

试卷代号:3737

座位号

国家开放大学(中央广播电视大学)2016年秋季学期“开放专科”期末考试

老年生活照护 试题(开卷)

2017年1月

题 号	一	二	总 分
分 数			

得 分	评卷人

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并
将其代号写在题后括号内。每小题2分,共60分)

- 国际上,进入老龄化社会的标准是()。
 - 60岁以上的人数占国家总人数比例达到10%以上
 - 60岁以上的人数占国家总人数比例达到7%以上
 - 60岁以上的人数占国家总人数比例达到5%以上
 - 65岁以上的人数占国家总人数比例达到10%以上
 - 65岁以上的人数占国家总人数比例达到5%以上
- 下列关于老年人洗澡频率的描述,正确的是()。
 - 寒冷冬季应每天洗澡1次
 - 夏季洗澡频率可适当降低
 - 运动减少,洗澡频率可增加
 - 一般体质好者可适当减少洗澡
 - 身体虚弱者可适当减少洗澡
- 协助老年人漱口时,老年人应采取的适宜体位是()。
 - 去枕仰卧位
 - 头低足高位
 - 屈膝仰卧位
 - 中凹卧位
 - 半坐卧位

4. 张先生,80岁,高血压30年,带有活动义齿。照护者指导其对义齿的护理中,错误的是()。

- A. 取下的义齿用冷水冲洗干净
- B. 老年人漱口后,协助将义齿戴回
- C. 用牙膏彻底清洗义齿
- D. 暂时不用的义齿可置于热水中浸泡
- E. 协助老年人戴义齿前,应先浸湿

5. 老年人的饮食原则()。

- A. 少食多餐,晚餐宜少
- B. 结构合理,平衡膳食
- C. 粗细搭配,营养全面
- D. 适度活动,能量平衡
- E. 以上都对

6. 误吸的主要表现有()。

- A. 突然剧烈呛咳、气急
- B. 继而出现喉鸣、吸气时呼吸困难、声音嘶哑等
- C. 严重者出现口唇、指甲青紫、面色青白等缺氧症状
- D. 会在数分钟内因窒息缺氧而死
- E. 以上都对

7. 下列符合老年住宅卫生间空间设计原则的是()。

- A. 区分干湿区域
- B. 湿区设置在门口
- C. 干区设置在内侧
- D. 选择内开门
- E. 无需设置紧急呼叫装置

8. 将纸尿裤垫入老年人臀下的正确方法是()。

- A. 从身体左侧垫入
- B. 从身体右侧垫入
- C. 从会阴部由后往前垫入
- D. 从会阴部由前往后垫入
- E. 完全抬起老年人身体后放入

9. 甘油栓剂插入肛门的适宜距离是()。

- A. 1~2cm
- B. 3~4cm
- C. 6~7cm
- D. 8~9cm
- E. >10cm

10. 下列哪项不是瘫痪老年人常见的并发症? ()
- A. 肢体废用性萎缩
 - B. 皮肤受压、压疮
 - C. 肺功能障碍
 - D. 皮肤清洁干燥
 - E. 肌力下降、肌肉萎缩、关节僵硬
11. 轮椅的选择标准()。
- A. 靠背应到肩胛骨的位置
 - B. 扶手应在胳膊肘能自然弯曲的位置
 - C. 轮椅的驱动轮应在老年人能握住并使轮椅转动的位置
 - D. 座位的深度以坐下时后髋关节至腘窝之间的长度减去 5cm
 - E. 以上都对
12. 使用步行器前移时,下列注意事项中不正确的是()。
- A. 步行器前移时,要保持背部挺直
 - B. 可以使用步行器上下楼梯
 - C. 不要站离步行器太靠后,要站在中间的框内
 - D. 如果使用步行器目的是保持平衡,可以在保护框内按正常步态行走
 - E. 如果患侧腿有石膏或者支具固定伸直位,可先上健侧腿
13. 入睡前会影响老年人睡眠的不利因素不包括()。
- A. 睡前喝咖啡
 - B. 睡前慢跑
 - C. 睡前饱餐
 - D. 睡前喝热牛奶
 - E. 睡前打麻将
14. 热水泡脚助眠适宜的水温范围是()。
- A. 37℃左右
 - B. 40~50℃
 - C. 50~52℃
 - D. 52~55℃
 - E. 55~60℃
15. 老年人使用枕头的适宜高度为()。
- A. <6 厘米
 - B. 6~9 厘米
 - C. 9~12 厘米
 - D. 12~15 厘米
 - E. >15 厘米

