

《健康管理师理论考试》

模拟试卷（一）

一、单选题

1. 中国居民平衡膳食宝塔的最底层是

- A. 烹调油和食盐
- B. 奶类和豆类
- C. 蔬菜和水果
- D. 谷薯类
- E. 鱼、禽、肉、蛋等

【正确答案】D

【答案解析】谷薯类食物位居底层，每天摄入谷薯类食物 250~400g，其中全谷物和杂豆类 50~150g，薯类 50~100g。

2. 健康教育计划的过程评价应着重关注

- A. 生活方式管理、行为干预的效果
- B. 项目是否按计划的数量和质量执行
- C. 目标人群健康相关行为及其影响因素的变化
- D. 目标人群的参与情况
- E. 导致目标人群健康状况乃至生活质量的变化

【正确答案】B

【答案解析】过程评价着重关注项目是否按计划的数量和质量执行，包括项目计划执行涉及的各个方面。同时还有修正项目计划，使之更符合实际情况的功能，这样才能有效保障项目目标的实现。

3. 病例对照研究属于

- A. 观察性研究
- B. 实验性研究
- C. 社区实验
- D. 理论性研究
- E. 类实验研究

【正确答案】A

【答案解析】病例对照研究属于观察性研究。观察性研究（调查研究）：又称非实验性研究或对比研究，确切地说应是非随机化对比研究。该研究的

研究者不能人为设置处理因素，同时受试对象接受何种处理因素或同一处理因素的不同水平也不是由随机化而定的。

4. 商业健康保险归属于

- A. 人身意外保险
- B. 失能收入保险
- C. 护理保险
- D. 健康保险
- E. 疾病保险

【正确答案】D

【答案解析】按保险性质不同，健康保险可分为社会医疗保险和商业健康保险。

5. 疾病筛查、普查属于

- A. 第二级预防
- B. 第三级预防
- C. 化学预防
- D. 第一级预防
- E. 三级预防策略

【正确答案】A

【答案解析】第二级预防：在疾病的临床前期做好早期发现、早期诊断、早期治疗的“三早”预防工作，以控制疾病的发展和恶化。早期发现疾病可通过普查、筛检、定期健康检查、高危人群重点项目检查及设立专科门诊等。达到“三早”的根本办法是宣传，提高医务人员诊断水平和建立社会性高灵敏而可靠的疾病监测系统。对于某些有可能逆转、停止或延缓发展的疾病，则早期检测和预防性体格检查更为重要。对于传染病，除了“三早”，尚需要做到疫情早报告及患者早隔离，即“五早”。

6. 健康管理的三个基本步骤中第二步应开展

- A. 对个体进行疾病诊断和治疗
- B. 健康状况的检测和信息收集
- C. 健康风险评估和健康评价
- D. 健康风险干预和健康促进
- E. 选择和购买健康保险

【正确答案】C

【答案解析】一般来说，健康管理的三个基本步骤：

第一步：了解和掌握健康，开展健康信息收集和健康检查。

第二步：关心和评价健康，开展健康风险评价和健康评估。

第三步：干预和促进健康，开展健康风险干预和健康促进。

7. 糖尿病干预的过程评估中，属于阶段性评估内容的是

- A. 社会大众对政府部门工作的满意情况
- B. 糖尿病管理开展情况
- C. 糖尿病患者转入转出执行情况
- D. 糖尿病患者建档动态管理情况
- E. 综合医院对社区卫生服务机构业务指导情况

【正确答案】A

【答案解析】糖尿病干预的过程评估主要评估糖尿病干预方案的执行情况、管理对象认可和满意程度。阶段性评估（每 3~5 年进行 1 次）社区糖尿病及其危险因素流行现状了解的情况、参与工作的人员对该项工作的满意情况，以及社会大众对政府部门工作的满意情况。

8. 下列不属于临床实验室检查主要内容的是

- A. 病原学检验
- B. 血液学检验
- C. 免疫学检验
- D. 体液与排泄物检验
- E. 体格检查

【正确答案】E

【答案解析】临床实验室检查主要包括如下内容：血液学检验、体液与排泄物检验、生化学检验、免疫学检验、病原学检验。另外，临床遗传学检查、临床脱落细胞学检查等也一般包括在实验室检查范围内。

9. 慢性病的社会危害不包括

- A. 常伴有严重并发症和残疾
- B. 造成患者的心理创伤和对家庭的压力
- C. 病程长，多为终身疾病，预后差
- D. 慢性病经济负担日趋平稳
- E. 发病率高，患病后死亡率不断上升

【正确答案】D

【答案解析】慢性病主要社会危害：

(1) 慢性病严重危害居民健康：慢性病发病率高、病程长、预后差、并发症多、残疾率和死亡率高，严重危及居民身心健康。由于慢性病大多为终身性疾病，因此，一方面，疾病本身及其并发症给患者带来巨大的身心痛苦，严重降低患者生活质量，缩短患者健康寿命；另一方面，患者长期的就医需求和生活照护也给社会和家庭带来巨大的压力，致使许多家庭不堪重负。

(2) 慢性病不断加重经济负担：由于慢性病发病率的不断攀升，患病人数不断增加，导致居民卫生服务需求增长和卫生服务利用上升加快，给个人、家庭、社会和国家带来沉重的经济负担，某些地区甚至陷入因病致贫和因病返病的困境。

10. 基本卫生保健的工作内容不包括

- A. 提供基本药物
- B. 妇幼保健和计划生育
- C. 预防和控制地方病
- D. 常见病和外伤的合理治疗
- E. 老年护理及人口老龄化对策

【正确答案】E

【答案解析】基本卫生保健工作的八项内容：

- (1) 对当前主要卫生问题及其预防和控制方法的健康教育。
- (2) 改善食品供应和合理营养。
- (3) 供应足够的安全卫生水和基本环境卫生设施。
- (4) 妇幼保健和计划生育。
- (5) 主要传染病的预防接种。
- (6) 预防和控制地方病。
- (7) 常见病和外伤的合理治疗。
- (8) 提供基本药物。

11. 采取化学预防的主要对象是

- A. 无症状的人
- B. 正在治疗的人
- C. 正在康复的人
- D. 已出现症状的病人
- E. 有既往病史的人

【正确答案】A

【答案解析】化学预防指对无症状的人使用药物、营养素（包括矿物质）、生物制剂或其他天然物质作为第一级预防措施，提高人群抵抗疾病的能力以预防某些疾病。已出现症状的患者服用上述任何一种物质来治疗疾病不在化学预防之列。有既往病史的人使用预防性化学物质亦不能称为化学预防。

12. 在全国人口普查中，若人口性别比为 1.052：1，此指标为

- A. 比率
- B. 比例
- C. 相对比
- D. 构成比
- E. 人口率

【正确答案】C

【答案解析】相对比是指两个有关指标之比，用以说明一个指标是另一个指标的几倍或几分之几。

13. 不属于危害健康的行为生活方式的是

- A. 摄食种类多
- B. 高盐饮食
- C. 吃隔夜剩菜
- D. 不吃早饭
- E. 高糖饮食

【正确答案】A

【答案解析】摄食种类多是有利于健康的生活行为方式。

14. 不属于个人的临床资料的是

- A. 药物过敏史
- B. 家族史
- C. 生育史
- D. 精神心理评估
- E. 受教育程度

【正确答案】E

【答案解析】个人的基础资料包括：①个人的人口学资料，如年龄、性别、受教育程度、职业、婚姻状况、种族、社会经济状况、家庭状况及家庭重大事件；②健康行为资料，如吸烟、酗酒、运动、饮食习惯、就医行为等；③

