

# 國立臺灣體育大學九十八學年度研究所碩士班入學考試試題

所別：運動保健學系碩士班運動傷害防護組

科目：運動傷害防護學

(本試題共 4 頁)

- ※注意：1 答案一律寫在答案卷上，否則不予計分。  
2 請核對試卷、准考證號碼與座位號碼三者是否相符。  
3 試卷『彌封處』不得污損、破壞。  
4 行動電話或呼叫器等通訊器材不得隨身攜帶，並且關機。

## (本試題總計 200 分)

### 一. 單選題 (每題 5 分，共 100 分)

- 執行Trendelenburg's test 時，當病患之右腳抬起而右邊的骨盆垂下時，下列何者為其最可能的問題？  
A 右邊的臀中肌攣縮    B 左邊的臀中肌攣縮  
C 右邊的臀中肌無力    D 左邊的臀中肌無力
- 一位20歲急性單側背痛者，主訴坐、躺比站立或彎腰舒服，直膝抬腿 (straight leg raise) 並未增加不適，X 光結果正常。最有可能為：  
A 椎間盤突出 (disc herniation)    B 背肌拉傷 (muscle strain)  
C 脊椎狹窄 (spinal stenosis)    D 腰椎滑脫 (spondylolisthesis)
- 有關肩峰鎖骨關節 (acromioclavicular joint) 受傷之早期復健計畫，下列何者最合適？  
A 三角巾吊帶支撐手臂重量  
B 特別加強三角肌肌力訓練  
C 鼓勵從事手臂前伸及上舉動作，以增加關節活動度  
D 特別加強上斜方肌肌力訓練
- 下列何者是檢查肱二頭肌長頭 (long head) 是否緊縮的動作？  
A 肩後伸 (extension) + 肘屈曲    B 肩後伸 (extension) + 肘伸直  
C 肩前屈 (flexion) + 肘屈曲    D 肩前屈 (flexion) + 肘伸直
- 有關內側網球肘 (medial tennis elbow) 的敘述，下列何者正確？  
A 在伸腕阻力測試時，最會有疼痛感  
B 病患在腕內側有最明顯的壓痛點  
C 牽張治療時正確的動作是伸腕加前臂旋前 (pronation)  
D 牽張治療時正確的動作是伸腕加前臂旋後 (supination)
- 下列何者為後側肩關節不穩定之測試擺位？  
A 肩屈曲、外轉及內收    B 肩屈曲、內轉及內收  
C 肩外轉及外展    D 肩內轉及外展

7. 投擲選手復健期間，進入功能性參與階段時，肌力加強應著重下列那一組肌肉組合，以降低投擲動作對肘關節內側產生的不當力？
- A 肱三頭肌+腕屈肌+旋後肌 (supinator)
  - B 肱二頭肌+腕屈肌+旋前肌 (pronator)
  - C 肱二頭肌+腕伸肌+旋前肌 (pronator)
  - D 肱三頭肌+腕伸肌+旋後肌 (supinator)
8. 於膝前十字韌帶損傷患者身上進行閉鎖鏈 (closed-chain) 運動訓練時，通常股四頭肌與脛旁肌 (hamstrings) 會進行同時收縮 (co-contraction)，下列敘述何者正確？
- A 隨著膝屈曲角度增加，脛旁肌肌肉活動漸減
  - B 隨著膝屈曲角度減小，脛旁肌肌肉活動漸減
  - C 膝屈曲角度增減過程中，脛旁肌肌肉活動量一直持平
  - D 脛旁肌肌肉活動量與膝屈曲角度之增減無關
9. 就膝半月板後角破裂 (posterior horn meniscal tear) 的患者而言，下列有關膝關節動作對於破裂處之影響，何者正確？
- A 膝伸直動作有助於促使破裂的半月板回位 (reduction)
  - B 膝屈曲動作有助於促使破裂的半月板回位 (reduction)
  - C 膝伸直與膝屈曲動作均會促使破裂的半月板回位 (reduction)
  - D 膝伸直與膝屈曲動作均會促使破裂的半月板離得更遠
10. 為降低女性運動員罹患膝前十字韌帶損傷 (anterior cruciate ligament injury) 的危險性，下列何種措施不符合訓練原則？
- A 採取雙膝關節微彎的跳躍著地策略
  - B 減低跳躍著地時的力道 (landing forces)
  - C 增強肌肉力量 (muscle power)
  - D 降低脛旁肌-股四頭肌肌力比值 (hamstrings-to-quadriceps muscle ratio)
11. 有關髌股關節疼痛 (patellofemoral pain) 的治療，下列何者正確？
- A 抑制髌內收肌之肌力有利於髌骨向內側移
  - B 若要合併貼紮，則應先將髌骨向外側拉，才可激發其向內側移動
  - C 不可使用閉鎖鏈運動方式，以免訓練中產生疼痛
  - D 在做直膝抬腿訓練時，可合併髌外轉
12. 病患俯臥，膝屈曲90°，下列何種檢測動作有疼痛感，則可能是膝半月板傷害？
- A 將脛骨牽拉 (distraction)，並作脛骨旋轉動作
  - B 將脛骨牽拉 (distraction)，並作腳踝旋轉動作
  - C 由腳底向膝關節施壓，並作脛骨旋轉動作
  - D 由腳底向膝關節施壓，並作腳踝旋轉動作

