

2023 年-2024 年健康管理师之健康管理师三级基础 试题库和答案要点

单选题（共 45 题）

1、某运输公司男性员工居多,吸烟率达 60% 为帮助员工戒烟, 公司引入健康管理师为员工开展针对烟草使用的健康教育、戒烟干预等。

- A. 戒烟后 1 个月、3 个月和 6 个月
- B. 戒烟前 1 周、戒烟后 1 周和 1 个月
- C. 戒烟后 1 周、1 个月和 3 个月
- D. 戒烟前 1 个月、1 周和戒烟后 1 周
- E. 戒烟后 3 个月、6 个月和 1 年

【答案】 C

2、医疗卫生机构承担职业病诊断, 应当经省、自治区、直辖市人民政府 () 批准。

- A. 安全监管部門
- B. 卫生行政部門
- C. 工会
- D. 人力资源和社会保障部門

【答案】 B

3、对高胆固醇血症病人, 每日胆固醇摄入量应()毫克

- A. 0
- B.
- C.

D.

E.

【答案】 B

4、个人健康档案不包括（ ）。

A. 周期性健康检查记录

B. 预防接种记录

C. 健康问题记录

D. 家庭成员资料

【答案】 D

5、下列关于筛检试验说法正确的是（ ）

A. 串联实验使灵敏度提高，降低了特异性

B. 并联实验提高了特异度，降低了灵敏度

C. 串联和并联筛检实验不影响灵敏度和特异度

D. 并联实验使漏诊率降低，误诊率增高

E. 串联实验使漏诊率降低，误诊率增

【答案】 D

6、预防慢性病的最好方法是（ ），减少导致这些慢性病的危险因素。

A. 吸烟

B. 缺乏体力活动

C. 改善生活方式

D. 喝酒

【答案】 C

7、信息本身的（）是指信息是可以识别的。

- A. 可扩充性
- B. 可共享性
- C. 可识别性
- D. 可存储性

【答案】 C

8、《中国居民膳食宝塔》最底层的是（）

- A. 蔬菜水果类
- B. 畜禽肉类、鱼虾类、蛋类
- C. 谷薯类
- D. 油、盐
- E. 奶类及奶制品

【答案】 C

9、关于慢性病不可改变危险因素的描述中，错误的是（）。

- A. 年龄
- B. 性别
- C. 种族
- D. 吸烟

【答案】 D

10、在平衡膳食中，蛋白质、碳水化合物和脂肪提供的能量比，应分别占总能量10%~15%、50%~65%和（ ）左右。

- A. 15%~20%
- B. 15%~25%
- C. 20%~30%
- D. 25%~35%

【答案】 C

11、某企业创建“无烟”企业，提出了在员工中开展戒烟竞赛，邀请专业人士进行戒烟咨询，在企业各处张贴无烟标识，通过企业公众号推广戒烟知识和活动，发放戒烟小册子等方案。

- A. 发放小册子
- B. 张贴无烟标识
- C. 专业人士戒烟咨询
- D. 公众号推广
- E. 戒烟竞赛

【答案】 C

12、国家“十五”攻关缺血性心血管疾病发病风险的评估是目前常用的健康风险评估方法之一，请根据自己的理解回答下列问题。

- A. 该评估工具对男性和女性采用两个不同的评分表格
- B. 平均风险是指被评估者的多次评估的结果的均值
- C. 该评估工具只能评价缺血性心血管疾病的发病风险
- D. 最低风险是指同性别同年龄组的人中，所有危险因素均在理想范围内时风险值
- E. 在其他指标的数值相同的情况下，年龄越大，患病风险就越高

【答案】 B

13、目前，健康管理已经成为以（ ）为核心的健康产业中不可或缺的组成部分。

- A. 健康维护
- B. 健康保险
- C. 健康指导
- D. 健康促进

【答案】 B

14、臀围是人体站立时（ ）方向的最大臀部周长值。腰臀比=腰围(cm) / 臀围(cm)。

- A. 倾斜 60 度
- B. 水平
- C. 倾斜 45 度
- D. 垂直

【答案】 B

15、蛋白质平均 1 克在体内可提供的能量为（ ）

- A. 4 千卡
- B. 7 千卡
- C. 8 千卡
- D. 9 千卡
- E. 5 千卡

【答案】 A

16、生活方式干预技术用于促进人们改变生活方式，常用的有（）。

- A. 教育：通过一系列的参与式训练与体验，培训个体掌握行为矫正的技术
- B. 激励：通过正面强化、反面强化、反馈促进、惩罚等措施进行行为矫正
- C. 训练：传递知识，确立态度，改变行为
- D. 营销：通过一系列的参与式训练和体验，培训个体掌握行为矫正的技术
- E. 训练：利用社会营销的技术推广健康行为，营造健康的大环境，促进个体改变不健康的行为

