

102年第一次專門職業及技術人員高等考試牙醫師考試分試考試、藥師、醫事放射師、助產師、物理治療師、職能治療師、呼吸治療師、獸醫師考試

代 號：3309

類科名稱：物理治療師

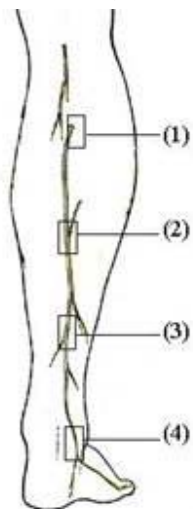
科目名稱：物理治療技術學（包括電療學、熱療學、操作治療學與輔具學）

考試時間：1小時

座號：_____

※注意：本試題禁止使用電子計算器

- 有關主動電極（active electrode）的特性，下列那些是正確的？①電極片面積較大 ②電流密度較大 ③正極 ④負極 ⑤置於治療部位 ⑥遠離治療部位
A.僅①④⑤
B.僅②④⑥
C.僅③⑥
D.僅②⑤
- 關於影響電阻的因素，下列何者錯誤？
A.汗液的電阻小於自來水
B.細銅線的電阻小於粗銅線
C.增加組織的溫度可減少電阻
D.當電能轉換產生熱能時會增加電路中的電阻
- 下列何種生理現象會在自主性肌肉收縮和電刺激引起肌肉收縮時有共同的表現？
A.肌細胞內橫橋之滑動
B.徵召運動元的順序
C.神經興奮的傳導方向
D.運動元激發的同步程度
- 下列何種神經電學檢查的策略有助於分辨周邊神經或是神經根的壓迫？
A.測試來自同神經根的一條近端與一條遠端肌肉的反應時間差
B.隔週重複測試同一條肌肉之強度－時間曲線（strength-duration curve）中時值（chronaxie）改變
C.測試來自不同神經根支配但肌肉位置鄰近的兩條肌肉的基本電位（rheobase）差
D.測試來自不同神經根但相同周邊神經的兩條肌肉的反應強度（amplitude）差
- 下列何者為電刺激對於肌肉纖維之運動神經元徵召的正確順序？
A.快肌→抗疲乏快肌→慢肌
B.抗疲乏快肌→快肌→慢肌
C.慢肌→抗疲乏快肌→快肌
D.快肌→慢肌→抗疲乏快肌
- 因神經炎造成周邊神經的去髓鞘（demyelination），其電神經診斷的結果報告中，下列何者最不可能出現？
A.神經傳導速率降低
B.潛伏時間（latency）延長
C.長期間高強度的多相電位波（high amplitude long duration polyphasic potential）
D.複合運動反應電位（compound motor action potential）強度下降
- 要進行腓腸神經（sural nerve）的逆向傳導測試（antidromic test），則其刺激與記錄電極應分別放置在下圖中的何處？



