

24189 | 老年康复训练照护（统设课）

(1)康复医疗的工作方法是（ ）

答案：A. 以康复医师为首的多学科协作组处理

(2)康复医疗的对象是（ ）

答案：C. 急慢性病损、老年病所致功能障碍者和残疾人

(3)在《国际功能、残疾和健康分类》中，残疾的三个层次分别是（ ）

答案：D. 功能损害、活动受限、参与局限

(4)康复医学的特征是（ ）

答案：B. 功能医学、个体水平的医学、复权的医学

(5)康复评定是（ ）

答案：B. 定量与定性的统一,以定量为主

(6)由于老年人反应迟钝，康复照护人员了解病情的方法是（ ）

答案：A. 不全依靠主诉发现身体变化

(7)调动患者参与康复训练的主动性方法最重要的是（ ）

答案：D. 采用科学方法/亲切态度与病人建立良好的合作关系

(8)康复医学不是（ ）

答案：A. 以治疗疾病为中心

(9)康复医学的最终目的是使康复对象（ ）

答案：D. 恢复全部生存权利

(10)以下（ ）活动不属于 ICF 中“活动受限”的活动范围

答案：B. 屈曲左手的小指

(11)康复医学的主要内容不包括（ ）

答案：D. 临床诊断学

(12)康复治疗的特点是（ ）

答案：C. 是功能的再教育，强调主动参与，多种治疗并列安排，应长期坚持

(13)康复医学一级预防是（ ）

答案：D. 注意健身和合理生活方式，防止各类疾病，从而减少功能障碍发生的可能性

(14)人要恢复全部生存权利需要的康复领域包括 ()

答案: C.医学康复、教育康复、职业康复、社会康复

(15)下列有关老年患者康复照护的叙述, 错误的是 ()

答案: A. 重护理轻观察

(1)老年健康综合评估主要有 () 四大领域

答案: A. 医疗、功能、心理和社会

(2)针对老年人的体格检查, 重点是 ()

答案: C.观察

(3)针对老年人询问病史的困难, 怎样进行有效沟通?

答案: D. 以上均需采用

(4)以下 () 不属于功能性评估

答案: B. 血压测量

(5)考虑老年人的生活自理依赖程度分级, 以下 () 是错误的。

答案: D. 仅仅心理需求

(6)有关社会评估的内容, 以下 () 不包括在内

答案: C.认知功能情况

(7)在肌力检查中, 肌力分为 () 级

答案: B. 6 级

(8)不适合于徒手肌力检查的疾病是 ()

答案: D. 帕金森病

(9)如果某患者臀中肌无力, 可能肌力只有 1-2 级, 检查时应该采取的体位是 ()

答案: A. 仰卧位

(10)关节活动范围评估的禁忌证为 ()

答案: A. 关节急性炎症期

(11)肩关节外展的正常活动范围是 ()

答案: B. $0^{\circ} \sim 180^{\circ}$

(12)测量髋关节内收外展时, 关节测量尺的轴心应放置于 ()

答案：C. 髂前上棘

(13)测量踝关节内翻与外翻时，测量尺移动臂应放置在（ ）

答案：B. 与第5跖骨纵轴平行

(14)动态平衡是指（ ）调整和控制身体姿势稳定性的能力。

答案：A. 运动过程中

(15)平衡评定禁忌证不包括（ ）

答案：B. 听力障碍

(16)用 Berg 量表评分时，说明患者“平衡功能较好，可独立步行”的评分结果是（ ）

答案：C. 41 ~ 56 分

(17)适用于老年人的疼痛测定量表为（ ）

答案：A. 面部表情评分法

(18)偏瘫的痉挛开始减弱出现在 Brunnstrom 偏瘫运动功能评测的（ ）级

答案：D. IV级

(19)改良的 Ashworth 量表共分为（ ）级

答案：B. 6 级

(20)简明精神状态检查表是（ ）

答案：D. 老年认知功能量表

(21)认知功能筛查量表共 30 项，共计 30 分，下面评分结果异常的分值是（ ）

答案：C. ≤ 24 分

(22)心脏功能容量是体力活动的最高限度，其测定一般应用平板或踏车运动试验，测定时应从（ ）

答案：D. 最低负荷量开始

(23)1 个“梅脱”，系指机体在坐位休息时，摄氧（ ） $\text{ml}/(\text{kg}\cdot\text{min})$

答案：C. 3.5

(24)简易呼吸功能评估中，吹蜡烛法的做法是：将点燃的蜡烛放在口前（ ）处，吸气后用力（一口气）吹蜡烛，使蜡烛火焰飘动直至熄灭，记录时间与距离

答案：B. 30 cm

(25)简易呼吸功能评估中，标准的数数法要求是以大约（ ）的速度数数

答案：C.每秒一个数

(26)与日常生活活动无关的选项是（ ）

答案：B.使用电脑打字

(27)Barthel 指数总分（ ）为中度功能障碍

答案：A. 60~41 分

(28)若一个患者不能正常系鞋带以及扣纽扣，但利用一些辅助用具可以完成穿脱衣物，该患者的 Barthel 指数可计分为（ ）

答案：D. 5 分

(29)功能独立性评定与 Barthel 指数的不同在于增加了（ ）

答案：C.交流与认知

(30)考量一个高龄老人是否需要康复护理照护时，需要进行的评估是（ ）

答案：D. Barthel 指数评估

(31)抑郁评估量表(GDS)是专用于老年人抑郁的筛查，该量表共有（ ）个条目，包括以下症状：情绪低落，活动减少，容易激惹，退缩痛苦的想法，对过去，现在与未来消极评分。