临床资料，如患者的主诉、过去史、家族史、个人史（药物过敏史、月经史、生育史等）、各种检查及结果、心理精神评估资料等。

15. 不属于肥胖症和伴有并发症患者针对性干预策略的是
- A. 进行健康教育
 - B. 防止其体重进一步增长
 - C. 进行选择性干预
 - D. 对已出现并发症进行疾病管理
 - E. 争取家属配合

【正确答案】C

【答案解析】对已有超重和肥胖并有肥胖相关疾病的高危个体，主要预防其体重进一步增长，最好使其体重有所降低，并对已出现并发症的患者进行疾病管理，如自我监测体重、制订减重目标，以及指导相应的药物治疗方法。通过健康教育，提高患者对肥胖可能进一步加重疾病危险性的认识，并努力提高患者的信心。要使已超重或肥胖者意识到，期望短期恢复到所谓的“理想体重”往往不太现实，但是即使在1年之内比原有体重减少5%~10%也会对健康有极大好处。要使患者了解到，在短期内过度限制食物摄入可能见到一些暂时效果，但如果不长期坚持减少膳食中的热量摄入，也不积极参加体力活动，则很难保证体重保持在已降低的水平。个别患者的体重甚至会进一步增长，甚至超过减肥前的原始水平。减肥反复失败会使患者失去信心。可组织胖友座谈会交流减肥或控制体重的经验，举办讲座，讲解肥胖可能带来的危害及预防的方法；争取家属配合，创造减肥氛围；在医疗单位的配合下，监测有关的危险因素；引导重点对象做好膳食、体力活动及体重变化等自我监测记录和减肥计划的综合干预方法，并定期随访。

16. 世界卫生组织提出的健康状况指标不包括
- A. 期望寿命
 - B. 传染病死亡率
 - C. 婴儿死亡率
 - D. 儿童死亡率
 - E. 产妇死亡率

【正确答案】B

【答案解析】人群健康状况指标：单一型健康评价指标：单一型健康评价指标仅测量健康的某一方面，如疾病、死亡、生长、发育等。

(1) 生长、发育统计指标：主要包括新生儿低体重百分比、6 岁以下儿童年龄别性别低身高百分比、6 岁以下儿童年龄别性别低体重百分比等。

(2) 疾病统计指标：主要包括发病率、患病率、疾病构成、疾病顺位、病死率、因病卧床天数、治愈率、生存率等。

(3) 死亡统计指标：主要包括粗死亡率、年龄别死亡率、婴儿死亡率、5 岁以下儿童死亡率、孕产妇死亡率、死因别死亡率、死因构成比和死因顺位、平均期望寿命等。

17. 身体活动强度可分为

- A. 一级、二级、三级、四级
- B. 静态、低强度、中强度、高强度
- C. 小强度、中强度、大强度
- D. 普通强度、有强度、高强度、极高强度
- E. 休闲、普通、有强度、高强度

【正确答案】B

【答案解析】依据绝对强度指标，即代谢当量水平，身体活动可以分为： ≥ 6 METs 为高强度活动； $3\sim 5.9$ METs 为中等强度活动； $1.6\sim 2.9$ METs 为低强度活动； $1.0\sim 1.5$ METs 为静态行为活动。

18. 胰岛反应空腹血糖功能的细胞是

- A. δ 细胞
- B. ϵ 细胞
- C. λ 细胞
- D. γ 细胞
- E. β 细胞

【正确答案】E

【答案解析】空腹血糖 (GLU) 是指在隔夜空腹 (至少 $8\sim 10$ 小时未进任何食物，饮水除外) 后，早餐前采的血，所检定的血糖值，为糖尿病最常用的检测指标，反应胰岛 β 细胞功能，一般代表基础胰岛素的分泌功能。

19. 针对大众的传播媒介不包括

- A. 电视
- B. 报纸
- C. 杂志
- D. 讲课
- E. 广播

【正确答案】D

【答案解析】大众传播是指职业性信息传播机构和人员通过广播、电视、电影、报纸、期刊、书籍等大众媒介和特定传播技术手段，向范围广泛、为数众多的社会人群传递信息的过程。

20. 健康教育计划制订的具体目标不包括

- A. 预期最终结果
- B. 多长时间内实现该变化
- C. 对谁
- D. 在什么范围内实现该变化
- E. 实现什么变化

【正确答案】A

【答案解析】健康教育计划的具体目标，应该能够对以下问题做出回答：

Who——对谁？

What——实现什么变化（知识、信念、行为、发病率等）？

When——在多长时间实现这种变化？

Where——在什么范围内实现这种变化？

Howmuch——变化程度多大？

21. 按治疗对象建立的学科分类不包括

- A. 理疗学
- B. 儿科学
- C. 老年病学
- D. 职业病学
- E. 围生医学

【正确答案】A

【答案解析】按治疗对象建立的学科：传统的妇产科学、儿科学都有特定的治疗对象及其治疗特点。此外，老年病学、围生医学、危重病医学、职业病学等，都属于按治疗对象建立的学科。理疗学是按照治疗手段建立的学科。

22. 广场恐惧症的共同特征是

- A. 对特定环境害怕
- B. 拒绝参加聚会
- C. 对特定物体害怕
- D. 担心在公共场所中昏倒或失去控制
- E. 对人际交往害怕

【正确答案】A

【答案解析】恐惧症为非考试大纲要求内容，但近年考题有涉及。广场恐惧症的主要临床特征是指病人置身于难于迅速离开或逃离的地点或情景时出现的恐怖。

23. 不属于蛋白质的营养功用的有

- A. 维持体温，保护脏器
- B. 构成机体组织
- C. 调节生理机能
- D. 供给能量
- E. 促进儿童生长发育

【正确答案】A

【答案解析】蛋白质的生理功能：

①构成身体组织：身体的生长发育就是蛋白质的不断积累过程，对生长发育期的儿童尤为重要。人体内各种组织细胞中的蛋白质始终在不断更新。只有摄入足够的蛋白质才能维持组织的更新。身体受伤后也需要蛋白质作为修复材料。

②调节生理功能：蛋白质在体内构成多种具有重要生理活性物质的成分，参与调节生理功能，保证人体生命活动能够有条不紊地进行。

③供给能量：蛋白质在体内被蛋白酶分解成氨基酸，然后被氧化分解，同时释放能量，是人体的能量来源之一。每克蛋白质在体内被氧化后可供给人体 16.7 千焦（4 千卡）能量。但蛋白质的这种功能可以由碳水化合物、脂肪所代替。供给能量是蛋白质的次要功能。

