

2022 健康管理师二级《理论知识》题库检测试卷 附答案

考试须知：

- 1、考试时间：120 分钟，本卷满分为 100 分。
- 2、请首先按要求在试卷的指定位置填写您的姓名、准考证号等信息。
- 3、请仔细阅读各种题目的回答要求，在密封线内答题，否则不予评分。

姓名：_____

考号：_____

得分	评卷人

一、单选题（本题共 70 小题，每题 1 分，共 70 分）

1、散步的运动量交换份相当于（ ）

- A、平衡木
- B、散打
- C、呼啦圈
- D、门球

2、根据我国基本卫生保健长期性的特点，在实施过程中需妥善解决三个问题，不包括（ ）。

- A. 建立各级政府领导负责的、有关部门参加的基本卫生保健委员会或相应的组织，协调各方面工作
- B. 逐步消除我国城乡之间、沿海内地之间卫生状况的差异
- C. 制定本地区的基本卫生保健发展规划，分步骤实施，定期进行评价，及时调整工作重心
- D. 制定有关政策，制止卫生资源浪费，解决卫生资源分配不公的问题

3、居民健康档案信息主要由三大部份组成，即个人基本健康信息、家庭健康信息及（ ）。

- A、周期性健康检查记录
- B、家庭生活周期
- C、社区卫生服务状况

D、社区健康信息

E、社区卫生资源

4、下丘脑分泌生长激素减少，可发生（ ）。

A、低体重

B、身材矮小

C、单纯性肥胖

D、体格生长正常

5、不属于个人健康档基础资料的是（ ）。

A、药物过敏史

B、家族史

C、疾病随访记录

D、教育程度

E、健康行为资料

6、心理沟通过程中，首先要学会和掌握的技术是（ ）。

A、观察技术

B、问话技术

C、表达技术

D、倾听技术

7、大量的吸烟、饮酒是近（ ）年变的突出的健康问题。

A、10

B、20

C、30

D、40

8、一个好的计划的具体目标必须包括（ ）。

A. 可测量的

- B. 可完成的
- C. 可信的
- D. 有时间性的
- E. 以上都是

9、脑卒中康复恢复顺序一般为（ ）。

- A、先上肢后下肢
- B、先左侧后右侧
- C、先近端后远端
- D、先远端后近端

10、健康管理师在听对方陈述时使用点头、微笑、伸大拇指等体语肯定对方的行为体现的是（ ）。

- A、说话技巧
- B、反馈技巧
- c、观察技巧
- D、倾听技巧
- E、提问技巧

11、脂类的生理功能不包括下列哪项（ ）。

- A. 供给能量
- B. 构成人体组织结构成分
- C. 调节酸碱平衡和水盐平衡
- D. 供给必需脂肪酸
- E. 促进脂溶性维生素吸收

12、健康风险的（ ）将是发展的方向。

- A、科学化、标准化
- B、标准化、精细化

C、规范化、系统化

D、标准化、系统化

13、健康风险评估三个基本模块包括()。

A、问卷、计划、总结

B、问卷、危险度计算

C、问卷、危险度计算、评估报告

D、问卷、发病率计算、计划

14、()年世界卫生组织提出推荐吸烟标准。

A、1980

B、1981

C、1982

D、1983

15、沟通时检查健康管理师是否认真倾听的最佳手段是()。

A、点头赞许

B、有效重复

C、目光交流地

D、转换角色

E、将心比心

16、患者男，30岁，看到女性就不能自控地想要()。

A、正常现象

B、钟情妄想

C、焦虑症

D、强迫观念

E、太孤独

17、下面关于心率的正确陈述是()。

- A、最大储备心率百分比可以更准确地反映相对强度
- B、每个人的最大心率都等于200减年龄
- C、心率总是随着运动强度的增加始终成一个线性趋势增加
- D、一个人的安静心率越低，说明其心功能越好

18、关于食物中毒，下列描述不正确是（ ）。

- A、食物中毒是指摄入了含有生物性、化学性有毒有害物质的食品或把有毒有害物质当作食品摄入后所出现的非传染性急性、亚急性疾病
- B、食物中毒包括暴饮暴食引起的急性肠炎
- C、食物中毒不包括食源性肠道传染病和寄生虫病
- D、食物中毒属于食物源性疾病的范畴