答案：B. 20

(32)用老年抑郁量表评估抑郁，轻度抑郁的分值范围是（ ）

答案：D. 5~10 分

(33)焦虑自评量表可评定焦虑症状的轻重程度，中度焦虑的分值范围是（ ）

答案：A. 50~59 分

(1)脑卒中早期患侧卧位时，不正确的姿势为（ ）

答案：A. 前臂旋前

(2)脑卒中患者应尽可能少用（ ）

答案：C.仰卧位

(3)脑卒中患者的最佳卧位是

答案：A. 患侧卧位

(4)脑卒中坐位训练，开始时坐位不宜立即取（ ）

答案：D. 90°

(5)脑卒中可以进行步行训练的前提之一是（ ）

答案：C.立位平衡

(6)脑卒中练习上下楼梯的原则是（ ）

答案：B. 健腿先上，患腿先下

(7)王奶奶，60岁，患脑梗死3个月，经积极康复治疗 and 护理，已出院。现能拄拐杖行走，进食、洗漱、穿衣需家人协助，现对其主要进行（ ）

答案：D. 日常生活活动能力训练

(8)朱爷爷，65岁，脑血栓一周入院，要进行关节被动运动，以下正确的是（ ）

答案：C.活动从肢体近端到远端

(9)脑卒中早期体位变换的频次为（ ）

答案：A. 2小时一次

(10)下列有关脑卒中步行训练的说法，错误的是（ ）

答案：C.达到一级立位平衡

(11)不能训练患侧手指精细动作的游戏是（ ）

答案：D. 手轮

(12)吞咽功能障碍患者在阶段性进食训练初期，不适宜进食（ ）类食物

答案：C.普食

(13)中枢性瘫痪恢复期的特点不包括（ ）

答案：B. 病理反射阴性

(14)下列不是脑卒中的高危因素的是（ ）

答案：A. 男性

(15)脑卒中步行训练开始的指征不包括（ ）

答案：A. 达到二级立位平衡

(1)脊髓损伤卧床期仰卧位时，不正确的姿势为（ ）

答案：C.腕关节屈曲

(2)（ ）阶段脊髓损伤会造成严重呼吸困难，但仍可自主呼吸

答案：B. C4-8

(3)脊髓损伤急性期的照护不包括（ ）

答案：C.到治疗室进行康复训练

(4)脊髓损伤并发症不包括（ ）

答案：D. 一侧肢体痉挛

(5)脊髓损伤后压疮预防的全身管理不包括（ ）

答案：D. 抬高下肢

(6)脊髓损伤后预防下肢静脉血栓的方法不包括（ ）

答案：D. 针灸

(7)脊髓损伤急性期一般指多长时间伤后（ ）内

答案：B. 4 周

(8)脊髓损伤康复的最终目标是（ ）

答案：D. 让患者回归家庭、回归社会

(9)截瘫神经痛一般发生在脊髓损伤后（ ）内

答案：C.1 年

(10)下列关于斜台站立训练，错误的是（ ）

答案：A. 训练开始需要测血压，若正常则训练时不需监测，因为测血压会影响训练

(11)脊髓损伤患者急性卧床期多长时间变换一次体位（ ）

答案：C.2 小时

(12)步行训练时，“体重压在前方双手上，抬起身体，双下肢离开地面向前摆，在双手位置稍后方落地”，这种训练方式称为（ ）

答案：D. 摆过步

(1)除外伤和跌倒外，老年骨折常见原因还包括（ ）

答案：D. 骨质疏松

(2)针对骨折的康复评估，必须的项目有肌力评估、ROM 评估、感觉评估和（ ）

答案：A. ADL 评估

(3)骨折后的康复治疗原则是复位、固定及（ ）

答案：C.功能训练

(4)主动活动是骨折后第一阶段极其重要的康复治疗措施，一般可采用被固定区域肌肉的（ ）活动，即肌肉收缩不会引起肢体的运动，骨折部位的上、下关节应固定不动。

答案：C.等长收缩

(5)可考虑温热法的时间为骨折后（ ）

答案：B. 48 小时

(6)高频电疗应用时需注意如果有（ ）是不宜采用的

答案：B. 内固定金属植入物

(7)骨折后期，针对局部粘连，关节僵硬，ROM 受限者，首选的物理因子治疗措施有（ ）

答案：A. 超声波治疗

(8)骨折愈合期的康复训练，不正确的是（ ）

答案：B. 等长收缩训练

(9)老年股骨粗隆间骨折时，术后下肢保持（ ）

答案：A. 外展中立位

(10)患者，男，62 岁，左股骨干骨折 10 天，受伤后即行切开复位内固定术，康复治疗时只能进行（ ）

答案：A. 股四头肌收缩训练

(11)老年人在社区进行功能训练过程中，下列行为正确的是（ ）

答案：D. 需控制运动量

(12)为预防老年人骨折后局部出现并发症，在常规护理中除密切观察患者的各项生命体征之外，还应注意观察固定肢体的（ ）情况

答案：A. 局部肿胀答案：B. 疼痛程度答案：C.指（趾）头血循环答案：D. 伤口渗出

(1)慢性退行性骨关节疾病起病缓慢，症状多出现在（ ），随年龄增长而发病增多

答案：C.50 岁以后

(2)体操棒练习时，错误的是（ ）

答案：D. 不考虑动作时是否引起疼痛

(3)患者，63 岁，诊断为肩周炎，对肩关节保护不利的措施是（ ）

答案：A. 患肢提举重物