- A.刺激電極：3，記錄電極：4

- B.刺激電極：2，記錄電極：1
C.刺激電極：3，記錄電極：2
D.刺激電極：2，記錄電極：3
- 8.下列何者不是電刺激之功效？
A.增加肌肉柔軟度
B.增加血液循環
C.增加神經再生速率
D.減少疼痛
- 9.使用離子電泳法治療時，關於電極的電流密度，下列何者正確？
A.定義為治療部位單位面積通過的電荷量
B.建議安全範圍是 $1 \sim 10 \text{ mA/cm}^2$
C.電流密度越大，藥物被導入量越少
D.主動電極電流密度大於分散電極
- 10.關於離子電泳法中的電極片準備，下列何者錯誤？
A.負極之大小應至少為正極的兩倍大
B.正負極電極片大小會影響治療效果
C.電極片可選用鋁箔紙對折數次並剪裁成適當大小直接覆蓋在皮膚上
D.為確保電極片與皮膚間的良好接觸，可使用彈性帶固定之
- 11.在利用神經肌肉電刺激進行肌力訓練時，由於每一位病患對電刺激的耐受度不同，因此，通常以達到何種程度之肌肉收縮作為電刺激強度指標？
A.最大單一抽搐收縮（maximal twitch contraction）
B.最大自主等張收縮（maximal voluntary isotonic contraction）
C.最大可忍受收縮（maximal tolerated contraction）
D.最大自主等長收縮（maximal voluntary isometric contraction）
- 12.目前微電流刺激最具實證醫學相關證據的臨床應用為：
A.降低水腫
B.治療慢性疼痛
C.增強自主肌肉收縮力
D.促進傷口癒合
- 13.相對於持續性、低力量輸出之刺激；當提供健康肌肉間歇性、高力量輸出（intermittent, high-force-level）的神經肌肉電刺激時，較易引起下列何種肌肉適應現象？
A.氧化代謝酵素活動增加
B.肌纖維內間橋（cross-bridge）數量的增加
C.肌肉之收縮性蛋白質的數量降低
D.粒線體（mitochondria）的數量增加
- 14.下列何種臨床或生理指標可以協助區辨肌力不足的成因是否因病患主動徵召不完全（incomplete activation）所造成？
A.作用週期（duty cycle）
B.共模抑制比（common-mode rejection ratio）
C.基值（rheobase）
D.中樞活化比（central activation ratio）
- 15.對於有周邊動脈阻塞性疾病（peripheral arterial occlusive disease; PAOD）的患者而言，進行電刺激時應特別注意的事項，下列何者錯誤？
A.電極片應放置在主要肌肉群的運動點，以產生肌肉幫浦運動
B.降低刺激的強度，以減少缺血性疼痛的產生
C.減少收縮間的休息時間，以加強肌肉幫浦運動，促進血液循環
D.降低刺激的頻率，減少肌肉的疼痛
- 16.相同的波寬、頻率及強度設定，何種間歇低頻電流波形具有最大的總電流？
A.矩形對稱雙相波
B.方形單相波
C.法拉第波
D.正弦對稱雙相波
- 17.一位明天要開腸部手術的病患，你預計將使用經皮神經電刺激控制其術後傷口疼痛，則下列處置何者不恰當？
A.手術前就先讓他了解如何使用TENS
B.在開刀房內即用消毒的TENS電極片置於傷口上
C.在恢復室即可開始使用TENS治療
D.術後18~72小時，再由病人自行調整TENS的強度