24. 5 个人的血清滴度为 1:20, 1:4, 1:80, 1:16, 1:320, 描述平均滴度较好的标准为

- A. 算术均数
- B. 几何均数
- C. 中位数
- D. 极差
- E. 平均数

【正确答案】B

【答案解析】几何均数：是描述偏态分布资料集中趋势的另一种重要指标。它尤其适用于描述以下两类资料的集中趋势：①等比资料，如医学上血清抗

体滴度、人口几何增长资料等；②对数正态分布资料（有些正偏态分布的资料，原始数据经过对数转换后服从正态分布），如正常成人血铅值或某些疾病的潜伏期等。

25. 诊断 COPD 的金标准是

- A. 实验室指标
- B. 胸部 CT
- C. 肺功能测定
- D. 血气检查
- E. 胸部 X 线检查

【正确答案】 C

【答案解析】 肺功能测定指标是诊断 COPD 的金标准。用支气管舒张剂后 $FEV_1/FVC < 70\%$ 可确定为不完全可逆性气流受限。

26. 下列关于实施“5 日戒烟法”的步骤描述中正确的是

- A. 4 日帮助吸烟者掌握克服复发的技巧
- B. 2 日帮助吸烟者，学会克服心理和生理成瘾性的技能
- C. 5 日组织吸烟者进行小组讨论和经验交流
- D. 3 日给与吸烟者替代疗法
- E. 1 日帮助吸烟者学会记录吸烟日记、深呼吸

【正确答案】 E

【答案解析】 五日戒烟法

第 1 日：做好心理、生理、社会环境的准备，强调全部参加是成功的关键，技能方面：学会记录吸烟日记、深呼吸。

第 2 日：医学知识、心理支持（制订口号、小组讨论）、采取行动。技能方面：替代疗法、行为指导、吸烟日记、心理支持。

第 3 日：医学知识、心理支持、社会支持、运动指导、小组讨论。技能方面：克服心理和生理成瘾性的技能、经验交流、吸烟日记。

第 4 日：医学知识、心理支持、膳食指导。技能方面：膳食、运动技能、小组讨论、经验交流、吸烟日记。

第 5 日：医学知识、心理支持、环境支持、生活方式指导。技能方面：克服复发的技巧。

27. 属于医学康复的方法是

- A. 研究环境改造
- B. 手术物理疗法
- C. 创办特殊教育学校
- D. 职业咨询和培训
- E. 康复知识的普及

【正确答案】 B

【答案解析】医学康复：是指通过应用医学的方法和手段帮助病伤残者实现全面康复的目标，包括药物、手术、物理疗法等治疗手段，是康复的首要内容和基础。

28. 健康风险评估的三个模块是指

- A. 问卷、危险度计算、评估报告
- B. 问卷、危险度计算、总结报告
- C. 问卷、发病率、危险度计算
- D. 问卷、计划、总结
- E. 问卷、发病率计算、总结报告

【正确答案】 A

【答案解析】健康风险评估包括三个基本模块：问卷、危险度计算、评估报告。

29. 心脏疾病患者最重要的指标是

- A. 肝功能异常
- B. 肥胖
- C. 腹型肥胖
- D. 高胆固醇血症
- E. 高尿酸血症

【正确答案】 D

【答案解析】尽管证据表明，高血胆固醇并不足以使每个人都发生心脏病，但绝大多数专家都认为，即高胆固醇与心脏病之间的联系强度可以与吸烟和癌症的关系相提并论。

30. 高血压发病可变的危险因素是

- A. 性别
- B. 高盐饮食
- C. 遗传因素
- D. 家族史

E. 年龄

【正确答案】B

【答案解析】不可改变的危险因素包括年龄、性别、种族、遗传；可改变的危险因素主要为吸烟、过量饮酒、不合理膳食、缺乏身体活动、不良心理精神因素以及自然和社会环境因素等。

31. 不构成对健康管理对象的肖像权侵权的行为是

- A. 经本人同意将其照片刊登在媒体广告中，但是医院自行决定用马赛克遮挡健康管理对象的眼睛
- B. 未经本人同意在报纸上刊登的广告中使用了健康管理对象的照片
- C. 未经本人同意在医院的宣传中使用健康管理对象的照片以比较健康管理前后的效果
- D. 在推销保险的过程中保险公司向潜在投保人出示参与健康管理服务的相关人员生活照片
- E. 在国内的健康管理学术会谈的报告中使用了健康管理对象的照片

【正确答案】A

【答案解析】A选项已经过患者同意并且使用马赛克遮挡，所以不造成侵犯。

32. 社会医疗保险一般性原则不包括

- A. 补偿性
- B. 营利性
- C. 互助性
- D. 大数法则
- E. 强制性

【正确答案】B

【答案解析】社会医疗保险是国家实施的基本医疗保障制度，是为保障人民的基本医疗服务需求，国家通过立法形式强制推行的医疗保险制度。商业健康保险是营利性质的。

33. 预防慢性病最好的方法是

- A. 改善生活方式
- B. 积极工作
- C. 多与其他人交流
- D. 多参加各种健康讲座

E. 服用保健品

【正确答案】A

【答案解析】基于健康管理的策略，我们可以将慢性病危险因素分为可改变的危险因素和不可改变的危险因素两大类。其中，可改变的危险因素如果没有得到有效控制，便可进一步演变为中间危险因素并导致各种慢性病的发生。

34. 下列不属于清静养神的内容是

A. 恬淡虚无

B. 劳耗心神

C. 清净为本

D. 少私寡欲

E. 无忧无虑

【正确答案】B

【答案解析】清静养神方法主要包括：①少私寡欲：少私，是指减少私心杂念；寡欲，是降低对名利和物质的嗜欲。老子《道德经》主张：“见素抱朴，少私寡欲。”《内经》指出“是以志闲而少欲，心安而不惧，形劳而不倦，气从以顺，各从其欲，皆得所愿……所以能年皆度百岁而动作不衰。”②养心敛思：养心，即保养心神；敛思，即专心致志，志向专一，排除杂念，驱逐烦恼。

35. 预防医学的工作对象包括

A. 个体

B. 城市居民

C. 病人

D. 健康人

E. 个体和群体

【正确答案】E

【答案解析】预防医学是医学的一门应用学科，它以个体和确定的群体为对象，目的是保护、促进和维护健康，预防疾病、失能和早逝。

36. 臀围是指

A. 人体座位时水平方向的最大臀围正常值

B. 人体站立时水平方向的最小臀围正常值

C. 人体站立时臀围前后长

- D. 人体座位时水平方向的最小臀围周长值
- E. 人体站立时水平方向的最大臀围周长值

【正确答案】E

【答案解析】臀围：臀部向后最突出部位的水平围长。

37. 关于脑卒中的描述不正确的是

- A. 包括蛛网膜下腔出血、脑出血和脑梗死
- B. 蛛网膜下腔出血最多见
- C. 和冠心病有共同的危险因素
- D. 俗称脑中风或中风
- E. 是指一组发病急剧的脑血管病