(4)骨关节炎可以累及全身各个关节，但以下（ ）关节相对比较少见

答案：D. 肘关节

(5)最常用于疼痛程度的评定方法是（ ）

答案：C.视觉模拟评分（VAS）

(6)当承重关节或活动较多的关节受累，疼痛十分显著时，应限制其活动量，避免关节过度活动。此时的功能训练宜采取（ ）

答案：A. 肌肉等长收缩

(7)若老年人颈椎发生关节炎，则患者选择的睡枕为（ ）

答案：D. 曲线枕、符合生理弧度

(8)长期应用颈托可引起颈背部肌肉萎缩，关节僵硬，不利于颈椎病的康复，故使用（ ）

答案：C.仅在颈椎病急性发作时佩戴

(9)对腰椎间盘突出症而言，预防复发是十分重要的，因而教育患者学习以下知识尤为必要。其中最容易做到的是（ ）

答案：A. 良姿位

(10)针对中等程度膝关节骨关节炎患者的康复照护要点中，错误的是（ ）

答案：C.减少运动量

(11)腰围使用时发生的负面影响不包括（ ）

答案：D. 患病部位的疲劳性损伤

(1)冠心病患者的Ⅲ期康复治疗，每周最适宜运动时间为（ ）

答案：D. 3~5天

(2)Ⅱ期康复的冠心病患者，可以进行（ ）

答案：D. 自己洗澡

(3)急性发作的心脏病对心理的影响，下列说法正确的是（ ）

答案：D. 对于那些经历过明显急性胸痛或呼吸急促症状的人来说，初次冠心病可能会引发严重的焦虑。

(4)冠心病康复治疗共分（ ）期

答案：D. 三期

(5)不属于冠心病Ⅱ期康复治疗的是（ ）

答案：D. 竞技运动

(6)李阿姨，69岁，心肌梗塞后9周，经积极治疗，患者现在生命体征稳定，无明显心绞痛，安静时心率小于110次/分，无心衰和心律失常，血压基本正常，体温正常，请问该患者应进行（ ）。

答案：C. 冠心病Ⅲ期康复

(7)氧消耗代谢单位：1MET 等于（ ）

答案：B. 3.5 ml/ (kg.min)

(8)冠心病患者进行Ⅱ期康复治疗，活动时 RPE 应不超过（ ）。

答案：B. 13-15

(9)陪护冠心病Ⅲ期康复患者，需要注意避免患者（ ）

答案：B. 进行篮球比赛

(10)冠心病患者康复治疗运动量的基本要素不正确的是（ ）

答案：D. 运动到大汗淋漓，第二天有疲劳感才行

(1)慢性阻塞性肺疾病康复治疗的禁忌证不包括（ ）

答案：B. 病情稳定的 COPD 患者

(2)下列（ ）指标符合极重度 COPD 患者

答案：D. FEV1<30%预计值

(3)下列有关缩唇呼吸的说法，正确的是（ ）

答案：D. 增加呼气阻力

(4)下列有关腹式呼吸说法错误的是（ ）

答案：C. 双手置于上腹部

(5)慢性阻塞性肺疾病运动疗法的禁忌证不包括（ ）

答案：D. COPD 稳定期

(6)慢性阻塞性肺疾病患者日常生活能力评估为 3 级，其评判标准为（ ）

答案：B. 讲话或穿衣等轻微动作时即有气短

(7)慢性阻塞性肺疾病预防的重要措施是 ()

答案: C.戒烟

(8)传统运动疗法中, 最适合于 COPD 患者的是 ()

答案: C.太极拳

(9)慢性阻塞性肺疾病患者一般吸入氧浓度为 ()

答案: C.20% ~ 25%

(10)慢性阻塞性肺疾病患者体位排痰时, 每次时间为 (), 总时间不超过 30 ~ 45 分钟

答案: B. 10~15 分钟

(11)关于体位排痰不正确的是 ()

答案: C.餐后进行

(12)患者, 80 岁, 吸烟史 50 年, 患慢性阻塞性肺疾病 30 年。近半个月出现端坐呼吸, 吸气时张口抬肩、伸颈、腹肌收缩、呼吸表浅, 呼吸 28 次/分,脉搏 90 次/分。此时宜采取的措施是 ()。

答案: D. 腹式呼吸

(1)糖尿病的治疗方法包括 ()

答案: D. 以上都是

(2)糖尿病患者空腹血糖控制的理想数值是 ()

答案: B. 3.9~7.2 mmol/L

(3)轻体力劳动者每千克体重能量需求 ()

答案: B. 200 ~ 300g

(4)老王, 男, 患糖尿病 30 余年, 身高 160 cm 左右, 该患者的理想体重是 ()

答案: B. 55Kg

(5)糖尿病患者最适合运动项目不包括 ()

答案: C.打篮球、踢足球

(6)糖尿病患者膳食总热量中蛋白质应占 ()

答案: A. 15% ~ 20%

(7)糖尿病患者运动频率为 ()

答案：D. 每周 3~4 次

(8)以下说法不正确的是 ()

答案：B. 糖尿病检查需每日抽指血检查 HbA1c

(9)糖尿病健康教育包括 ()

答案：D. 以上都是

(10)刘爷爷，68 岁，因糖尿病足溃疡 10 天入院，下列说法错误的是 ()

答案：C. 可用热水袋进行足部保暖

(11)糖尿病患者运动疗法禁忌证包括 ()。

答案：D. 以上都是

(12)下列有关糖尿病患者控制体重的措施，不正确的是 ()