19、扁豆中毒是我国最常见的植物性食物中毒,中毒是因为（ ）。

- A、含有亚硝酸盐
- B、含有红细胞凝集素或皂素
- C、含有龙葵素
- D、含有类秋水仙碱
- E、以上都不是

20、传统的健康咨询服务包括哪几种（ ）。

- A、互联网健康咨询服务
- B、电话健康咨询服务
- C、短信健康咨询服务
- D、上门健康咨询服务

21、不符合爱岗敬业要求的概念是（ ）。

- A、树立职业理想
- B、强化职业责任
- C、干一行爱一行

D、多转行多受锻炼

22、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

23、对一位已婚肥胖男性实施饮食干预，最好的支持性环境是()。

A. 家庭

B. 学校

C. 单位

D. 社会

E. 社区

24、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、病理检查

25、健康管理的服务内容和 workflows 必须依据()。

A. 循证医学的标准

B. 循证公共卫生的标准

C. 业内最权威的专家意见

D. 学术界还没有公认的预防和控制指南及规范

E. A和B

26、公共场所禁止吸烟的措施属于()。

- A、物理预防
- B、第一级预防
- C、第二级预防
- D、化学预防
- E、第三级预防

27、健康危险因素产生危害的潜伏期因危险因素的不同而不同，取决于其()以及接触时间。

- A、环境、条件
- B、数量、性质
- C、环境、习惯
- D、数量、质量

28、糖尿病人营养与膳食指导应遵循以下原则()。

- A、合理控制总能量：
- B、合理分配碳水化合物,脂肪和蛋白质的比例,合理分配热能
- C、每日进食充足的蔬菜和适量的水果，补充足够的维生素和矿物质：
- D、高纤维素与低盐饮食
- E、以上都是

29、中国成人超重和肥胖症预防与控制指南（试用）指出，中国成年人腰围达到多少时，患高血压、糖尿血脂异常的危险性就增加()。

- A、男性腰围 $\geq 85\text{cm}$ ，女性腰围 $\geq 80\text{cm}$
- B、男性腰围 $\geq 100\text{cm}$ ，女性腰围 $\geq 90\text{cm}$
- C、男性腰围 $\geq 90\text{cm}$ ，女性腰围 $\geq 85\text{cm}$
- D、男性腰围 $\geq 100\text{cm}$ ，女性腰围 $\geq 85\text{cm}$
- E、男性腰围 $\geq 95\text{cm}$ ，女性腰围 $\geq 85\text{cm}$

