

## 2019 健康管理师考试（三级）基础知识真题

一、单项选择题（共 70 题。每题 1 分。每题的备选项中，只有 1 个最佳答案）。

1. 我国界定超重的 BMI 值范围是

- A.  $20 \leq \text{BMI} \leq 28 \text{kg/m}^2$
- B.  $24 \leq \text{BMI} \leq 28 \text{kg/m}^2$
- C.  $23 \leq \text{BMI} \leq 30 \text{kg/m}^2$
- D.  $16 \leq \text{BMI} \leq 18.5 \text{kg/m}^2$
- E.  $18.5 \leq \text{BMI} \leq 23.9 \text{kg/m}^2$

2. 根据保险性质不同，健康保险可分为

- A. 社会养老保险和社会工伤保险
- B. 商业健康保险和社会养老保险
- C. 社会工伤保险和商业健康保险
- D. 社会医疗保险和商业健康保险
- E. 社会医疗保险和社会养老保险

3. 关于临床医学的主要特征论述错误的是

- A. 离体研究的成果不一定适用于整体或在体的情况
- B. 动物实验的结果能取代人体试验的结果
- C. 临床医学检验基础医学或者其他学科的医学成果
- D. 临床医学研究和服务的对象是人
- E. 临床医学复杂性大大超过其他自然学科

4. 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

5. 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

6. 葡萄糖测定任意时间血糖，任意时间指

A. 1 个月内

B. 1 小时内

C. 2 个月内

D. 12 个月内

E. 1 天内

7. “健康生态模型”强调

A. 城市化和过多的建筑物对人群健康的影响

B. 生物的多样性对人健康的作用

C. 健康是个体因素、卫生服务以及物质和社会环境相互依赖、相互作用的结果

D. 维护环境质量和保护动物来促进人群的健康

E. 人群中男女老少的协调共处

8. 慢性阻塞性肺疾病的危险因素不包括

A. 感染

B. 吸烟

C. 空气污染

D. 职业粉尘和化学物质

E. 酗酒

9. 反映胰岛  $\beta$  细胞基础分泌功能的指标是

- A. 空腹血浆葡萄糖水平
- B. 餐后 2 小时血糖值
- C. 口服葡萄糖耐量试验
- D. 任意时间血浆葡萄糖水平
- E. 糖化血红蛋白

10. 评价肥胖程度最实用的人体测量学指标是

- A. 体质指数、臀围、体重
- B. 胸围腰围和臀围
- C. 体质指数、身高、腰围
- D. 体质指数、身高、体重
- E. 体质指数、腰围、臀围

11. 高血压患者适合的有氧运动不包括

- A. 快速短跑
- B. 太极拳
- C. 钓鱼
- D. 气功
- E. 步行

12. 失能收入损失保险短期给付时间是

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

13. 健康风险评估中，绝对危险性是指

- A. 绝对发生某种疾病的可能性

- B. 未来若干年内罹患某种疾病的可能性, 一般以患病率来表示
- C. 个人评估危险度与人群平均危险度的差值
- D. 未来若干年内发生某种疾病的可能性, 一般以发病率来表示
- E. 个人评估危险度与人群平均危险度的比较结果

14. 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

15. 关于饮酒与脑卒中发病的关系, 描述不正确的是

- A. 少量饮酒也可增加脑卒中风险
- B. 饮酒和缺血性脑卒中之间是“J”形曲线关系
- C. 适量饮酒可能减少脑卒中风险
- D. 大量饮酒可增加脑梗死风险
- E. 大量饮酒可增加脑出血风险