13. 下列有關施測踝關節背屈(dorsiflexion)及內翻(inversion)的徒手肌力測驗(manual muscle test)的敘述，何者正確？
- A 受試者可採俯臥姿勢受測
  - B 主要作用肌為脛前肌(tibialis anterior)
  - C 主要作用肌為脛後肌(tibialis posterior)
  - D 主要作用肌為腓腸肌(gastrocnemius)
14. 增強式肌力訓練法(plyometric training)又被稱為：
- A 巡迴式重量訓練法(circuit weight training)
  - B 漸進式阻力運動訓練法(progressive resistive exercise)
  - C 伸展—縮短操練法(stretch-shortening drills)
  - D 每日調節式阻力運動訓練法(daily adjustable progressive resistive exercise)
15. 有關肩峰鎖骨關節(acromioclavicular joint)受傷之敘述，下列何者正確？
- A 大多因猛烈面對面撞擊而引起
  - B 除非合併骨折，否則並不應採手術治療
  - C 肩關節動作測試在一開始時最痛
  - D 肩關節阻力測試(resisted test)時不會痛
16. 當芬克史坦測試(Finkelstein test)出現疼痛加劇的現象時，可能出現下列何種問題？
- A. de Quervain's disease
  - B. Dupuytren's disease
  - C. Jersey finger
  - D. Mallet finger
17. 下列肩部問題及其特殊測試之組合，何者正確？
- A 肩夾擠症候群(impingement)－前抽拉測試(anterior drawer test)
  - B 冰凍肩(frozen shoulder)－驚恐測試(apprehension test)
  - C 二頭肌斷裂－空罐測試(empty can test)
  - D 旋轉袖肌(rotator cuff)斷裂－垂臂測試(drop arm test)
18. 有關重度膝後十字韌帶損傷(posterior cruciate ligament injury, grade 3)初期復健計畫之敘述，下列何者錯誤？
- A 被動關節活動儀(CPM)可用於接受重建手術患者之術後復健
  - B 被動關節活動儀不可用於接受保守治療的重度膝後十字韌帶損傷患者
  - C 早期主動動作會使韌帶承受過度外力
  - D 早期主動動作易使韌帶拉長而導致鬆弛

19. 對膝關節手術後病人進行肌力訓練時，下列訓練方式其阻力由小至大的次序，何者正確？
- 1 增強式肌力訓練 (plyometric training)
  - 2 離心等速肌力訓練 (eccentric isokinetic training)
  - 3 肌肉定位等長收縮 (muscle setting)
  - 4 中速向心等速肌力訓練 (concentric isokinetic training)
- A.1234    B.3214    C.4321    D.3421
20. 下列有關肩關節不穩定 (shoulder instability) 之敘述，何者正確？
1. 創傷型 (traumatic) 肩關節不穩定應先採用保守治療，無效後才考慮手術
  2. 非創傷型 (atraumatic) 肩關節不穩定採用保守治療多數有效
  3. 運動訓練以肱二頭肌、肱三頭肌、三角肌最重要
  4. 運動訓練以肩旋轉肌群最重要
- A.12    B.34    C.13    D.24

## 二. 問答題 (共 100 分)

1. 某一位職棒投手，右手肘尺側副韌帶於比賽中發生撕裂的情形，經醫生檢查後需要作重建手術。請問此手術的俗稱為何？請針對手術後復健的時間分期及內容，並依照其運動特性排定一復健處方。(30 分)
2. 請問腦震盪可能發生的原因及機轉為何？副作用有哪些？如何區分受傷的程度？處理腦震盪運動員應注意的事項為何。(30 分)
3. 請試著分別舉出 3 種以開放式動力鏈 (Open kinetic chain) 訓練股四頭肌的方式。另舉出 3 種以封閉式動力鏈 (Close kinetic chain) 訓練股四頭肌的方式。並請說明兩種訓練方式的優缺點為何？兩種運動模式該如何運用於運動治療中，請舉例說明？(40 分)