

考前考后和路上 考试考场SOS应急方案（三）PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/71/2021\\_2022\\_\\_E8\\_80\\_83\\_E5\\_89\\_8D\\_E8\\_80\\_83\\_E5\\_c44\\_71242.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/71/2021_2022__E8_80_83_E5_89_8D_E8_80_83_E5_c44_71242.htm) 大脑一片空白：这种症状称为“应激性思维混乱”。若生此症，不必着急，可闭目静坐深呼吸或伏在桌子上冷静片刻，这样马上会轻松一些。突然患病：应请监考老师帮忙，服些药品，或到医务室紧急处理，争取尽快回来继续考试。听到噪音：考试中的噪音并无法律要求制止，所以考生即使遇上也要从容应对，可向监考老师提出。如果不能解决也别把它放在心上，只管对付眼前考卷便是。结束铃响后发现名字没写：向监考老师打一下招呼，不要让老师误会为作弊。女生痛经：一般有痛经经历的女生在考前应按照自己的生物钟规律，通过人为方法谨慎调理，但如果生理期在完全没有预料的情况下袭来，也不必太紧张，如果放松后还是不能克服疼痛，可向监考老师要止痛片缓一时之急。考试结束记得喝一些红糖水或益母草中药等调养品，会收到较好效果。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)