答案：D. 所有患者均应该控制在 60 kg 左右

(1)帕金森病进行关节运动范围训练的重点是 ()

答案：A. 牵拉缩短的、绷得紧紧的屈肌

(2)帕金森病的首发症状中，占比最大的是 ()

答案：C. 震颤

(3)在 Hoffer 步行能力分级中，患者仅能借助膝-踝-足矫形器、杖等能在室内行走，则其步行功能分级为 ()

答案：B. II 级

(4)利用韦氏帕金森病评定某患者，若评分结果为 22 分，则属于 ()

答案：B. 中度残损

(5)若患者只是身体双侧或中线受影响，但没有平衡功能障碍，则属于 Yahr 分期的 ()

答案：B. 二期

(6)帕金森氏病的康复目标是 ()

答案：A. 延缓病情发展，延长独立生活能力

(7)帕金森病的康复治疗以 () 为主，作业疗法为辅

答案：D. 物理治疗

(8)在针对 PD 制定运动治疗方案时，错误的是（ ）

答案：C.抗阻运动，以提升肌力

(9)在帕金森病的训练中，较好的松弛训练方法是（ ）

答案：D. 音乐

(10)帕金森病康复护理强调预防护理、整体护理、功能护理以及（ ）

答案：B. 心理护理

(11)帕金森病步态训练的目标是（ ）

答案：D. 提高跟-足趾步态模式

(12)下列有关帕金森病患者的饮食叙述，错误的是（ ）

答案：A. 多吃肉

(1)阿尔茨海默病的认知训练不包括（ ）

答案：D. 心理减压治疗

(2)阿尔茨海默病早期患者，应及时（ ）

答案：A. 前往医院接受医生指导

(3)阿尔茨海默病患者，护理员应做到（ ）

答案：C.鼓励患者独立完成力所能及的事

(4)早期阿尔茨海默病患者，康复训练应遵循（ ）。

答案：D. 先做简单的事，再做困难的事

(5)阿尔茨海默病患者无需进行（ ）

答案：D. 卧位平衡

(6)对于晚期阿尔茨海默病患者，陪护人员需要注意（ ）

答案：C.陪护人员是否为患者按时翻身

(7)李爷爷，73 岁，患阿尔茨海默病 6 个月，经积极康复治疗 and 护理，现能记住 1 分钟以内的信息，吃饭、穿衣、洗漱等无需他人帮助，现对其主要进行（ ）