【正确答案】B

【答案解析】由于脑出血和脑梗死有许多共同的危险因素，在我国也远较蛛网膜下腔出血多见，因此日常所称的脑卒中主要是指此两类疾病。

38. 流行病学研究中所指的群体是

- A. 只限于全人类
- B. 一定范围内的人群
- C. 只限于非病人
- D. 只限于病人
- E. 只限于一个家庭

【正确答案】B

【答案解析】流行病学的研究对象是人群，是研究所关注的具有某种特征的人群。

39. 糖尿病诊断条件中 OGTT 试验的餐后 2 小时血糖水平应高于

- A. 7.0mmol/L
- B. 6.1mmol/L
- C. 11.1mmol/L
- D. 7.8mmol/L
- E. 5.1mmol/L

【正确答案】C

【答案解析】OGTT 试验中，餐后 2 小时血浆葡萄糖水平 $\geq 11.1\text{mmol/L}$ (200mg/dl)。

40. 健康风险评估的原理是

- A. 将人群的流行病学数据中的个人数据比较来推测个人发病或死亡风险
- B. 以不同性别人群健康数据推测个人患病或死亡风险
- C. 以不同年龄阶段健康数据比较推测个人患病或死亡风险
- D. 以不同地区人群健康数据比较推测个人患病或死亡风险
- E. 以个人目前健康数据与个人既往健康数据比较推测个人患病或死亡风险

【正确答案】A

【答案解析】健康风险评估是一种以大量基础的流行病学数据与个人数据比较以推估个人患病或死亡风险的运算过程。

41. 下面有关代谢当量的陈述错误的是

- A. 可以根据代谢当量和体重估算运动的能量消耗
- B. 代谢当量是运动时能量消耗与安静代谢率的比值
- C. 代谢当量可以转换为耗氧量
- D. 代谢当量反映活动和安静两种状态能量消耗的相对代谢率
- E. 代谢当量代表运动能量消耗的静值

【正确答案】E

【答案解析】代谢当量是指相对于安静休息时运动的能量代谢水平，1MET 相当于每分钟每公斤体重消耗 3.5ml 的氧。或每公斤体重每分钟消耗 1.05 千卡（4.4 千焦耳）能量的活动强度。代谢当量是目前国际上反映运动绝对强度的常用指标。

所谓代谢当量，是一种评估运动及其代谢的重要指标，它是一个相对能量代谢水平和运动强度的重要指标，主要是以安静的时候坐位时，这时候的能量消耗为基础。如果机体在运动的时候的代谢水平与休息时候的代谢水平进行对比，这样就产生了一些差值，这个值就是代谢当量的数值。所以代谢当量如果是用来评估心肺功能，一般安静的时候代谢当量可以认为是一当量，如果运动的时候代谢当量就会大大的增加，这些增加的数值就代表了心肺功能的增加，这就反映了心肺功能的储备。

42. 下列哪项不是 2 型糖尿病的主要发病因素

- A. 肌肉和脂肪组织胰岛素抵抗
- B. 胰岛素分泌缺陷
- C. 胰岛素相对或绝对不足或作用障碍
- D. 葡萄糖摄取利用增多，从而导致血糖增高
- E. 糖耐量损害

【正确答案】D

【答案解析】葡萄糖摄取利用增多，血糖应该是降低。所以，D 项表述错误，答案选 D。

43. 以下制表的原则错误的是

- A. 标题位于表的上方，内容简洁扼要
- B. 纵标目为主语，表示被研究事物
- C. 不使用竖线、斜线
- D. 数字一律使用阿拉伯数字
- E. 同一指标的数字的小数位应一致，位次对齐

【正确答案】B

【答案解析】纵标目为谓语，表示被研究事物的各项统计指标。B 项是错误的。

44. 健康保险行业是金融行业，它的核心业务为

- A. 提供健康保障
- B. 实施风险管控
- C. 经营健康管理
- D. 经营健康风险
- E. 经营健康管控

【正确答案】D

【答案解析】健康保险是以经营健康风险为核心内容的金融服务行业，而健康管理具备健康服务与风险管控的双重功能，因此健康管理在健康保险领域中主要发挥延伸保险服务、控制医疗风险、拓宽保险投资领域的重要作用。

45. 人从事生产劳动的本事，就是

- A. 需要
- B. 能力
- C. 兴趣
- D. 气质

E. 动机

【正确答案】B

【答案解析】能力是指直接影响活动效率，使活动顺利完成的个性心理特征。一般能力是指在许多不同种类的活动中表现出来的能力。本题中生产劳动的本事就是一种能力。

46. () 是以个人健康为核心，动态测量和收集生命过程的各种健康相关信息，满足居民个人和健康管理需要建立的健康信息资源库

A. 健康病历

B. 健康信息

C. 健康档案

D. 健康管理

E. 健康资源

【正确答案】C

【答案解析】健康档案是以个人健康为核心，动态测量和收集生命全过程的各种健康相关信息，满足居民个人和健康管理需要建立的健康信息资源库；是社区顺利开展各项卫生保健工作，满足社区居民的预防、医疗、保健、康复、健康教育、生育指导”六位一体”的卫生服务需求及提供经济、有效、综合、连续的基层卫生服务的重要保证。

47. 下面不属于健康档案建立的意义

A. 有利于评价居民健康问题

B. 有利于评价健康管理者服务质量和技术水平

C. 有利于评价卫生服务规范化

D. 有利于减少卫生服务的费用

E. 有利于利用有限的卫生资源

【正确答案】D

【答案解析】健康档案的意义主要在于：（1）能够帮助健康管理者全面、系统地了解居民的健康问题及其患病的相关背景信息；（2）有助于促进社区卫生服务的规范化；（3）有助于全面评价社区居民的健康问题；（4）有助于制订准确实用的卫生保健计划，合理利用社区有限的卫生资源，提高社区卫生服务的管理水平；（5）可用于评价健康管理者的服务质量和技术水平。

平，有时还可作为处理医疗纠纷的法律依据；（6）健康档案中的信息资料，可作为政府和医疗机构收集基层医疗信息的重要渠道，也可对突发公共卫生事件的应急处理提供及时、准确的居民健康信息；（7）居民健康档案是医学教学科研的重要参考资料。

48. 目前高血压诊断和分级的标准方法采用

- A. 24 小时动态血压监测
- B. 家庭血压监测
- C. 电子血压计测量
- D. 诊室测量
- E. 户外测量

【正确答案】D

【答案解析】血压测量有 3 种方式，即诊室血压、自测血压、动态血压。诊室血压是指患者在医疗单位由医护人员测量的血压。目前，高血压诊断一般以诊室血压为准。目前诊室血压测量主要用水银血压计。

49. 职业道德是用来调整职业个人、职业主体和社会成员之间关系的

- A. 社会意识和行为规范
- B. 行为准则和行为规范
- C. 行为准则和社会规范
- D. 心理意识和行为规范
- E. 心理意识和行为准则

【正确答案】B

【答案解析】职业道德就是人们在进行职业活动过程中，一切符合职业要求的心理意识、行为准则和行为规范的总和。

50. 心理健康的标准不包括

- A. 良好的适应能力
- B. 智力正常
- C. 是一种非凡状态
- D. 情绪愉快
- E. 人际关系良好

【正确答案】C

【答案解析】心理健康标准：（1）能保持良好的人际关系；（2）能适度地发泄情绪和控制情绪；（3）智力水平处于正常范围内，并能正确客观地反映事物；情绪稳定，积极与情景相适应；（4）社会适应良好，人际关系和谐。