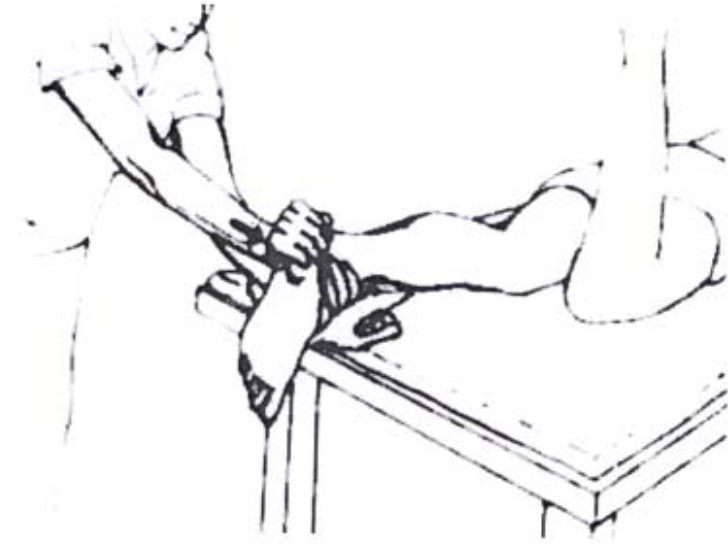
- 18.肌電圖生物回饋訓練不適用於下列何種患者？
- A.無法言語
 - B.表體感覺喪失
 - C.缺乏主動控制肌肉之能力
 - D.聽覺喪失
- 19.下列那兩者主要利用蒸發作為熱轉移（heat transfer）方式？①冰敷 ②冰凍按摩 ③冷噴劑（vapocoolant spray） ④排汗
- A.①②
 - B.①③
 - C.②④
 - D.③④
- 20.水療中所利用之浮力為對水中的身體部位產生下列何種推力？
- A.延著身體各部位之軸心
 - B.向上（水面）
 - C.向下（水底）
 - D.水平方向
- 21.燙傷病患傷口正處於癒合階段時，計畫使用熱療後做牽拉運動，應選擇何種熱療方式較佳？
- A.熱敷
 - B.蠟療
 - C.微粒治療
 - D.短波
- 22.下列熱療的形式中，那些適合治療部位配合主動運動同時進行？①短波 ②蠟療 ③微粒熱療 ④水療
- A.①③
 - B.①④
 - C.②③
 - D.③④
- 23.關於冷熱交替療法對治療區域的影響，下列何者正確？
- A.具有止痛效應
 - B.皮下組織溫度變化極小
 - C.肌肉組織溫度變化可達攝氏7度以上
 - D.對於施加治療的區域產生血流降低的變化
- 24.下列那些情況不適合做熱敷？①有出血傾向 ②月經週期 ③有金屬內固定 ④有血栓靜脈炎 ⑤有感覺缺失
- A.①③④
 - B.①③⑤
 - C.②④⑤
 - D.①④⑤
- 25.水療對於心血管的生理效應為下列何者？
- A.減少靜脈循環
 - B.減少心輸出量
 - C.減慢心跳
 - D.增加收縮壓
- 26.在短波熱療儀器內，所使用之振盪器產生的頻率為：
- A.17.12 MHz
 - B.27.12 MHz
 - C.37.12 MHz
 - D.47.12 MHz
- 27.反射性熱療之適應症為何？
- A.痙攣
 - B.急性滑囊炎
 - C.缺血性疼痛
 - D.冰凍肩
- 28.下列那些是超音波的適應症？①軟組織粘黏 ②不明原因疼痛 ③肌腱發炎 ④韌帶扭傷 ⑤促進骨頭癒合
- A.①②③④⑤
 - B.僅①③④⑤
 - C.僅②③④

- D.僅①③④
- 29.關於使用聲泳法（phonophoresis）的優點，下列何者錯誤？
- A.藥物在局部不會產生全身性效果
 - B.不會有服用藥物腸胃不適現象
 - C.不會有藥物注射感染的情形
 - D.藥物能直接作用在治療的區域
- 30.關於超音波內石英片（crystal）的敘述，下列何者正確？
- A.一般石英片具有耐震性特性
 - B.較高頻率超音波，使用較薄石英片
 - C.石英片安置於機器主機內
 - D.厚石英片適合音波傳導
- 31.下列電磁波依其波長排序，其大小順序應為何？①短波 ②紫外線 ③微波 ④X光線
- A.①>②>③>④
 - B.④>①>②>③
 - C.①>③>②>④
 - D.②>③>①>④
- 32.有關超音波治療的空泡作用（cavitation），下列何者正確？
- A.只要有空泡形成，就對人體有害
 - B.低頻的超音波較易造成空泡形成
 - C.使用超音波治療最好同時使用電刺激以減少空泡形成
 - D.治療頭不要移動可減少空泡形成
- 33.短波治療的電容板（capacitor plates）與皮膚間要以毛巾隔開，主要是因為：
- A.取代衣物
 - B.隔絕電容板上的髒東西
 - C.讓熱擴散，不會只聚積在皮膚與皮下脂肪
 - D.病人隱私
- 34.電磁波的輻射能被組織吸收的程度與下列那一定律無關？
- A.正弦定律（sine law）
 - B.餘弦定律（cosine law）
 - C.反平方定律（inverse square law）
 - D.Bunsen Roscoe互異定律（Bunsen Roscoe law of reciprocity）
- 35.有關紅內線與紫外線基本生理效應之敘述，下列何者正確？①紅內線主要作用在產生熱效應 ②紅內線主要作用在光化學反應 ③紫外線主要作用在產生熱效應 ④紫外線主要作用在光化學反應
- A.①③
 - B.①④
 - C.②③
 - D.②④
- 36.當使用冷石英（cold quartz）產生器提供紫外線，對一久不癒合的褥瘡傷口內進行紫外線治療時，下列何項作法並不適當？
- A.可在距離傷口正上方約2.5公分處進行照射
 - B.可讓紫外線燈以直接接觸傷口的方法進行照射
 - C.由於患部缺乏皮膚，需於對側肢體有健全皮膚處進行紅斑測試（erythrometry）以決定適當治療劑量
 - D.實際照射前最好提供1-3分鐘的暖機時間
- 37.下列何種牽引有活動椎間關節的效果？①連續式（continuous）腰椎牽引 ②持續式（sustained）腰椎牽引 ③間歇式（intermittent）腰椎牽引 ④徒手（manual）腰椎牽引
- A.①②
 - B.③④
 - C.①③
 - D.②④
- 38.張小姐因慢性淋巴水腫進行右上肢的間歇性充氣式壓迫治療，治療師建議她同時配合做主動手部活動增進治療效果，則應何時進行？
- A.消氣階段
 - B.充氣階段
 - C.無關充氣或消氣的階段配合
 - D.消氣與充氣階段交替進行
- 39.下列病症何者適合接受機械性脊椎牽引治療？