答案：A. 日常生活活动能力训练

(8)赵奶奶，80 岁，患阿尔茨海默病 2 年余，虽然经过药物治疗和康复治疗，但是认知状况逐渐减退，喝水的时候经常出现呛咳，对于赵奶奶的照护，无需特别注意（ ）

答案：A. 每天尽量为其穿漂亮的衣服

(9)阿尔茨海默病晚期患者，不符合事实的是（ ）

答案：A. 可不借助他人，自我排尿、排便

(10)王大爷今年 71 岁，处于阿尔茨海默病的早期阶段，他可能（ ）

答案：C.无法认出镜子中的自己

(11)照护早期阿尔茨海默病患者时，应避免（ ）

答案：B. 让患者一人独自外出采购

(12)阿尔茨海默病的记忆功能训练，不需要（ ）

答案：D. 进行穿脱衣服练习

(1)老年人并发压疮的危险因素中全身因素不包括（ ）

答案：D. 力的因素

(2)长期卧床的老年患者，无生活自理能力，髋部红肿疼痛，皮肤有破损首先应考虑是（ ）

答案：A. 压疮

(3)长期卧床患者应及时更换体位，每次间隔时间应该是（ ）

答案：D. 2 小时

(4)容易出现足下垂的体位是（ ）

答案：A. 仰卧位

(5)老年人压疮最常见的易发部位是（ ）

答案：C.各种卧位的骨突处

(6)压疮的观察内容不包括（ ）

答案：B. 血压动态变化

(7)压疮照护的注意事项中不正确的项目是（ ）

答案：B. 尽量少清洗

(8)下列有关压疮的照护措施，错误的是（ ）

答案：D. 用酒精局部清创

(9)物体在滑动、转动时，所克服的阻力称为（ ）

答案：C.摩擦力

(10)预防压疮应该做到每天保证进食三大营养素缺一不可，基本比例为碳水化合物占60-70%，脂肪占20-25%，蛋白质占（ ）

答案：C.10-15%

(11)加强营养，促进压疮康复，有助于创面愈合的维生素是（ ）

答案：C.维生素C

(12)指导截瘫患者用双手掌按在轮椅扶手上，支撑身体使臀部抬起离开轮椅坐面，达到抬臀减除坐骨结节压力的效果。每日数次，每次（ ）

答案：A.1~2分钟

(13)更换体位要正确，尽量减少摩擦力和剪切力，床头抬高不得大于（ ）

答案：C.30度

(14)随着年龄增大，皮肤分泌减少而皮肤的透过性增强，对外界的感应性却减弱。该现象属于（ ）

答案：B.高龄因素

(15)向患者及其家属宣传普及压疮知识的内容中不必要介绍（ ）

答案：D.压疮的病理过程

(1)人的骨骼发育随年龄增长骨质含量将发生变化。第三阶段衰退期的年龄应该是在（ ）

答案：C.40岁之后

(2)老年骨质疏松患者的步行训练目标不在于（ ）

答案：A.矫治异常步态

(3)如果患者突然跌倒，头部先着地，可能发生（ ）

答案：A.颅内血肿

(4)患者跌倒后疑似脊柱骨折，转移搬动患者的不正确做法是（ ）

答案：D.仅有一人急救时，可背起患者移动

(5)老年患者滑倒时侧身倒下，臀部着地，最容易发生骨折的部位是（ ）

答案：C.股骨颈骨折

(6)骨质疏松，跌倒，骨折三者的关系是（ ）

答案：B. 恶性循环

(7)偏瘫患者的床头桌，应摆放在患者的（ ）

答案：C.患侧位

(8)腰围对骨质疏松患者是较为常用的一种（ ）

答案：C.辅助具

(9)扶手设置不得过高或过低，距离地面适宜的高度是（ ）

答案：B. 85 cm

(10)骨质疏松的老年患者，应用作业治疗康复的目的不包括（ ）

答案：C.减轻患者心理负担

(11)骨质疏松的老年患者应用运动疗法中的作用不正确的是（ ）

答案：D. 提高记忆力

(1)坠积性肺炎患者，不宜长期采取的体位是（ ）

答案：A. 仰卧位

(2)为了促进排痰患者应采取的体位应该是（ ）

答案：D. 半卧位或坐位

(3)预防坠积性肺炎要鼓励病人多饮水，平均每日应补充水量是（ ）

答案：C. 2000 ~ 2500 ml

(4)拍背（叩击）法排痰，要求的频率一般为（ ）

答案：B. 30 ~ 40 次/分

(5)坠积性肺炎患者痰液的采集时间应该在（ ）

答案：A. 清晨

(6)患者不能自主咳痰，痰液堵塞呼吸道，需要采取的措施是（ ）

答案：D. 吸引器吸痰

(7)拍背叩击方法正确的是（ ）

答案：A. 由下而上，由外而内地叩击背部

(8)自主排痰训练适用的对象是（ ）

答案：C. 基本具备咳痰能力的患者

(9)病情观察要求观察患者有无痰液阻塞气道情况，应注意保持（ ）

答案：C.呼吸道通畅

(10)坠积性肺炎的室内环境中适宜的室温应该是（ ）

答案：D. 20℃ ~ 22℃

(11)昏迷，重症监护，临终急救等患者，大量痰液蓄积在呼吸道，应采取吸痰方法是（ ）

答案：A. 电动吸痰

(1)对患肢应用弹力绷带加压，包扎的方法是（ ）

答案：A. 从肢体远端开始

(2)深静脉血栓不容易发生在人体的部位是（ ）

答案：B. 上肢静脉

(3)反复静脉穿刺直接使血管壁受到损伤，其损伤性质属于（ ）

答案：A. 机械性损伤

(4)压力治疗用的压力袜要求为（ ）

答案：B. 远端压力最大，近端压力最小

(5)深静脉血栓导致肺动脉栓塞的原因是（ ）

答案：D. 血栓脱落

(6)应用溶栓和抗凝药物治疗的观察要点是（ ）

答案：A. 凝血功能的变化

(7)发生肺栓塞的临床表现不包括（ ）

答案：C. 吞咽困难

(8)患肢周径测量的部位是以髌骨正中为中线，测量部位是（ ）

答案：B. 膝上 15 cm，膝下 10 cm

(9)有利于改善静脉回流不畅、预防血流淤阻的体位是（ ）

答案：D. 直立体位或坐位

(10)为预防深静脉血栓按摩小腿后的肌肉，沿静脉血流方向（ ）

答案：C. 向上减少压力

(11)预防深静脉血栓加重，静脉穿刺的部位应选择在（ ）

答案：B. 健侧肢体

(12)深静脉血栓的饮食调护中，为改变血液黏稠度，每日饮水量应不少于（ ）

答案：C.2000 ml

(13)抗凝、溶栓的治疗禁用于（ ）

答案：D. 凝血功能障碍患者

(1)下列有关老年人压力性尿失禁的护理措施，正确的是（ ）

答案：D. 提肛训练

(2)饮食活动能力康复训练前，患者必须具备的基本条件是（ ）

答案：A. 吞咽能力

(3)患者饮食活动训练动作很慢，照护人员应该采取的方法是（ ）

答案：D. 耐心指导训练方法

(4)间歇导尿需每天摄入液体量不超过 2000 ml，需要分次引用，每小时饮水不得超过（ ）

答案：B. 150 ml

(5)预防便秘，平日要养成良好的生活习惯，训练项目要定时（ ）

答案：B. 排便

(6)手法掏便操作中，切记错误的操作方法是（ ）

答案：B. 直对肛门用力插入

(7)洗漱活动能力康复训练前，患者必须具备的基础条件是（ ）

答案：D. 坐位平衡能力

(8)一侧肢体功能障碍者的衣物穿、脱顺序原则是（ ）

答案：A. 穿时，先患侧后健侧；脱时，先健侧后患侧

(9)入浴适宜的时间应该是在饭前或饭后的（ ）

答案：B. 1 小时

(10)使用轮椅下坡行驶时，为防止患者身体的重心前倾而跌落，应将轮椅（ ）

答案：A. 倒向行驶

(11)使用腋杖时的着力点应放在腋杖的手柄处，以防止发生（ ）

答案：B. 腋神经及血管的损伤

(12)下列属于自动身体移动的选项是（ ）

答案：C. 床上主动横向移动法

(13)调整助行架扶手高度，以伸手握住助步器把手时，肘部的屈曲度应是（ ）

答案：A. 30°

(14)患者立位时腋杖高度测量方法是从腋下 5 cm 处量至第五脚趾外的（ ）

答案：B. 10 cm 处

1、简述康复医学的基本原则。

答：（1）功能训练：康复医学注重伤病引起的功能变化，及恢复人体的功能活动。康复医学重视功能评估，针对残疾者的功能损害采用多种方式进行功能训练，即“功能的医学”。

（2）整体康复：康复医学研究患者功能障碍的所有侧面，注重整体综合能力（如日常生活活动等）、心理健康/家庭和谐/职业/社会生活的评估和训练，即从整体看使其有些功能虽然不能/难以完全恢复，仍能以科学方式达到生活自理和全面康复，亦称为“个体水平的医学”。