51. 在倾听他人谈及个人遭遇的痛苦时，我们表示安抚的方式可以是

- A. 不屑一顾
- B. 微笑
- C. 提出问题
- D. 握住对方的手
- E. 身体后仰

【正确答案】D

【答案解析】在倾听他人谈及个人遭遇的痛苦时，可以通过握住对方的手表示安抚。

52. 以下对流行病学的任务描述错误的是

- A. 流行病学第一阶段的任务是揭示现象
- B. 流行病学第二阶段的任务是找出原因、影响和决定因素
- C. 健康风险评估对应流行病学第一阶段的任务
- D. 健康危险因素干预对应流行病学第三阶段的任务
- E. 流行病学第三阶段的任务是提供措施

【正确答案】C

【答案解析】流行病学的任务大体上可以分为三个阶段，第一阶段的任务是“揭示现象”，即揭示流行（主要是传染病）或分布（其他疾病、伤害与健康）的现象。第二阶段为“找出原因、影响或决定因素”，即从分析现象入手找出流行与分布的规律、原因或影响因素。第三阶段为“提供措施，即合理利用前两个阶段的结果，找出预防或干预的策略与措施”。结合健康管理的实际，流行病学第一、二和三阶段的任务对应的就“健康信息收集”、“健康风险评估”、“健康指导和健康危险因素”故选 C。

53. 按照治疗手段建立的科学分类不包括

- A. 核医学
- B. 放射治疗
- C. 医学检验
- D. 理疗学
- E. 营养治疗和心理治疗

【正确答案】C

【答案解析】按治疗手段建立的学科还有理疗学、放射治疗学、核医学、营养治疗学和心理治疗学等。

54. 关于饮酒与脑卒中发病的关系，下列不正确的是
- A. 少量饮酒可增加脑卒中风险
 - B. 大量饮酒增加脑梗死
 - C. 适量饮酒可减少脑出血
 - D. 大量饮酒增加脑卒中
 - E. 饮酒与脑卒中呈 J 型曲线关系

【正确答案】A

【答案解析】人群研究显示，酒精摄入量和出血性脑卒中有直接的剂量相关性。但饮酒与缺血性脑卒中的关系目前仍然有争议。国外有研究认为饮酒和缺血性脑卒中之间呈“J”形曲线关系，即与不饮酒者相比，每天喝酒两个“drink”（1个“drink”相当于11~14g酒精含量），每周饮酒4天以上时对心脑血管可能有保护作用。

55. 不属于康复治疗的常用手段是
- A. 康复工程
 - B. 言语治疗
 - C. 心理治疗
 - D. 物理治疗
 - E. 手术治疗

【正确答案】E

【答案解析】最常用的康复治疗手段：物理疗法、作业疗法、言语治疗、心理治疗、康复护理、康复工程、中国传统康复疗法、社会工作。答案为E。

56. 下列对于基本卫生保健的含义理解有误的是
- A. 各级政府组织参与卫生保健的有效形式
 - B. 社会经济发展的重要组成部分
 - C. 最初级的卫生保健组织，是卫生系统的低级部分
 - D. 必不可少、人人都能享有和充分参与
 - E. 技术切实可行、学术上可靠、人们乐于接受

【正确答案】C

【答案解析】基本卫生保健的概念：（1）从居民角度来看，基本卫生保健是一种必不可少的人人都能享有和充分参与的、费用能为国家和人民负担得起的卫生保健。（2）从技术方法上看，是切实可行的学术上可靠的。为社会和社区的个人、家庭所乐于接受的卫生保健。（3）从卫生系统的角度看基本卫生保健为全体居民提供最基本的卫生保健服务是最基层的卫生保健组织，是卫生系统的核心部分，是卫生保健最基础的工作。（4）从政府部门的角度来看，基本卫生保健是各级政府的职责，是各级政府全心全意为人民服务、关心人民健康的重要体现，是各级政府组织有关部门和社会各界人士参与卫生保健的有效形式。（5）从社会经济发展看，基本卫生保健是社会经济发展的重要组成部分，是精神文明建设的重要内容。

57. 健康信息采集的原则是

- A. 因人而异
- B. 记录医学档案
- C. 针对性的内容
- D. 如实收集相关信息
- E. 定期和不定期记录

【正确答案】D

【答案解析】信息收集原则：①计划性：根据需求，有针对性、分步骤地收集信息的原则。要做到有计划性的收集信息，首先必须明确目的，其次必须考虑保证重点、全面兼顾，最后要根据需求修订计划；②系统性：根据单位性质、专业特点、学科任务等不间断地连续采集信息的原则；③针对性：根据实际需要，有目的、有重点、分专业、分学科、按计划、按步骤地收集，以最大限度满足用户信息需求的原则；④及时性：按照用户的信息需求，敏捷迅速地采集到反映事物最新动态、最新水平、新发展趋势信息的原则；⑤完整性：根据用户现在与潜在的信息需求，全面、系统收集信息的原则；⑥真实性：采集真实、可靠信息的原则。

58. 习惯大量饮酒者，可以看到的明显降压效果是在节制饮酒的多长时间

- A. 5周
- B. 1周
- C. 2周
- D. 4周
- E. 3周

【正确答案】C

【答案解析】提倡血压正常者和偏高者最好不饮酒或少饮酒，高血压患者更应该节制饮酒。习惯大量饮酒者，在节制饮酒后 2 周可以看到明显的降压效果。

59. 健康管理服务营销过程分析评价需求的方式为

- A. 通过体检后健康风险评估来细分需求
- B. 通过体检前信息问卷来调查个人需求
- C. 通过座谈会方式来讨论健康需求
- D. 通过体检后的健康跟踪来确定需求
- E. 通过互联网搜索健康需求

【正确答案】A

【答案解析】健康管理服务营销过程分析评价需求的方式为通过体检后健康风险评估来细分需求。包括疾病现患的：健康教育需求、体重管理需求、高血压、糖尿病管理需求、生活行为矫正需求等。

60. 不是健康保险风险特点的是

- A. 可变性
- B. 不确定性
- C. 多发性
- D. 长期性
- E. 确定性

【正确答案】E

【答案解析】健康保险的风险除了有风险理论上的一般特征：如风险存在的客观性、风险存在的普遍性、风险存在的社会性、某一风险发生的偶然性、大量风险发生的必然性、风险的可变性外，还具有以下特点：不确定性；多发性；长期性。

61. 关于有氧和无氧运动描述不正确的是

- A. 有氧运动有助于增进心肺功能
- B. 无氧运动以无氧代谢为主要供能途径

- C. 慢性病人不宜参加无氧运动
- D. 有氧运动以有氧代谢为主要供能途径
- E. 无氧运动有助于增加肌肉质量和力量

【正确答案】C

【答案解析】有氧运动是指躯干、四肢等大肌肉群参与为主的、有节律、较长时间、能够维持在一个稳定状态、以有氧代谢为主要供能途径的运动形式，也叫耐力运动。有氧运动对心肺功能有更好的改善作用。无氧运动是以无氧代谢为主要供能途径的运动形式，一般为肌肉的强力收缩活动。故选 C。