16. 不属于康复治疗的常用手段的是

- A. 康复工程
- B. 手术治疗
- C. 物理治疗
- D. 言语治疗
- E. 心理治疗

17. 以下对流行病学的任务表述错误的是

- A. 健康风险评估对应流行病学第一阶段的任务
- B. 流行病学第二阶段的任务是找出原因、影响或决定因素
- C. 流行病学第一阶段的任务是揭示现象

D 流行病学第三阶段的任务是提供措施

E. 健康危险因素干预对应流行病学第三阶段的任务

18. 在进行健康教育时，首先让吸烟者了解吸烟对健康的危害、戒烟的益处，从而改变吸烟的态度而达到戒烟的目的。其模式属于

A. 自我效能理论

B. 健康信念模式

C. 知信行模式

D. 行为改变的阶段理论

E. 感知健康行为理论

19. 不属于日常身体活动的是

A. 娱乐性身体活动

B. 交通往来身体活动

C. 职业性身体活动

D. 家务性身体活动

E. 运动锻炼身体活动

20. 调查问卷的保存方法正确的是

A. 应指定专人管理

B. 不需要专人管理

C. 按照时间前后顺序放置即可

D. 放入科室有空余的空间

E. 不需要上锁以便随时查阅

21. 健康管理师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. 通过座谈会方式来讨论健康需求

C. 通过互联网搜索健康需求

D 通过体检后的健康跟踪来确定需求

E. 通过体检前信息问卷来调查个人需求

22. 习惯大量饮酒者，可以看到明显的降压效果，是在节制饮酒后

A. 3 周

B. 1 周

C. 5 周

D. 2 周

E. 4 周

23. 健康风险评估的三个基本模块是

A. 问卷、计划、总结

B. 问卷、发病率计算、计划

C. 问卷、危险度计算、评估报告

D. 问卷、发病率计算、总结报告

E. 问卷、危险度计算、总结报告

24. 不属于健康管理目标的是

A. 易患疾病的早期诊断

B. 减少不必要的医疗服务

C. 减少健康危险因素

D. 提供健康产品的最佳选择

E. 预防疾病高危人群患病

25. 下列不属于建立社区健康档案的意义的是

A. 有助于合理利用社区有限的卫生资源

B. 可用于评价健康管理者的服务质量和技术水平

C. 有助于降低卫生服务医疗费用

D. 有助于促进社区卫生服务的规范性

E. 有助于全面评价社区居民的健康问题

26. 可用于评价人体营养状况的指标是

- A. 血糖
- B. 血肌酐
- C. 皮褶厚度
- D. 血脂
- E. 血压

27. 对社会基本医疗保险费用补偿不足部分进行二次补偿的健康保险是

- A. 收入损失保险
- B. 补充型医疗保险
- C. 人寿保险
- D. 护理保险
- E. 重大疾病保险

28. 关于健康保险需求的影响因素，下列说法不正确的是

- A. 保险产品购买力
- B. 医疗费用的增长
- C. 保险公司盈利状况
- D. 保险的消费意识
- E. 人口老龄化

29. 某药店出售某款包装上印有“秘”字的保健品，该保健品违反的命名原则是

- A. 使用外文字母、汉语拼音、符号
- B. 使用带有封建迷信色彩的词语
- C. 使用已经批准的药品名
- D. 使用虚假、夸大和绝对化的词语
- E. 使用消费者不易理解的专业术语及地方方言

30. 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

31. 中医诊治的主要原则是

- A. 因病施治
- B. 辨证施治
- C. 同病异治
- D. 异病同治
- E. 因人施治

32. 高血压患者规范治疗百分比计算正确的是

- A. 规范治疗百分比=（每年社区能按照医嘱接受规范治疗的高血压患者人数）/（当年社区中全部高血压患者人数）\*100%
- B. 规范治疗百分比=（每年社区能按照医嘱接受规范治疗的高血压患者人数）/（社区估算的总体高血压患者人数）\*100%
- C. 规范治疗百分比=（每年社区能按照医嘱接受规范治疗的高血压患者人数）/（当年社区中全部慢性病患者人数）\*100%
- D. 规范治疗百分比=（每年社区能按照医嘱接受规范治疗的高血压患者人数）/（社区估算的总体慢性病患者人数）\*100%
- E. 规范治疗百分比=（每年社区能按照医嘱接受规范治疗的高血压患者人数）/（社区实际管理的高血压患者总人数）\*100%

