺开始下落到实验者夹住直尺的距离,转换法

没有设计对照组,应该在每个实验者没饮酒之前进行一次测量

【解析】

人饮酒后，酒精麻醉大脑，引起人神志不清．  
从表中可以看出，饮酒前和饮酒后，人的反应距离明显增加，反应速度减慢，据此解答：

40.

【答案】

（1）；

（2）不吸烟、不喝酒；

【解析】

吸烟对人体健康的危害．吸烟引发气管炎、支气管炎、肺气肿、肺癌等呼吸系统疾病，对人的循环系统、消化系统、神经系统等会造成不同程度的损伤，而且容易引发高血压、冠心病等疾病．  
健康的生活方式：吃营养配餐；坚持体育锻炼；按时作息；不吸烟、不喝酒；拒绝毒品；积极参加集体活动，