62. 在健康风险评估的概念中，前期暴露因素不包括

- A. 行为生活方式危险因素（如吸烟等）
- B. 不同性别、年龄的疾病发病率
- C. 遗传因素（如乳腺癌的家族史等）
- D. 个人健康状况因素
- E. 临床检验指标值（如胆固醇值等）

【正确答案】B

【答案解析】前期暴露因素指行为生活方式危险因素（如吸烟），临床检验值（如胆固醇值），遗传因素（如乳腺癌的家族史）等，这些都是与一个或多个结局成数量关系的因素。

63. 糖化血红蛋白反映的患者血糖水平时间段为

- A. 5 个月
- B. 6 个月
- C. 1 个月
- D. 12 个月
- E. 3 个月

【正确答案】E

【答案解析】糖化血红蛋白是反映 2~3 个月血糖控制水平的良好指标。（红细胞寿命 120 天）。

64. 属于体力活动水平测量主要内容包括

- A. 肌肉力量和耐力的测量
- B. 问卷调查
- C. 代谢当量
- D. 运动时呼吸的测量
- E. 运动时心率的测量

【正确答案】A

【答案解析】健康体适能（身体成分、心肺耐力、肌肉力量/耐力和柔韧性）评价用于评估个体的健康和功能能力。其每个指标均可以针对个人的特征选择适宜的测试技术和设备完成。

65. 中国营养学会建议的平衡膳食宝塔是为向居民提出

- A. 每日必需的食物摄入量
- B. 较理想的膳食模式
- C. 多样化的食物种类
- D. 具体的膳食食谱
- E. 食物的分类概念

【正确答案】B

【答案解析】中国营养学会专家委员会制定了《中国居民平衡膳食宝塔》，对合理调配平衡膳食进行具体指导，直观地告诉居民每日应摄入的食物种类、合理数量及适宜的身体活动量和饮水量，以便居民合理调配膳食提供可操作性的指导。

66. 与乙型肝炎病毒感染密切相关的恶性肿瘤是

- A. 食道癌
- B. 胰腺癌
- C. 胃癌
- D. 大肠癌
- E. 肝癌

【正确答案】E

【答案解析】我国 HBV 的感染率达 60%，HBV 携带率大于 10%，是造成慢性肝炎、肝硬化及肝癌的主要原因。

67. 预防医学的目的不包括

- A. 疾病康复
- B. 预防失能
- C. 预防疾病
- D. 促进个体和群体健康
- E. 预防早逝

【正确答案】A

【答案解析】预防医学的目的是保护、促进和维护健康，预防疾病、失能和早逝。故选 A。

68. 消费者的权利不包括

- A. 自主选择服务时有权利进行比较、鉴别
- B. 自主决定购买或者不购买
- C. 自主选择服务经营者
- D. 自主选择商品或服务
- E. 自主接受群众的监督

【正确答案】E

【答案解析】消费者享有对商品和服务以及保护消费者权益工作进行监督的权利。经营者有听取消费者对其提供的商品或者服务的意见，接受消费者的监督的义务。E 选项表述错误当选。

69. 人体每日从膳食中摄取的铁、铜、碘等矿物质属于

- A. 常量元素
- B. 微量元素
- C. 宏量营养素
- D. 微量营养素
- E. 中量营养素

【正确答案】B

【答案解析】矿物质中有的在人体内含量较多，大于体重的 0.01%，每日膳食需要量都在 100mg 以上者，称为常量元素，有钙、镁、钾、钠、磷、氯、硫，共 7 种；微量元素是指体内含量小于体重的 0.01%，每日膳食需要量为微克至毫克的矿物质，人体必需的微量元素包括铁、碘、锌、硒、铜、钼、铬、钴，共 8 种，此外，氟属于可能必需的微量元素。

70. 下列哪项不是典型心绞痛的特点

- A. 诱因常为过度活动、情绪激动或夜间
- B. 针刺样或刀割样疼痛
- C. 部位多在胸骨后或心前区，常向左肩、左臂放射
- D. 休息或冠脉扩张剂可缓解
- E. 心前区疼痛范围如手掌大小、界线不清

【正确答案】B

【答案解析】心绞痛：压迫、紧缩或发闷，有时有窒息和濒死感，疼痛可轻可重，重者伴焦虑、冷汗。一般针刺样或刀扎样疼痛多不是心绞痛。疼痛发

作时患者往往不自觉停止原来的活动，直至症状缓解。而不像胆绞痛、肾绞痛和胃肠疼痛，患者多辗转不安。

二、多选题

1. 健康风险评估的主要作用有

- A. 评估干预措施有效性
- B. 健康管理人群分类
- C. 帮助个体综合认识健康危险因素
- D. 鼓励和帮助人们修正不健康的行为
- E. 制定个体化的健康干预措施

【正确答案】ABCDE

【答案解析】健康风险评估的主要作用：

- (1) 帮助个体综合认识健康危险因素；
- (2) 鼓励和帮助人们修正不健康的行为；
- (3) 制订个体化的健康干预措施；
- (4) 评价干预措施的有效性；
- (5) 健康管理人群分类；
- (6) 其他应用：健康风险评估还可满足其他的的需求，如评估数据被广泛地应用在保险的核保及服务管理中，根据评估数据进行健康保险费率的计算，以使保费的收取更加合理化便是一个典型的例子。另外，将健康评估数据与健康费用支出相联系，还可进行健康保险费用的预测，帮助保险公司量化回报效果。

2. 表达某人在未来发生某种疾病的风险大小的方式有

- A. 目标分值
- B. 评估分值
- C. 风险等级
- D. 理想危险度
- E. 发病率

【正确答案】CE

【答案解析】风险评估结果：以风险等级（相对危险性）和发病率（绝对危险性）两种方式来表达个人在未来发生某种疾病的风险大小。

3. 用 BMI 指数来评价中国成年人超重和肥胖的界限值分别为

E. 体质指数

【正确答案】 ADE

【答案解析】 评价体重状况的表示方法包括：年龄组别体重、身高别体重、体质指数。

7. 健康风险评估与临床诊断的关系是

- A. 健康风险评估问卷调查所收集的信息可为临床诊断提供帮助
- B. 临床诊断为健康风险评估提供有效评价数据
- C. 临床诊断就是诊断疾病而健康风险评估不能诊断疾病
- D. 由于健康风险评估着眼于未来临床诊断对其意义不大
- E. 健康风险评估着眼于未来临床诊断立足于现在

【正确答案】 ABCE

【答案解析】 ABCE 选项的说法都正确。健康风险评估问卷调查所收集的信息可为临床诊断提供帮助，与 D 选项的意思相反。

8. 吸烟可增加哪些疾病的危险性

- A. 癌症
- B. 外伤性疾病
- C. 严重肺部疾病
- D. 心脏病
- E. 卒中

【正确答案】 ACDE

【答案解析】 吸烟是心血管病的三大经典危险因素（高血压、血脂异常和吸烟）之一，吸烟可促进动脉粥样硬化，进而明显增加心脑血管病的发病和死亡，此外吸烟也是恶性肿瘤和慢性阻塞性肺部疾病等其他多种慢性病的危险因素，吸烟是哮喘恶化和发作的常见诱因，吸烟至少与 40 种疾病和 20 种癌症有关。