- A.食道裂孔（hiatal hernia）
B.結核性脊椎（T.B. spine）
C.風濕性關節炎（rheumatoid arthritis）
D.脊椎狹窄所致之脊椎神經根夾擠（spinal nerve root impingement caused by spinal stenosis）
- 40.一位有顳頷關節失能的病患，同時有需要接受頸椎牽引時，應考量牽引力設計施加於何處？
A.頭顱乳突
B.枕骨
C.顳骨
D.頷骨
- 41.測量髖關節內轉（medial or internal rotation）關節活動度時，下列步驟何者錯誤？
A.讓個案坐在床緣，身體保持直立，雙腳垂出床外，不接觸地面，避免髖關節外展或內收
B.物理治療師一隻手固定個案股骨遠端，防止其向外移動
C.另一隻手於踝關節上方，將個案小腿向內側移動，使個案之髖關節內轉
D.一般正常之動作末端感覺（end-feel）為緊（firm）
- 42.下列何種情形，不適合對病人執行被動關節活動治療？
A.為了解關節角度受限情形
B.為教導病患執行正確動作
C.為了解病患肌力
D.執行被動牽拉之前步驟
- 43.對於孩童而言，不宜過早開始接受肌力訓練，以免影響其生長發育，一般而言，最好幾歲以後方能接受正式的肌力訓練計畫？
A.3—4歲
B.6—7歲
C.10—11歲
D.15—18歲
- 44.對於骨質疏鬆的患者，要避免所謂的病理骨折的發生，因此為促進骨質密度而設計阻力運動時，下列何者不是正確的處理方式？
A.在初期的6-8週，重量訓練的強度先採用低強度，每種運動均做一回合即可
B.可利用快速的跳躍動作，以加速骨質的恢復
C.使用下肢承重的閉鎖鏈運動中，應避免髖部的扭轉動作，及軀幹的屈曲動作
D.有跌倒高風險的患者，不宜參加群體治療，應以一對一的監督方式進行運動計畫
- 45.下列有關阻力訓練後肌肉酸痛的敘述，何者正確？
A.阻力訓練後的急性肌肉酸痛（acute muscle soreness）有可能是因為血流不足以及代謝廢物（例如乳酸、鉀離子）堆積所致
B.向心式肌肉收縮阻力訓練比離心式肌肉收縮阻力訓練容易出現嚴重的延遲發生的肌肉酸痛（delayed-onset muscle soreness）症狀
C.已經有證據顯示，阻力訓練後延遲發生的肌肉酸痛（delayed-onset muscle soreness）是因為肌肉痙攣（spasm）所致
D.阻力訓練後之延遲發生的肌肉酸痛（delayed-onset muscle soreness）症狀，藉由被動牽拉（passive stretch）即可緩解
- 46.要指導退化性關節炎患者進行等長收縮的肌力訓練時，下列應注意事項中何者錯誤？
A.收縮時間不超過6秒鐘
B.避免最大收縮
C.收縮時吸氣，放鬆時吐氣
D.避免超過兩群以上的肌群同時收縮
- 47.肌力衰弱是中風後常見的問題之一，下列關於中風患者的肌力訓練，何者正確？
A.肌力訓練會造成肌肉不正常張力以及血壓提高，且不具實質的效果，因此最好不要使用
B.離心收縮式肌力訓練會造成較大的心血管壓力，因此宜使用向心收縮式的訓練
C.中風患者如果有感覺功能低下或異常時，屬於肌力訓練的禁忌症
D.直立姿勢（如坐姿）比起半躺臥姿或平躺姿勢下進行肌力訓練，造成患者血壓的上升較少
- 48.教導臥床病患如何在床上移位時，下列何者不是其主要目的？
A.提升病人在床上功能性活動的能力，例如穿褲子或使用便盆
B.協助培養後續轉位所需的能力，以提升生活獨立能力
C.避免產生皮膚褥瘡或關節攣縮
D.促進患部附近組織的新陳代謝
- 49.一般建議燒傷（thermal injury）面積較大患者所處的房間溫度最好是：
A.比一般室溫低
B.一般室溫