33. 既能维持成人的健康又能促进儿童生长发育的蛋白质是

- A. 豆球蛋白
- B. 胶质蛋白
- C. 酪蛋白
- D. 麦胶蛋白
- E. 玉米胶蛋白



34. 按照治疗手段建立的学科分类不包括

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

35. 预防医学的目的不包括

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

36. 健康信息采集的原则是

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

37. 儿童的身高组别体重的正常范围是

- A. 2 个标准差范围内
- B. 2.5 个标准差范围内
- C. 3 个标准差范围内
- D. 1.5 个标准差范围内
- E. 1 个标准差范围内

38. 第一级预防又称之为

- A. “三早” 预防
- B. 临床期预防
- C. 病因预防
- D. 化学预防
- E. 临床前期预防

39. 消费者的权利不包括

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

40. 对日记、书信等文化性创作进行分析的心理评估方法

- A. 调查法
- B. 观察法
- C. 心理测试法
- D. 会谈法
- E. 作品分析法

41. 属于能力范畴的是

- A. 智力
- B. 稳定
- C. 礼让
- D. 灵敏
- E. 关怀

42. 康复医学的业务不包括

- A. 提高生活质量
- B. 治愈疾病

- C. 改善功能障碍
- D. 回归社会
- E. 回归家庭

43. 世界卫生组织建议的糖尿病分型不包括

- A. 其他特殊类型
- B. 1 型
- C. 2 型
- D. 妊娠糖尿病
- E. 青少年糖尿病

44. 下列属于第三级预防的是，

- A. 食物中毒病人的抢救
- B. 成年人定期的血压测定
- C. 宫颈癌筛检
- D. 糖尿病并发症的预防
- E. 预防接种

45. 健康信息保存方法中错误的是

- A. 需要保存调查问卷
- B. 需要保存在地下室保证保密性
- C. 需要双备份计算机文件
- D. 需要把数据库文件存档
- E. 需要对录入数据进行清理

46. 对临床医学发展趋势的描述不当的是

- A. 随着医学研究不断深入，医学学科也不断分化
- B. 在医学专业不断分化的同时，学科间的相互交叉和渗透越来越不明显
- C. 基因工程技术对新药、生物技术产品的开发，大大丰富了治疗手段、提高了疗效
- D. 研究工作不断由细胞水平向亚细胞水平，甚至分子水平深入

E. 基础医学和高新科技的成果，不断创造出新的诊断和治疗方法

47. 流行病学研究方法中的横断面研究属于

A. 实验性研究

B. 理论性研究

C. 生态学研究

D. 队列研究

E. 观察性研究

48. 关于健康管理互动平台的管理服务系统架构不正确的是

A. 群体健康教育资料库

B. 智能化膳食、运动管理数据库

C. 使用者操作界面

D. 健康风险评估模块

E. 健康档案管理模块

49. 健康风险评估的原理是

A. 以不同年龄阶段健康数据比较推测个人患病或死亡风险

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

D. 将人群的流行病学数据与个人数据比较来推测个人发病或死亡风险

E. 以不同地区人群健康数据比较推测个人患病或死亡风险

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

51. 关于现况调查方法描述正确的是

- A. 主要采用非随机抽样如偶遇抽样进行调查
- B. 对人群进行干预，观察干预效果
- C. 比较发病和未发病人群，追溯其暴露情况
- D. 追踪两组处于不同暴露水平的人，观察其发病情况
- E. 主要采用普查和抽样调查

52. 关于肥胖的干预原则说法正确的是

- A. 一旦减重即可停止所有措施
- B. 应该单采用增加运动的方法
- C. 应该快速减重
- D. 应该单采用控制膳食的方法
- E. 应该采用综合措施预防和控制

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

54. 关于有氧和无氧运动描述不正确的是

- A. 无氧运动以无氧代谢为主要供能途径
- B. 有氧运动有助于增进心肺功能
- C. 有氧运动以有氧代谢为主要供能途径
- D. 无氧运动有助于增加肌肉质量和力量
- E. 慢性病人不易参加无氧运动