9. 下列属于脂溶性维生素的是

- A. 维生素 K
- B. 维生素 C
- C. 维生素 A
- D. 维生素 D
- E. 维生素 E

【正确答案】 ACDE

【答案解析】 脂溶性维生素：主要有维生素 A（视黄醇）、维生素 D（钙化醇，抗佝偻病维生素）、维生素 E（生育酚，抗不育维生素）、维生素 K（凝血维生素）。

10. 关于膳食纤维，下列说法正确的是

- A. 膳食纤维是一种营养素，是食物中的营养成分
- B. 膳食纤维能够增加食糜在消化道通过的时间
- C. 膳食纤维可促进结肠发酵
- D. 膳食纤维能降低餐后血糖或胰岛素水平
- E. 膳食纤维能降低血总胆固醇

【正确答案】 CDE

【答案解析】 膳食纤维的功能

（1）有利于食物的消化过程：增加食物在口腔咀嚼的时间，可促进肠道消化酶分泌，同时加速肠道内容物的排泄，有利于食物的消化吸收。

（2）降低血清胆固醇，预防冠心病：可结合胆酸，故有降血脂作用，以可溶性纤维果胶、树胶、豆胶的降脂作用较明显，不溶性膳食纤维无此种作用。

（3）预防胆石形成：大部分胆石是由于胆汁内胆固醇过度饱和所致，膳食纤维可降低胆汁和胆固醇的浓度，使胆固醇饱和度降低，而减少胆石症的发生。

（4）促进结肠功能，预防结肠癌。

（5）防止能量过剩和超重与肥胖。

（6）维持血糖正常平衡，防治糖尿病。

11. 信息收集的方法包括

- A. 记录法
- B. 访谈法
- C. 查阅法
- D. 实地观察法
- E. 问卷法

【正确答案】 BDE

【答案解析】 信息收集方法可分为访谈法、实地观察法及问卷法。

12. 常见慢性病的中间危险因素是

- A. 肥胖
- B. 性别
- C. 高血压
- D. 高血糖
- E. 高血脂

【正确答案】 ACDE

【答案解析】 中间危险因素主要包括高血压、高血糖、血脂异常、超重或肥胖等。

13. 慢性阻塞性肺疾病的主要症状有

- A. 慢性咳嗽
- B. 咳痰
- C. 气短或呼吸困难
- D. 喘息
- E. 体重下降等全身性症状

【正确答案】 ABCDE

【答案解析】 慢性阻塞性肺疾病（COPD）的主要症状包括：①慢性咳嗽：通常为首发症状。初起咳嗽呈间歇性，早晨较重，以后早晚或整日均有咳嗽，但夜间咳嗽并不显著。也有部分病例虽有明显气流受限但无咳嗽症状。②咳痰：咳嗽后通常咳少量黏液性痰，少数病例咳嗽不伴咳痰。③气短或呼吸困难：这是 COPD 的标志性症状，早期仅于劳力时出现，后逐渐加重。④喘息和胸闷。⑤全身性症状：如体重下降、食欲减退、外周肌肉萎缩和功能障碍、精神抑郁和（或）焦虑等。

14. 高血压患者参加运动时应特别注意

- A. 运动时特别是在用力时，应避免憋气
- B. 服用 β -受体阻断剂时，应采用 RPE（运动量表）判断运动强度
- C. 要注意运动与降压药的协同作用，注意防低血压
- D. 运动只是高血压治疗的一部分，须同时注意饮食、限盐、限酒、减肥
- E. 所有高血压患者均可照常参加运动

【正确答案】 ABCD

【答案解析】 高血压患者运动处方进度的循序渐进原则。注意事项：① β 受体阻断剂影响运动中的心率反应，应采用 RPE 等指标综合判断运动强度；②

α 2 受体阻断剂、钙通道拮抗剂和血管舒张药物可诱发运动后低血压，因此运动后的放松过程需延长，逐渐降低运动强度；③利尿剂可诱发低钾，使发生心律失常的风险增加，应酌情适量补钾；④运动中血压上限建议设定在 220/105mmHg；⑤抗阻力训练时避免憋气，特别是用力时的憋气；⑥耐力运动作为治疗方案的一部分时，酌减用药剂量；⑦湿热天气和运动中出汗多时，应注意身体水合状态的监测和水的补充。

15. 健康管理师在健康管理工作中应该做到

- A. 在工作中的个案记录、检查资料等应在严格保密情况下进行保存
- B. 在采用案例进行教学时，应该隐去可能会据此辨认出个体的有关信息
- C. 工作中没有必要一定要向个体或群体说明健康管理中座的相关保密原则
- D. 不必经本人同意，即可对危险因素干预过程进行录音或录像
- E. 一旦发现有危害自身或他人的情况，必须采取必要措施，防止意外发生

【正确答案】 ABE

【答案解析】健康管理师应始终严格遵守保密原则，具体措施如下：(1) 健康管理师有责任向个人或群体说明健康管理工作的相关保密原则，以及应用这一原则时的限度。(2) 在健康管理工作中，一旦发现个人或群体有危害自身或他人的情况，必须采取必要的措施，防止意外事件发生(必要时应通知有关部门或家属)，应将有关保密的信息暴露限制在最低范围之内。(3) 健康管理工作中的有关信息，包括个案记录、检查资料、信件、录音、录像和其他资料，均属专业信息，应在严格保密的情况下进行保存，不得泄露。(4) 健康管理师只有在个体同意的情况下才能对工作或危险因素干预过程进行录音、录像。在因专业需要进行案例讨论，或采用案例进行教学、科研、写作等工作时，应隐去可能会据此辨认出个体的有关信息。故选 ABE。

16. 肥胖的具体干预原则包括

- A. 采取综合措施，预防和控制肥胖
- B. 主要在青少年和青年人中开展
- C. 长期坚持减重计划，速度不宜过快
- D. 同时防治与肥胖相关的疾病
- E. 树立健康体重概念，防止为美而减肥误区

【正确答案】 ACDE

【答案解析】肥胖的干预侧重于生活方式管理的策略，具体干预原则包括：

- ①必须坚持预防为主，从儿童、青少年开始，从预防超重入手，并须终生坚持；
- ②采取综合措施预防和控制肥胖，积极改变人们的生活方式，包括改变膳食、增加身体活动、矫正引起过度进食或活动不足的行为和习惯；
- ③鼓励摄入低能量、低脂肪、适量蛋白质和碳水化合物、富含微量元素和维生素的膳食；
- ④控制膳食与增加运动相结合，因为这两种方法相结合可使基础代谢率不致因摄入能量过低而下降，达到更好的减肥效果。积极运动不仅可以增加基础代谢率，还可防止体重反弹，改善心肺功能产生更多、更全面的健康受益；
- ⑤应长期坚持减重计划，速度不宜过快，不可急于求成；
- ⑥必须同时防治与肥胖相关的疾病，将防治肥胖作为防治相关慢性病的重要环节；
- ⑦树立健康体重的概念，防止为美而减肥的误区。