- C.比一般室溫高
D.白天維持一般室溫，晚間比一般室溫略高
- 50.在執行依賴式站立旋轉（dependent standing pivot）轉位時，下列關於維持正確的身體力學（body mechanics）之敘述，何者錯誤？
A.使病患儘量靠近自己的重心
B.軀幹的肌肉採等張收縮方式
C.兩腳張開以增加穩定度
D.抬舉病人要使用下肢的力量
- 51.下列行走輔具依其所提供的穩定度由大而小排列，何者正確？①Axillary crutches ②Walker ③Canes ④Forearm crutches
A.②①③④
B.①②④③
C.②①④③
D.②④③①
- 52.下列關節與其關節囊受限模式（capsular pattern of restriction）之對應，何者錯誤？
A.顳頷（temporomandibular）關節：張嘴幅度變小
B.枕寰（occipitoatlantal）關節：後彎受限幅度大於前彎受限幅度
C.腰椎：後彎受限幅度大於前彎受限幅度
D.遠端橈尺（distal radioulnar）關節：旋前（pronation）與旋後（supination）受限幅度差不多
- 53.對關節活動受限病患實施肌能量技術（muscle energy technique）時，治療師需對所選取肌肉的那一部位施與固定？
A.遠端附著部位
B.近端附著部位
C.中段部位
D.最靠近關節部位
- 54.對一病患執行右側的俯臥屈膝測試（prone knee bend test）：發現病患抱怨大腿前側有酸痛感；若進一步將病患的頭向左側彎，則大腿前側酸痛感覺增加。根據測試結果，這位病患最有可能的是：
A.膝關節的關節活動度過小
B.股直肌（rectus femoris muscle）緊縮
C.股神經（femoral nerve）的神經組織活動度（neural tissue mobility）有問題
D.頸椎長骨刺
- 55.下列何種按摩手法，可協助組織間隙中過多的液體移入淋巴區？
A.深撫法（deep stroking）
B.淺撫法（superficial stroking）
C.拍打法（clapping）
D.揉推法（kneading）
- 56.以關節鬆動術增加食指之掌指（metacarpophalangeal）關節外展（abduction）活動度，可一手固定掌骨，另一手將近端指骨（proximal phalanx）往下列那個方向推動？
A.尺向（ulnar）
B.橈向（radial）
C.腹向（volar）
D.背向（dorsal）
- 57.治療師可藉由下列那一測試，了解病患頸椎的關節內動作程度？
A.頸椎壓迫測試（cervical compression test）
B.頸椎側滑動測試（cervical lateral glide test）
C.脊椎動脈測試（vertebral artery test）
D.頸椎關節活動度測試（cervical range of motion test）
- 58.下列有關執行關節鬆動術之敘述，何者正確？
A.可藉由施力方向的調整，牽拉沾黏的韌帶組織
B.施力點應盡量遠離關節面，如此較為省力
C.施力的方向是模仿關節面相互滾動之發生情形
D.Geoffrey Maitland將關節鬆動術依照施力大小分為三級
- 59.執行下列何種按摩時無須使用介質塗抹於按摩部位？
A.深層摩擦按摩
B.顏面神經癱瘓按摩
C.瑞典式按摩
D.嬰兒按摩