30、健康管理师发展前景广阔，但是否实现取决于我们能否成功应对下列面临的主要挑战，

除了 ()。

A、目前还没有一个大家都能接受的健康管理定义。没有见到全面系统的总结和理论研究或权威的专著。

B、没有出现大家都能接受的全国性的健康管理或健康和生产效率管理专业协调组织，也没有形成一支有实力的理论和实践队伍。

C、目前市场上“乱培训，培训乱”状态已经对健康管理师队伍的建设带来了无形的压力，健康管理人才的匮乏严重影响到中国首批健康管理师培训的质量。

D、由于人口老龄化进程的加快，使健康需求增加。

31、干预活动覆盖率的公式为()。

A、某时段已执行项目活动数/某时段应执行项目活动数 $\times 100\%$

B、实际参与项目干预活动人数/应参与该项目活动的人数 $\times 100\%$

C、干预活动暴露率/预期达到的参与百分比 $\times 100\%$

D、干预项目中有特定行为的人数/被调查者总人数 $\times 100\%$

E、参与某种干的人数/目标人群总人数 $\times 100\%$

32、原发性高血压的病因是()。

A. 主要由遗传因素引起

B. 由肾实质疾病引起

C. 由某些内分泌疾病引起

D. 在遗传背景轻度异常的基础上，加上不健康生活习惯的诱而发病

E. 以上都是

33、血脂异常者的蛋白质最佳来源是()。

A. 鱼和豆制品

B. 猪肉

C. 羊肉

D. 牛肉

E. 猪肉和羊肉

34、个体化健康体检血生化化验检查的内容主要包括（ ）。

- A、血糖、血脂、肝肾功能
- B、血常规、血糖、血脂
- C、血糖、血脂、肿瘤标志物
- D、血糖、血脂、血小板

35、不属于饮食致癌的可能途径是（ ）。

- A、霉变的食品
- B、多吃含纤维素的食品
- C、常吃腌制食品
- D、食品添加剂中存在致癌物
- E、脂肪总摄入量过高

36、某成年糖尿病患者，男性，身高170cm，体重70kg，从事轻体力活动。该患者每日总能量约为（ ）

- A. 2100Kcal
- B. 1950 Kcal
- C. 2450 Kcal
- D. 1400 Kcal
- E. 1200 Kcal

37、神经反射的基本环节不包括（ ）。

- A、感受器和效应器
- B、传入神经和传出神经
- C、神经中枢
- D、大脑皮层

38、生活质量评价最常用的方式是（ ）。

- A、身体机能测量

B、实验室检查

C、采用标准化问卷进行评价

D、结合既往病史给予临床诊断结果

39、有效健康服务营销的要点不包括（ ）。

A、质量高于一切

B、建立市场营销组织

C、制定营销计划

D、发挥报刊电讯等沟通工具作用

E、提供客户无法拒绝的服务

40、研究表明，心脏病、肿瘤、脑血管病和意外伤害这前4位的死亡原因已经占死亡原因的（ ）以上。

A、70%

B、65%

C、60%

D、55%

41、（ ）是指一个组织以质量为中心，以全员参与为基础，目的在于通过让顾客满意和本组织所有成员及社会受益而达到长期成功的管理途径。

A、HRA

B、WHO

C、AHA

D、TQM

42、餐前血糖的正常值是（ ）。

A、3.9-6.1mmol/L

B、大于6.1mmol/L

C、小于3.9mmol/L

D、11mmol/L

43、2型糖尿病的发生既受遗传因素的影响，又与（ ）因素有关。

A、心理

B、行为

C、环境

D、食物

44、关于2型糖尿病的主要危险因素，正确是（ ）。

A、遗传因素

B、超重和肥胖

C、不良生活方式

D、以上都正确

45、大量的吸烟、饮酒等危险因素导致了肥胖、高血压、血脂异常等患病率均上升到（ ）水平。

A、10%~20%

B、10%~30%

C、20%~30%

D、20%~40%

46、初级卫生保健对社会经济发展来说，并不指（ ）。

A、是社会发 展总体布局的组成部分，必须与社会经济同步发展。

B、是政府与民众连接的纽带

C、是精神文明建设的重要标志和具体体现。

D、是城乡社会保障体系重要组成部分，

E、是建设和谐、小康社会极其重要的基础条件。

47、职业性中暑根据发病机理可分为以下类型，除外（ ）。

A、热适应

B、热射病

C、热痉挛

D、日射病

48、具备基本职业道德的健康管理师的行为规范首先必须遵守生命伦理学的3大基本原则，下列哪项是不准确的？（ ）

A、尊重，以人为本，尊重人的自主性

B、不伤害/有利。

C、不歧视被服务的个体或群体

D、公正，包括分配公正、回报公正和程序公正

49、不属于健康消费者需求管理目标的是（ ）。

A. 维持自身健康

B. 寻求适当的卫生服务

C. 控制卫生成本

D. 减少医疗费自付比例

E. 合理利用卫生服务

50、绝对危险性通常是（ ）

A、众数

B、比值比

C、百分位数

D、概率值

E、均数

51、按信息的加工顺序可将信息划分为（ ）。

A、一次信息、二次信息和三次信息

B、实在信息、先验信息和实得信息

C、前馈信息和反馈信息

D、与发信息、语义信息和语用信息

E、战略信息、战术信息和作业信息

52、为保证问卷设计的科学性，常用（ ）对其进行评价。

A、精度、信度

B、信度、效度

C、广度、精度

D、精度、效度

53、病人的基本权利包括（ ）。

A、生存权，自我决定权、知情同意权、保密权、隐私权

B、生存权，医疗权、知情同意权、保密权、隐私权

C、生存权，医疗权、自主权、保密权、隐私权

D、医疗权，自主权、知情同意权、保密权、隐私权

54、关于健康管理的定义，下列哪项不确切（ ）。

A. 指导思想是现代健康概念和中医治未病

B. 理论、技术和方法是运用医学、管理学等相关学科

C. 服务项目是针对个体或群体的疾病状况及流行趋势

D. 服务内容主要是全面、连续的检测、评估和干预

55、按三级预防思想，“预防保护性行为”除了下列（ ）。

A、日常促进健康的行为

B、保健行为

C、避免有害环境的行为、

D、保持运动良好习惯

E、戒除不良嗜好的行为

56、据问卷所列问题提供的方式，可将问题分成（ ）3类。

A、开放式、封闭式、半封闭式

B、开放式、半开放式、封闭式

C、半开放式、封闭式、半封闭式

D、开放式、半开放式、半封闭式

57、()是方便医生评判家庭成员健康状况及掌握家庭生活周期、家庭功能以及家庭资源等资料的最好工具。

A、家系图

B、家庭基本资料

C、家庭主要问题目录

D、家庭主要问题描述

E、家庭成员的健康记录

58、现场教育主要有五个要素：现场、事实、()、学员、教员。

A、教具

B、资料

C、实践者

D、时间

59、有氧耐力训练应在() HRmax。

A、30%~60%

B、30%~70%

C、40%~80%

D、40%~85%

60、春季养生指的是()。

A、在精神调摄上，既要力戒发怒，更忌忧郁悲观，要做到心胸开阔，乐观愉快。

B、要早睡早起，日出而作，以保证充足的睡眠时间，以利阳气闭藏，养精蓄锐。

C、中午可小睡一会儿，以顺应自然界阳盛阴衰的变化。

D、注意静心不烦，在炎热的时候十分重要。

E、需要精神保持安静状态，控制情志活动。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/768025060127006035>