（3）重返社会：残疾使人暂时离开社会主流，康复医学的目的是恢复其“全部生存权利”，称为“复权的医学”。这种把医学服务与文明建设结合的社会观与医学多模式的新观念一致，是患者获得全面康复的根本保障。

2、简述老年康复护理的要点。

答：（1）及时通报患者身心情况，协助协作组制定/修订康复计划；

（2）协助执行早期康复的措施：急性期患者早期康复措施均需要老年康复护理人员协助完成，要注重将这些训练融入到日常生活中，教会家属实施方法。

（3）指导康复辅具和生活辅具的使用：指导患者使用轮椅、假肢、矫形器、辅助用具，起到预防心肺功能不全、骨和关节挛缩、肌肉萎缩的重要措施。

（4）做好安全防护措施：床档、拐杖等是预防老年人跌倒、坠床的重要措施。

（5）健康教育：做好病房卫生，做好物理治疗、作业治疗和言语治疗的健康教育。

1、关节活动度评定适应症有哪些？

答：（1）骨关节伤病及手术后患者。

- (2) 肌肉伤病及手术后患者。
- (3) 神经系统疾病患者。
- (4) 其它原因导致关节活动障碍的患者。
- (5) 康复治疗的效果评定。

2、平衡功能评定的适应证有哪些？

答：(1) 中枢神经系统损害，如脑外伤、脑血管意外、帕金森病、多发性硬化、小脑疾患、脑肿瘤、脑瘫、脊髓损伤等；

(2) 前庭器官功能障碍；

(3) 骨科疾病或损伤，如下肢骨折后、骨关节疾患、截肢、关节置换、颈部与背部损伤及各种运动损伤、肌肉疾患及外周神经损伤等。

(4) 老年人。

(5) 特殊职业人群（如飞行员等）。

3、简述平衡功能的分类。

答：(1)静态平衡：是指身体不动时，维持身体于某种姿势的能力，如坐、站立、单腿站立、倒立、站在平衡木上维持不动等。

(2)动态平衡：是指运动过程中调整和控制身体姿势稳定性的能力。动态平衡从另一角度反映人体随意运动控制的水平。坐或站着进行各种作业活动，站起和坐下、走、跑、跳等动作都需要具备动态平衡能力。

4、日常生活活动能力评估的基本方法有哪些？

答：(1)直接观察法：由测试者亲自观察受试者进行日常生活活动的具体情况，评估其实际活动能力。

(2)间接评估法：指对于一些不能直接观察的动作，通过询问病人和家属的方式评估的方法。

1、脑卒中急性期体位变换的方法有哪些？

答：脑卒中急性期病人一般每 60～120 分钟变换体位一次。主要包括两类：(1) 被动向健侧翻身训练：先旋转头、上部躯干，再旋转下部躯干。护理员一手掌放在颈部下方，另一手掌放在患侧肩胛骨周围，先将患者头部及上部躯干转至侧卧位。一手掌放在患侧骨盆将其转向前方，另一手掌放在患膝后方，将患侧下肢旋转并摆放于自然半屈位。

(2) 被动向患侧翻身训练：先将患侧上肢放置于外展 90°的位置，再让患者自行将身

体转向患侧。

2、简述脑卒中急性期关节被动运动训练方法。

答：先从健侧开始，然后参照健侧关节活动范围活动患侧。一般按从肢体近端到肢体远端的顺序逐渐推进，动作要轻柔缓慢，保证无痛。重点进行肩关节外旋、外展和屈曲，肘关节伸展，腕和手指伸展，髋关节外展和伸展，膝关节伸展，足背屈和外翻等运动。在急性期每天做两次，以后每天做一次，每次每个关节做 3~5 遍。

3、脊髓损伤急性期如何维持关节活动度？

答：损伤平面以下的大关节小关节均需要训练，且关节的各个活动方向的活动范围均应训练，训练时须动作缓慢，范围由小逐渐增大，频率为每日 1 次。上肢瘫痪患者腕关节、掌指关节及指间关节容易出现屈曲畸形，可使用夹板或矫形器保持腕、掌、手指关节的伸展位。下肢瘫痪时，由于重力或被子的压迫，容易出现足下垂，除支架支撑被子外还可以配到足部矫形器。

4、简述脊髓损伤慢性期平衡杠内步行训练方法。

答：(1) 四点步行：左手出前方，骨盆提肌起作用抬高右腰部，右下肢摆出着地，然后右手、右下肢执行动作，将此动作反复练习。训练要点：平衡杠内立位练习，髋关节伸展位；抬起躯干进行大折刀样运动练习；重复以上动作。