60. 如何利用本體感覺神經肌肉誘發技巧（proprioceptive neuromuscular facilitation）中的握持－放鬆（hold-relax）牽拉膝關節屈曲肌群（knee flexors）？
- A. 膝關節伸直至屈曲肌群感到有點緊程度下，要求屈曲肌群收縮後放鬆
 - B. 膝關節屈曲至伸直肌群（extensors）感到有點緊程度下，要求屈曲肌群收縮後放鬆
 - C. 膝關節伸直至屈曲肌群感到有點緊程度下，要求伸直肌群收縮後放鬆
 - D. 膝關節屈曲至伸直肌群感到有點緊程度下，要求伸直肌群收縮後放鬆
61. 下列何者是執行正中神經（median nerve）鬆動術時，正確的上肢肢體擺位動作？
- A. 手肘伸直＋手臂內轉＋前臂旋前（pronation）＋手腕手指屈曲
 - B. 手肘伸直＋手臂外轉＋前臂旋前（pronation）＋手腕手指伸直
 - C. 手肘屈曲＋手臂內轉＋前臂旋前（pronation）＋手腕手指屈曲
 - D. 手肘伸直＋手臂外轉＋前臂旋後（supination）＋手腕手指伸直
62. 下列有關附圖之敘述，何者錯誤？（圖中箭號為治療師施力方向）



- A. 此為距下（subtalar）關節鬆動術的一種
 - B. 治療師施力在跟骨（calcaneus）上
 - C. 此技術為內滑（medial glide）技術
 - D. 此手法可增加被治療關節之內翻（inversion）活動度
63. 下列何者是附圖中治療師食指與中指執行深層摩擦按摩（deep friction massage）之組織？



- A. 脛後肌（tibialis posterior）
 - B. 腓骨長肌（peroneus longus）
 - C. 後脛韌帶（posterior tibial ligament）
 - D. 三角韌帶（deltoid ligament）
64. 截肢手術後，常會施予Ace彈繃（Ace bandage wrapping）包紮，為維持較好彈繃效果，一般建議多久應重新包紮？
- A. 1-2小時

- B.4-6小時
- C.8-10小時
- D.12-14小時

65. 髖關節穗狀支架（hip spica orthosis）主要作用為：

- A.預防髖關節內收（hip adduction）
- B.預防髖關節外展（hip abduction）
- C.預防髖關節外轉（hip external rotation）
- D.預防髖關節屈曲（hip flexion）

66. 經脛骨截肢（transtibial amputation）患者，從正面看他的義肢，發現相對於套筒（socket）而言，義足（含keel）整個過於偏內，在行走站立期時會覺得殘肢的那個部分壓力變大？

- A.近端內側及遠端外側
- B.遠端內側及遠端外側
- C.近端內側及近端外側
- D.遠端內側及近端外側

67. 一位膝上截肢患者，於站立中期（義肢側）在額狀面（frontal plane）出現身體側彎至義肢側，下列最可能的原因為：

- A.套筒位置過於內收（adduction）
- B.套筒內側壁（medial wall）過高
- C.鞋跟（heel）過高
- D.髖關節伸肌（hip extensors）過緊