55. 增加慢性病负担的相关因素不包括

- A. 医学治疗的进步

- B. 生活方式的改变
- C. 遗传因素
- D. 急性病得到有效预防和治疗
- E. 人口老龄化

56. 药源性疾病的种类不包括

- A. 药后效应型
- B. 过敏型
- C. 长期用药致病型
- D. 甲型
- E. 乙型

57. 不属于脂溶性维生素的是

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

58. 制作健康传播材料的第一步是

- A. 形成初稿
- B. 传播材料预试验
- C. 材料的生产发放与使用
- D. 制订计划
- E. 分析需求和确定信息

59. 不属于基本卫生保健原则的是

- A. 政府主导
- B. 合理布局
- C. 综合利用

D. 预防为主

E. 适宜技术

60. 超重者高血压的患病率是正常体重人群的

A. 3~4 倍

B. 2~3 倍

C. 6~7 倍

D. 4~5 倍

E. 5~6 倍

61. 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

62. 开展三级预防的意义是

A. 保障儿童健康

B. 保障妇女健康

C. 保障人群健康不患病

D. 保障个体健康不患病

E. 维护人群健康做到事半功倍

63. 体质指数 (BMI) 是评价以下哪类人群营养状况的指标

A. 儿童

B. 孕产妇

C. 妇女

D. 18 岁以上成人

E. 老年人

64. 临床所指的血压为

- A. 动脉压
- B. 毛细血管压
- C. 中心静脉压
- D. 平均压
- E. 静脉压

65. 下列数据库的变量中，不能称为解释变量的是

- A. 反应变量
- B. 协变量
- C. 分类变量
- D. 指示变量
- E. 分组变量

66. 医学伦理学的核心问题是

- A. 医学与社会之间的关系
- B. 医务人员与科学发展之间的关系
- C. 医务人员与社会之间的关系
- D. 医务人员与患者的关系
- E. 医务人员之间的关系

67. 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）

68. 估计人体腹部脂肪最简单实用的指标是



- A. 体重
- B. 臀围
- C. 体质指数
- D. 理想体重
- E. 腰围

69. 基本卫生保健的意义不包括

- A. 充分享有健康权
- B. 提升人们对政府的信任度
- C. 促进社会经济发展
- D. 提高精神文明水平
- E. 提高人人健康水平

70. 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

**二、多项选择题（共 30 题，每题 1 分。每题的备选项中，有 2 个或 2 个以上正确答案。错选或少选均不得分）。**

71. 减少钠盐摄入的措施包括

- A. 减少味精、酱油等调味品的用量
- B. 少食或不食咸菜、火腿、香肠等加工食品
- C. 肾功能良好者多食用含钾的烹调用盐
- D. 尽可能减少烹调用盐
- E. 多喝菜汤、面汤

72. 疾病风险评估报告的内容包括

- A. 风险评估结果
- B. 风险等级
- C. 危险因素状况
- D. 可改善的危险因素提示
- E. 个人信息汇总表

73. 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

74. 生活方式指导的基本内容包括

- A. 体力活动指导
- B. 慢性病指导
- C. 戒烟指导
- D. 营养指导
- E. 健康危险因素控制

75. 健康信息录入时要对录入人员进行培训，培训的内容包括

- A. 数据库文件的保存
- B. 逻辑差错的设置要求
- C. 数据库结构
- D. 调查表的编码
- E. 问卷的信效度评价

76. 二级智力残疾者的适应行为表现有

- A. 与人交往能力差
- B. 能做简单的家务

- C. 大部分生活由他人照料
- D. 运动能力发展较差
- E. 全部生活由他人照料

77. 吸烟可增加哪些疾病的危险性

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

78. 健康风险的表示方法中，理想危险度是指

- A. 假设个人已经将每个不健康行为修正到了一个目标水平，对危险度进行再计算的结果
- B. 将所有危险因素（先兆因素）修正到目标水平计算出来的危险度
- C. 将所有危险因素（先兆因素）修正到最大值计算出来的危险度
- D. 将所有危险因素（先兆因素）修正到最小值计算出来的危险度
- E. 将所有危险因素（先兆因素）修正临床正常值水平计算出来的危险度