(2) 二点步行：用左手、右足承重，躯干向右前方倾斜，右手与左足同时向前方伸出。

(3) 拖地步行：经常保持骨盆后倾，髋关节伸展，身体前倾，双手移向前方，然后双下肢在地面上拖动向前方移动。

(4) 摆至步步行：体重加在前方双手上，抬起身体，双下肢离开地面向前摆，在双手位置稍后方落地。

(5) 摆过步步行：体重加在前方的双手上，努力抬起身体，双下肢离地，摆至双手稍前方位置，髋关节与躯干伸展而落地。

5、股骨颈骨折术后护理措施有哪些？

答：(1) 保持床铺清洁平整、干燥，硬板床上褥子应厚些，经常按摩受压部位。

(2) 抬高患肢，以利消肿止痛。

(3) 病人应保持患肢外展中立位（内收型骨折外展 $20^{\circ} \sim 30^{\circ}$ ；外展型骨折外展 15° 左右即可），忌侧卧、盘腿、内收、外旋，以防螺纹钉移位，造成不良后果。

(4) 两腿之间放一枕头，以防患肢外旋、内收。

6、老年股骨粗隆间骨折术后护理措施有哪些？

答：(1) 术后下肢保持外展中立位，同时将下肢抬高 $20^{\circ} \sim 25^{\circ}$ 并在双下肢之间放置海绵软枕，在腘窝处放置一个软枕，保持膝关节屈曲 $10^{\circ} \sim 15^{\circ}$ 。

(2) 患者使用便器时，切忌屈髋，应将骨盆整个托起，防止内固定移位。

7、膝关节骨关节炎的康复照护要点有哪些？

答：(1) 保持正常体重，体胖者必要时减肥，减少膝关节的负重；

(2) 避风寒湿，注意关节保暖，避免关节外伤；

(3) 保护关节的功能位置，关节伸屈时勿使肌腱、韧带和关节本身受到过度牵扯、摩擦和挤压；

(4) 不要长时间做同一动作或使关节固定于同一姿势，避免做不可停止的动作或节奏过快的动作，当出现疼痛时应立即停止关节动作。

(5) 避免关节的过度负荷，尽量不穿或少穿高跟鞋。

8、冠心病出院后第一阶段可进行哪些活动？

答：(1) 活动：可以缓慢上下楼梯，但要避免任何疲劳；

(2) 个人卫生：可以自己洗澡；

(3) 家务：可以洗碗、铺床、提 2kg 左右的重物；

(4) 娱乐：可以下棋、看电视等；

(5) 避免提重物超过 2kg、情绪沮丧、过度兴奋等。

9、简述冠心病 III 期康复注意事项。

答：(1) 选择适当的运动，避免竞技运动。

(2) 在感觉良好时运动，感冒或发热时，要在症状和体征消失两天以上才能恢复运动。在炎热和寒冷天气要相对降低运动量和运动强度。

(3) 患者需要了解个人能力的局限性，定期体检，请医生修订运动处方，避免过度训练。对于参加剧烈运动者，必须先进行运动试验。

(4) 运动时如发现上身不适、无力、气短、骨关节不适等症状，应停止运动，及时就医。

(5) 训练要持之以恒，如间隔 4-7 天以上，再开始运动时宜稍降低强度。

10、简述脊髓损伤慢性期斜台站立训练方法和注意事项。

答：(1) 训练方法：斜台平放，患者平躺在斜台上，上肢戴上血压计，量血压，将患者固定在斜台上。

(2) 注意事项：开始时腹部及下肢须使用腹带及弹力袜。使斜台倾斜 15°（头高脚低），观察血压变化，5 分钟后无异常则可再增加 15°，直到保持 30 分钟为止。训练过程如发生面色苍白、头晕、虚汗、哈欠、意识模糊等低血压表现或者血压计显示血压改变较大，应立即将斜台平放或者头低脚高位。训练频率为每日 2 次。训练强度循序渐进。

11、简述慢性退行性骨关节疾病的关节保护措施（至少 5 条）。

答：(1) 避免同一姿势长时间负重；

(2) 保持正确体位，以减轻对某个关节的负重；

(3) 保持关节正常的对位力线；

(4) 工作或活动的强度不应加重或产生疼痛；

(5) 在急性疼痛时，关节不应负荷或活动；(6) 使用合适的辅助具；(7) 更换工作程序，以减轻关节应激反应。

1、简述缩唇呼气的方法。

答：患者闭嘴经鼻吸气，呼气时双唇缩紧如吹口哨状，在 4~6s 内将气体缓慢呼出。呼与吸时间比例为 2:1 或 3:1，每分钟呼吸 10 次左右，每次训练时间 10~20min，每日 2 次，要与用口呼吸结合进行。

2、长期家庭氧疗的指征及方法有哪些？

答：(1) 长期氧疗指征：①氧分压 (PaO₂) 小于等于 7.3kPa(55mmHg)；②或者血氧饱和度(SaO₂) 小于等于 88%，伴或不伴有在 3 周时间内至少发生两次的高碳酸血症；③或者 PaO₂ 在 7.3kPa(55-60mmHg)和 8.0kPa(60mmHg)之间；④或者 SaO₂ 为 88%，合并有肺动脉高压、提示充血性心力衰竭的外周水肿、或者红细胞增多症（血细胞比容>55%）。

(2) 方法：一般用鼻导管吸氧，氧流量为 1.0-2.0L/min，吸氧时间 10-15h/d。

3、简述糖尿病如何进行合理运动。

答：(1) 运动种类：以有氧运动为主。

(2) 运动时间：一般建议餐后 30 分钟至 1 小时后运动为宜。运动时间可从每次 10 分钟开始，逐步延长至 30~40 分钟，每次运动时间推荐 10 分钟以上。