【答案】 B

17、（）是我国国常见、最具普遍性和代表性的慢性病之一。

- A. 冠心病
- B. 脑卒中
- C. 肾衰竭
- D. 高血压

【答案】 D

18、率必须有以下内容才能构成“率”。但不包括（）。

- A. 受累人群数量
- B. 可以是某病的临床症状、死亡、残疾、实验室异常等
- C. 被观察到的受累人群所处的总体数量
- D. 相对危险度
- E. 规定的时间

【答案】 D

19、中国成人判断超重和肥胖程度的界限值中界限值 $18.5 \leq \text{BMI} < 24 \text{kg/m}^2$ 为()

- A. 体重过低
- B. 超重
- C. 正常体重范围
- D. 肥胖

【答案】 C

20、柔韧性练习至少每周 2—3 天，()拉伸大肌肉群，静力拉伸保持 10—30 秒。

- A. 缓慢
- B. 迅速
- C. 立即
- D. 倾斜

【答案】 A

21、根据掌握的个人信息，如性别、年龄、生活方式等制定合理的健康体检方案，具体包括体检频率、体检项目，是()

- A. 系统保健方案
- B. 健康教育处方
- C. 饮食指导处方
- D. 综合体检方案
- E. 个人健康档案管理

【答案】 D

22、体重由()构成，是客观评价人体营养和健康状况的重要指标。

- A. 肌肉、脂肪和蛋白质
- B. 脂肪体重和去脂体重
- C. 蛋白质和脂肪
- D. 水分和蛋白质

【答案】 B

23、在计算统计指标时，反应变量的()是指定性观察的结果。

- A. 等级资料
- B. 一般资料
- C. 计数资料
- D. 计量资料

【答案】 C

24、45 岁以上血糖控制正常者血糖筛检周期为()

- A. 3 年一次
- B. 半年一次
- C. 2 年一次
- D. 1 年一次

【答案】 A

25、现代心理学家认为，人格的塑造是()作用的结果，即人格是遗传与环境因素交互作用的产物。

- A. 先天因素

- B. 后天因素
- C. 先天、后天因素共同
- D. 先天或者后天因素

【答案】 C

26、苏先生，50岁，吸烟32年，现每天一包半，戒烟多次均不成功。

- A. 坚决不吸一支烟
- B. 不受家庭因素影响
- C. 杜绝环境因素影响
- D. 克服性格内向的特点
- E. 学会办事果断

【答案】 A

27、（）是指由强烈的、创伤性的、或对个体威胁较大的现实刺激引发，当事人常常沉浸在严重现实刺激的痛苦中，表现为悔恨、冤屈、失落、恼怒、悲哀等，甚至对刺激相关的其他事件也出现强烈反应而表现有轻度的泛化。

- A. 严重心理问题
- B. 一般心理问题
- C. 狭义心理问题
- D. 广义心理问题

【答案】 A

28、康复治疗技术的（）是指改善由于神经系统疾病造成的肢体运动功能障碍的治疗技术。

- A. 改善日常生活活动功能的康复治疗

- B. 增强心肺功能的康复治疗
- C. 矫正步态的康复治疗
- D. 促进运动功能恢复的神经生理学疗法

【答案】 D

29、高血压患者的有氧运动宜每周 5—7 天，每次()逐渐增加达到 30 分钟。

- A. 30 分钟
- B. 5—10 分钟
- C. 15 分钟
- D. 10 分钟

【答案】 D

30、国家“十五”攻关缺血性心血管疾病发病风险的评估是目前常用的健康风险评估方法之一，请根据自己的理解回答下列问题。

- A. 通过健康生活方式管理和临床干预后改变效果很小的因素
- B. 多次重复检测后结果仍然不改变的因素
- C. 不能确定健康生活方式管理或者临床干预改变效果的因素
- D. 不能通过健康生活方式管理或者临床干预来改变的因素
- E. 不能通过药物治疗来改变的因素

【答案】 D

31、王先生，男，63 岁，A 型血，体重 72kg，身高 180cm。考古学者，经常参加野外考古作业。每天吸烟 10 支以上，经常吃咸菜等腌制饮食，每天蔬菜水果摄入量为 300g，有反复尿频及排尿不畅等症状。曾有慢性胃炎病史，其母亲死于直肠癌。

- A. 前列腺特异抗原
- B. 血钙
- C. 血肌酐
- D. 血磷
- E. 幽门螺杆菌

【答案】 C

32、失能收入损失保险定义错误的是（）。

- A. 因为约定疾病或者意外伤害导致工作能力丧失为给付保险金条件
- B. 一般分为短期失能收入损失保险和长期失能收入损失保险
- C. 目前国内市场上较为普遍的是个体失能收入损失保险
- D. 既可以是团体保险也可以是个体保险
- E. 为被保险人在一定时期内收入减少或者中断提供保障的保险

【答案】 C

33、我国高血压流行特点不包括（）

- A. 患病率呈上升趋势
- B. 病患率男性高于女性
- C. 患病率女性高于男性
- D. 病患率北方高于南方

【答案】 C

34、中药的“五味”指（）。

- A. 寒热温凉平

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/558006042141006053>