79. 健康管理服务的特点包括

- A. 系统化
- B. 足量化
- C. 标准化
- D. 整体化
- E. 个性化

80. 医学信息学的研究发展已渗透到的医学领域是

- A. 生物信号分析
- B. 医学图像处理
- C. 医学信息管理系统
- D. 医学决策系统

E. 卫生信息资源

81. 人际传播的形式包括

A. 组织与群体之间

B. 个人之间

C. 群体与群体之间

D. 个人与组织之间

E. 个人与群体之间

82. 人群健康风险评估报告的内容包括

A. 健康危险因素总结

B. 人口学特征概述

C. 健康教育信息

D. 健康风险评估的计算

E. 建议的干预措施和方法

83. 目前我国居民饮食结构中存在的主要问题是

A. 盐多

B. 蔬菜摄入多

C. 能量摄入多

D. 脂肪摄入多

E. 蛋白质摄入多

84. 在进行服务对象咨询是，为获得更多信息在观察对方时应采用的方法为

A. 捕捉细微的变化

B. 和对方有目光交流

C. 通过观察对方的表情、动作，了解有用信息

D. 能透过表面现象看到本质

E. 观察更仔细

85. 导致慢性病发生风险升高的主要行为危险因素包括

- A. 肥胖
- B. 久坐少动
- C. 吸烟
- D. 膳食不合理
- E. 生活处于不良生活环境

86. 健康风险评估的研究目的包括

- A. 研究不同经济状况地区的危险因素控制方法
- B. 研究健康促进效果的评估方法
- C. 研究如何促进健康行为
- D. 研究看起来健康而且没有任何疾病症状的人,其可能具有未来发生某种疾病或导致死亡的潜在风险
- E. 研究如何能够将导致风险的危险因素识别出来

87. 信息清理的主要方法有

- A. 通过专人检查差错
- B. 目测检查数据文件中的记录是否存在相同的形式
- C. 应用计算机进行查错
- D. 目测检查数据文件中的记录是否能发现空白数据
- E. 直接录入

88. 制订体力负荷计划时应当考虑

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

89. 问诊的主要内容

- A. 现病史
- B. 既往史
- C. 患者一般情况
- D. 意识状态
- E. 主诉

90. 健康风险评估（HRA）问卷的主要组成包括

- A. 个人过敏史
- B. 其他危险因素，如精神压力
- C. 态度和知识方面的信息
- D. 生理、生化数据，如身高、体重、BP、血脂
- E. 生活方式数据，如吸烟，膳食、运动习惯等

91. 健康风险评估的作用包括

- A. 健康危险因素的认识
- B. 健康干预措施的制订
- C. 健康保险费用的预测
- D. 健康管理人群的分类
- E. 健康干预措施的实施

92. 同伴教育者应具备的品质和能力包括

- A. 在与同伴交流时，思维敏捷，思路清晰
- B. 充满自信，富有组织和领导才能
- C. 有担任同伴教育者的热情和责任感
- D. 具备良好的说教技巧
- E. 有一定的精力和时间投入工作

93. 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

94. 人际传播基本技巧包括

- A. 描述技巧
- B. 观察技巧
- C. 说话技巧
- D. 倾听技巧
- E. 提问技巧

95. 对高血压患者要进行的健康教育包括

- A. 教育患者进行必要的药物与非药物治疗
- B. 倡导患者积极改变不良的生活方式
- C. 告知患者要保持良好的心理状态
- D. 告知和提倡 35 岁以上成人每年至少测量一次血压
- E. 要让患者加强自我管理血压的技能和水平

96. 总胆固醇升高的影响包括

- A. 高血压发病率增高
- B. 在血管壁积累
- C. 是性激素的合成原料
- D. 它能使细胞膜相互结合
- E. 溃疡发病率增高

97. 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

98. 运动对人体健康水平的影响有

A. 降低心肌缺血的风险，降低心脑血管意外的发生

B. 总体上提高了心脑血管意外的发生率

C. 减少关节的磨损

D. 改善冠状动脉功能

E. 改善身体平衡协调能力

99. 营养指导原则包括

A. 少油

B. 控糖

C. 以肉类为主

D. 摄食种类多

E. 以谷类为主

100. 如果健康生活方式评估报告，受评者实际年龄 58 岁，健康年龄 65 岁，理想健康年龄 53 岁，那么说明

A. 受评者寿命延长的空间是 7 岁

B. 受评者目前生活习惯影响了其健康状况，减少了寿命

C. 如果改变目前的不健康生活习惯至理想状态，健康年龄将达到 53 岁

D. 受评者的健康状况比评价的好

E. 受评者寿命延长的空间是 12 岁