(3) 运动强度：低于中等强度、较长时间的有氧运动。

(4) 运动频率：每周运动 3~4 次较为合理，可根据每次运动的运动量大小而定。如果每次运动量较小，且身体条件较好，每次运动后不觉疲劳，可坚持每天运动 1 次。

4、简述糖尿病运动时注意事项。

答：(1) 运动前准备：运动服装质地柔软，鞋应合适，鞋底宜较厚，富于弹性；随身携带糖块或饼干以防止低血糖；准备足够的液体饮用以免脱水。

(2) 运动中注意：最好有家人、同事或他人陪同。运动负荷适量，运动量要循序渐进。周围血管病变者要以“走-休息-走”方式交替进行；伴视网膜病变者不举重、不潜水、头不低于腰；周围神经病变者避免过度伸展、不负重，注意足部保护和护理。注意监测心率、有无心前区闷痛等。

(3) 运动后注意：运动会引起食欲增加、消耗功能增强，应注意控制饮食。注意监测血糖、血压。

5、简述老年人帕金森病饮食搭配。

答：(1) 食物多样、细软，满足身体对各种营养的需要，便于咀嚼和吞咽。

(2) 多吃谷类和蔬菜瓜果。

(3) 保证优质蛋白（奶类和豆类）摄入，宜将牛奶安排在晚上睡前饮用。

(4) 每天喝 6～8 杯水及饮品。

(5) 注意进餐和服药间隔。通常服用左旋多巴半小时后才进餐。

1、简述仰卧位压疮发生的部位和防护措施。

答：(1) 仰卧位时，枕骨粗隆处、肩胛部、肘部、骶尾部、足跟等骨突部位易发生压疮。

(2) 防护措施：①骶尾部和足跟：骶尾骨突起部是仰卧位最易发生压疮的部位，要进行减压护理。②足下垂和足跟部压疮的防护：随时保持患者双足的足趾朝上。采用软垫子固定，足跟用小棉垫支撑，可于床上放置支撑架，将被子搭于其上，以避免被子对足尖部产生压力。③髌外展畸形防护：在股骨大粗隆两侧各置一小枕；防止髌外展畸形。④关节挛缩防护：两膝下垫软枕，使其微屈并以伸直为主，防止膝反张和伸直型痉挛，两髌关节置于伸位，髌关节下以海绵垫等软物支撑，使其略屈，防止脑卒中的下肢伸直型痉挛。

2、压疮如何观察？

答：(1) 全身皮肤的整体观察：更换体位时，要仔细观察全身皮肤有无颜色改变、有无水泡和破溃出现。

(2) 骨突部位的重点观察：要密切观察骨突部位受压情况，特别是长期卧床患者要根据卧姿所压迫的部位认真检查，随时严密观察皮肤变化情况。应给患者提供镜子，教育患者如何使用镜子观察关键部位，一旦有部位发红发热，应立即报告，以便早期处理、防止遗漏。

(3) 已有压疮的创面观察：压疮的部位、大小和状态；创口情况，如渗出液的性质及

量，疮口基底部和周围有无坏死组织、肉芽组织增生，有无感染等。

3、为预防跌倒，应如何注意扶手问题？

答：（1）厕所、楼道的墙壁应设有扶手，以防止行走和站立时发生跌倒。

（2）经常检查扶手的牢固性和稳定性，是否有松动或破损。

（3）扶手设置不得过高或过低，距离地面高度以 85cm 为宜。

（4）注意观察老年患者是否具备使用扶手的能力。

（5）高龄体衰的患者应给予陪伴行走，保障患者安全。

4、简述拍背排痰的照护要点。

答：（1）拍背排痰前，应做雾化吸入，湿化气道，利于排痰。

（2）拍背排痰前，要确认患者无肋骨骨折、没有病理性骨折史、咯血及低血压、肺水肿等禁忌症。

（3）空腹或饭后不可立即进行拍背排痰。操作时间以饭前半小时或饭后 2 小时为宜。

（4）拍背的动作不得过猛，用力要适中。叩击的时间和强度应根据患者的具体情况而定。

（5）拍背排痰操作中，要密切观察患者状态，有无缺氧，脉搏加快等不适表现。若出现不适则暂停拍背排痰的操作，卧床休息，必要时吸氧。

5、大便失禁的照护要点有哪些？

答：1) 对局部皮肤的保护：保持臀部的清洁干燥，便后及时清洗臀部，涂用油膏，保护肛门周围皮肤黏膜；2) 避免局部或全身感染；及时更换污染的衣物、床单、被褥：可使用尿不湿，纸尿裤；保证患者居所环境的整洁、清新；3) 饮食调理：进食膳食纤维丰富且少刺激性食物，保证水分的供给；4) 预防过分排便，造成水与电解质的失衡 5) 为行动不便的老年患者及时提供便器，尽快解除大便干燥的病患，避免粪块长时间压迫直肠，造成大便失禁。

6、简述洗健侧手的康复训练方法。

答：（1）患者取坐位，护理照护人员协助移动至洗面池前；

（2）用健侧手将湿毛巾包裹在患侧手上并固定在水盆（或水池）底部；

（3）用健侧手在患侧手包裹的毛巾上涂香皂（或洗手液）；

（4）用健侧手在患侧手上包裹毛巾，健侧手以不同方向的转动与摩擦的方法将健侧手洗净；

(5) 照护者观察，指导，必要时协助患者完成各个动作。

7、简述套头上衣穿法的康复训练方法。

答：(1) 患者取坐位，将圆领上衣平铺在面前（可放在床面上或患者自己的双侧大腿上）。

(2) 患者用健侧手将患侧上肢套进衣袖并拉至肩头。

(3) 健侧手抓住圆领衫的领口套在头上，将头从领口钻出。

(4) 将健侧手伸入袖管穿好。

(5) 用健侧手将衣服整理到舒适位置。