68. 下圖中義足為：



- A.沙其足（SACH foot）
- B.飛毛腿（Flex Foot）
- C.西雅圖足（Seattle foot）
- D.第二代穩踝式彈性內足（SAFE II）

69. 下列那種手部輔具，有助於輔助C6脊髓損傷患者之手部功能？

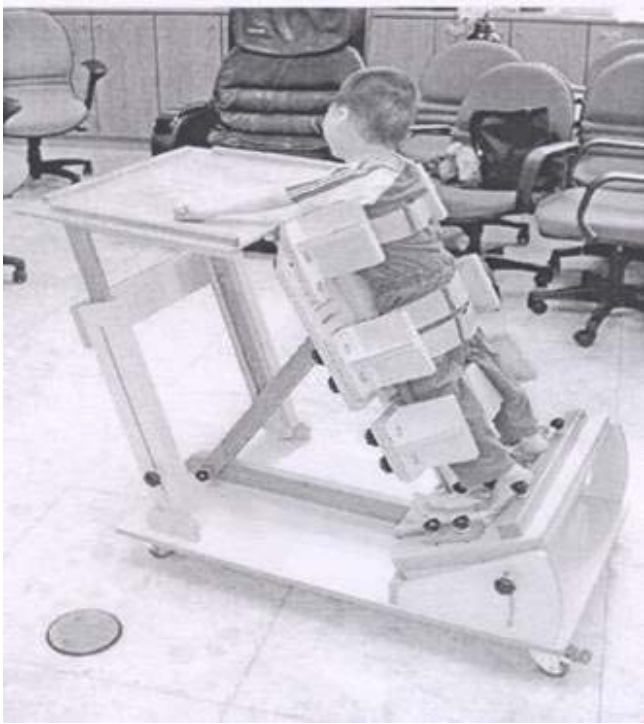
- A.豎腕副木（cock-up splint）
- B.大拇指固定式副木（thumb spica splint）
- C.芝加哥副木（RIC tenodesis splint）
- D.動態式伸展副木（dynamic extension splint）

70. 依照國際健康功能與身心障礙分類系統（International Classification of Functioning, Disability and Health, ICF）的分類，則下列敘述何者錯誤？

- A.輔具使用是歸類於活動與參與的因素
- B.近視是歸類於身體功能的因素
- C.無障礙環境是歸類於環境的因素
- D.截肢是歸類於身體構造的因素

71.

關於圖中的輔具，下列敘述何者錯誤？

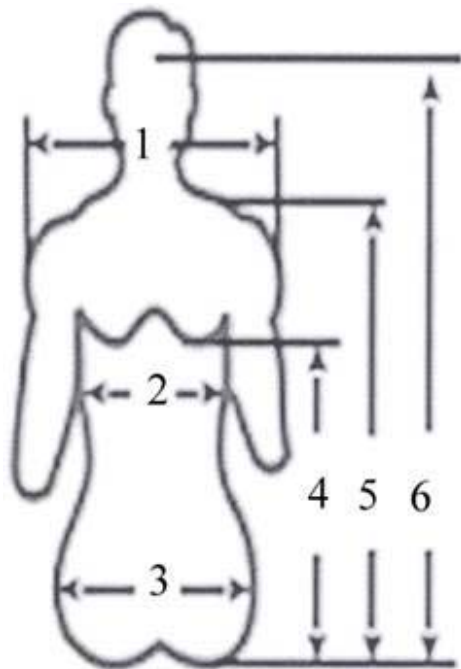


- A.圖中是前傾式的站立架
- B.如果前傾角度加大，則可以訓練使用者上半身的伸展力量
- C.前傾角度加大亦會增加下肢承重的力量
- D.如果圖中的輔具是患者在學校中必須使用的教學用輔具，則此類教學輔具將由學校準備，患者不用另外購置