17. 有益于健康的生活方式和行为包括

- A. 平衡膳食
- B. 体重控制
- C. 体力活动
- D. 积极的休息和睡眠
- E. 定期体检

【正确答案】 ABCD

【答案解析】健康生活方式主要包括合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡四个方面。

18. 进行健康指导时，提问敏感问题应

- A. 先问一般性问题，再逐步深入询问
- B. 可以直接提问
- C. 用试探型问题提问
- D. 在保密的环境下提问
- E. 用封闭型问题提问

【正确答案】 ACD

【答案解析】提问的技巧：(1)提问题时要注意对方的表情和感受，应创造轻松愉快的交流气氛，不要一个问题紧接一个问题地问。(2)要设法使服务

对象感到所提问题与自己利益相关，才能吸引对方的注意并促使其回答问题。

(3)对敏感问题的提问形式尤要注意，可以先问一般性问题，再逐步深入询问，不要单刀直入，还要注意选择适宜的交谈环境、时间和地点。也可以采用试探型提问方式。(4)要了解对方的态度、观点等方面的信息，应该使用开放型问题，避免使用封闭型问题。(5)探究型问题时应特别注意口气缓和、态度轻松，不可用质问的语气。(6)要想收集到真实信息，不能用诱导型提问。(7)问题尽量简练、明确，不提复合型问题。

19. 制订体力负荷计划时应当考虑

- A. 是否关注运动竞赛
- B. 疾病史
- C. 有无高血压、糖尿病
- D. 有无呼吸系统疾病
- E. 身体运动素质

【正确答案】BCDE

【答案解析】人体承受体力负荷时，心血管、呼吸、神经肌肉骨骼关节系统和有关的代谢过程等那会发生反应性的变化。这些变化与体力负荷量、机体对体力负荷的适应程度、身体运动素质、个人健康和疾病状况等多种因素有关。应通过测量和分析这些变化，了解机体其所承受体力负荷的耐受、适应程度，并据此判断产生的健康效益和存在伤害风险的能性。

对于发生运动伤害的高危个体（如曾发生过心血管急性事件的人），如果在日常活水平上再增加运动量时，需要了解和观察运动反应情况，一旦活动中出现不适症状，就要及时调整。

20. 医学信息学的研究发展已渗透到的医学领域是

- A. 医学决策系统
- B. 卫生信息资源
- C. 医学图像处理
- D. 生物信号分析
- E. 医院信息管理系统

【正确答案】ABCDE

【答案解析】医学信息学随着计算机技术的兴起而发展，在半个多世纪的发展中渗透到医疗领域的方方面面：电子病历、生物信号分析、医学图像处理、临床支持系统、医学决策系统、医院信息管理系统、卫生信息资源等。

21. 我国的饮食结构主要问题

- A. 脂肪摄入多
- B. 能量摄入多
- C. 盐多
- D. 豆类摄入多
- E. 蔬菜摄入多

【正确答案】 ABC

【答案解析】 由于经济的迅速发展、物质的极大丰富，人们追求没事的欲望超过了传统的健康饮食理念，不少人的饮食结构出现了不均衡的问题：摄入能量多、脂肪（烹调油）多、盐多、微量营养素缺乏，但身体活动却在减少。

22. 人际传播的形式包括

- A. 群体与群体之间
- B. 组织与群体之间
- C. 个人与群体之间
- D. 个人与组织之间
- E. 个人之间

【正确答案】 ACE

【答案解析】 人际传播的概念人际传播也称人际交流，是指人与人之间进行直接信息沟通的一类交流活动。这类交流主要是通过语言来完成，但也可以通过非语言的方式来进行，如动作、手势、表情、信号（包括文字和符号）等。人际传播可以分成个人之间、个人与群体之间、群体与群体之间三种形式。

23. 不良的生活方式是影响健康状态的重要原因，其中包括

- A. 吸烟
- B. 严重酗酒
- C. 膳食不平衡
- D. 睡眠不足
- E. 从不运动

【正确答案】 ABCDE

【答案解析】 上述各项都属于不良的生活方式。

24. 烟草中已知常见的有害物质有

- A. 焦油
- B. 一氧化碳

- C. 一氧化氮
- D. 尼古丁
- E. 二氧化硫

【正确答案】 ABD

【答案解析】 烟草中的 4000 多种化学物质中有几种已经被证实为致癌物，已知有害的常见物质有焦油、尼古丁和一氧化碳等。

25. 《食品卫生法》对生产经营的食品有如下要求

- A. 无毒
- B. 无害
- C. 有营养
- D. 色、香、味等感官性状
- E. 霉烂、变质

【正确答案】 ABCD

【答案解析】 霉烂、变质影响食物的营养价值，并会给人体带来损害，是绝对不允许生产经营的。

26. 对于成瘾行为来说，行为改变的阶段理论把行为转变分为

- A. 没有打算阶段和打算阶段
- B. 准备阶段和行动阶段
- C. 维持阶段
- D. 终止阶段
- E. 评估反馈阶段

【正确答案】 ABCD

【答案解析】 行为改变的阶段理论，把行为转变分为 5 个阶段，对于成瘾行为来说，还有第 6 个阶段即终止阶段：没有打算阶段、打算阶段、准备阶段、行动阶段、维持阶段、终止阶段。

27. 针对个体传播的主要材料包括

- A. 传单
- B. 折页
- C. 招贴画
- D. 海报
- E. 小册子

【正确答案】 ABE

【答案解析】 传单、折页、小册子等供个人阅读观看的材料都属于面向个体的材料。

28. 临床医学分科越来越细的原因是

- A. 人类疾病繁多
- B. 人类疾病病因复杂
- C. 治疗方法复杂多样
- D. 临床医生掌握全面知识的范围有限
- E. 临床医生掌握全面技术的能力有限

【正确答案】 ACDE

【答案解析】现代临床医学的一个显著特征，是学科分科的不断细化，即专科化。由于人类的疾病繁多，诊断技术层出不穷，治疗方法也复杂多样。临床医生对日益增长的知识和复杂的技术，难以全面掌握，因此形成了各种临床专业学科。

29. 健康教育过程评价的指标包括

- A. 项目活动执行率
- B. 干预活动覆盖率
- C. 目标人群参与率
- D. 有效指数（目标人群参与率/预期参与率）
- E. 目标人群的满意度

【正确答案】 ABCDE

【答案解析】健康教育过程评价指标可以选择项目活动执行率、干预活动覆盖率、目标人群参与率、有效指数（目标人群参与率/预期参与率）、目标人群的满意度等。

30. 数据按性质可分为

- A. 实得数据
- B. 定位数据
- C. 定性数据
- D. 定量数据
- E. 定时数据

【正确答案】 BCDE

【答案解析】数据的种类很多，按性质分为：①定位数据，如各种坐标数据；②定性数据，如表示事物属性的数据（居住地、性别、血型等）；③定量数据，反映事物数量特征的数据，如长度、面积、体积等几何量或重量、速度等物理量；④定时数据，反映事物时间特性的数据，如年、月、日、时、分、秒等。