72.目前現行輔具補助的法源為：

- A.身心障礙者權益保障法
- B.身心障礙者權益促進法
- C.身心障礙者保護法
- D.障殘福利法

73.輪椅座寬應以圖中的那一個人體計量資料為主要依據？

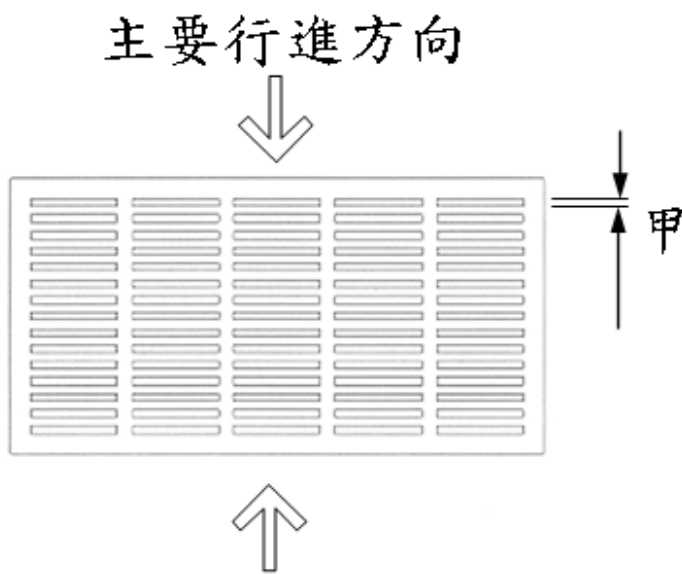


- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

74.當腋下拐（axillary crutches）被調整成最適合的長度時，患者肩膀放鬆垂直站立，拐杖置於腋下，腋窩與拐杖間約有二至三指幅的寬度，此時拐杖末端應該是擺放在腳小趾外方與前方各幾吋所形成的方形對角處？

- A.外方與前方各六吋

- B.外方與前方各十吋
C.外方八吋與前方二吋
D.外方二吋與前方八吋
- 75.行動不便者行走寬度設計之基本需求，人行走道橫向寬度如包括兩部輪椅同時行走時，其總寬度不宜小於：
A.1.8公尺
B.1.5公尺
C.1.2公尺
D.0.9公尺
- 76.下列高齡者住宅浴廁之設計中，那些符合無障礙環境原則？①採用向內打開之推門 ②使用有傾斜靠背之浴缸 ③使用垂直式浴缸 ④採用壓桿式水龍頭
A.僅②③
B.僅②④
C.僅③④
D.①②③④
- 77.圖中水溝格柵或其他開口在主要行進之方向，依現行法規規定，每一格開口甲不得大於多少公分？



- A.2.0公分
B.1.3公分
C.1.5公分
D.1.7公分
- 78.對於頸髓損傷的患者，如果想要確知是否為第5節頸髓之動作功能受損時，必須要針對那一塊目標肌肉進行徒手肌力測試？
A.斜方肌（trapezius）
B.肱二頭肌（biceps brachii）
C.肱三頭肌（triceps brachii）
D.伸指總肌（extensor digitorum communis）
- 79.承上題，如要測試前述的目標肌肉肌力是否能對抗地心引力時，下列何種姿勢最恰當？
A.側躺（side-lying）
B.俯臥（prone）
C.坐姿（sitting）
D.仰躺（supine）
- 80.承上題，如要測試前述的目標肌肉是否有好級（Good或等級4）以上的肌力時，下列何種方式最恰當？
A.於前臂接近腕關節的位置，對肘關節屈曲動作施以阻力
B.於前臂接近腕關節的位置，對肘關節伸展動作施以阻力
C.於前臂接近肘關節的位置，對肘關節屈曲動作施以阻力
D.於前臂接近肘關節的位置，對肘關節伸展動作施以阻力