16. 照护者首先应具备的素质要求是()。
- A. 具备尊老敬老、服务第一、无私奉献的精神
 - B. 具备照护的基本知识和基本技能
 - C. 具备对突发事件的应急处理能力
 - D. 具备风险管理能力
 - E. 具备观察能力
17. 下列属于老年人皮肤特点的是()。
- A. 皮肤湿润
 - B. 弹性增加
 - C. 痛觉敏感
 - D. 角质层变脆
 - E. 皮脂分泌增多
18. 为女性老年人进行会阴部清洁的合理顺序是()。
- A. 阴阜→近侧大阴唇→对侧大阴唇→对侧小阴唇→近侧小阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口
 - B. 阴阜→对侧大阴唇→近侧大阴唇→对侧小阴唇→近侧小阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口
 - C. 阴阜→近侧大阴唇→对侧大阴唇→近侧小阴唇→对侧小阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口
 - D. 阴阜→对侧大阴唇→近侧大阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口→对侧小阴唇→近侧小阴唇
 - E. 阴阜→近侧大阴唇→对侧大阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口→近侧小阴唇→对侧小阴唇
19. 为老年人进行淋浴时,其适宜的时间是()。
- A. 20 分钟以内
 - B. 20~30 分钟
 - C. 30~40 分钟
 - D. 40~50 分钟
 - E. 50~60 分钟
20. 以下哪种高度的餐桌适宜坐位时进食?()
- A. 与剑突同水平
 - B. 与脐部同水平
 - C. 与臂弯同水平
 - D. 与餐椅高度差为 50 厘米
 - E. 以上都不对
21. 协助视觉障碍老年人喂食/水注意事项中,最重要的是()。
- A. 照护者不要站在光线与老年人之间
 - B. 鼓励有视觉障碍的老年人尽量使用残留视力
 - C. 征求老年人的意见,维护其自尊心
 - D. 进食前可事先让老年人闻一下气味,以促进其食欲
 - E. 以上都对

22. 浴缸外缘离地的合适距离()。
- A. 小于 450mm B. 450~600mm
C. 600~800mm D. 800~1000mm
E. 大于 1000mm
23. 卧床老年人床上使用便盆/尿壶的适宜卧位是()。
- A. 屈膝仰卧, 双腿分开 B. 去枕仰卧, 双腿分开
C. 中凹卧位 D. 半坐卧位
E. 端坐卧位
24. 为老年人进行开塞露通便时, 老年人应采取的卧位是()。
- A. 右侧卧位 B. 左侧卧位
C. 中凹卧位 D. 去枕仰卧位
E. 屈膝仰卧位
25. 导致老年人活动量减少的因素有()。
- A. 生理因素 B. 心理因素
C. 易跌倒 D. 照顾者因素
E. 以上都对
26. 搀扶老年时应注意安全、舒适, 以下注意事项中不正确的是()。
- A. 搀扶时照顾者与老年人身体紧贴, 一手扶住腋下, 另一手紧握老年人手或肘部, 勿需先进行负重练习
B. 搀扶前征得老年人的同意, 维护老年人自尊自信
C. 运用人体力学原则
D. 握住老年人的力度要适中, 动作自然轻柔, 不可用力紧握
E. 老年人步行时, 要跟随老年人节奏轻微向左右晃动, 保持老年人自然步态
27. 以下哪种助行器适用于偏瘫老年人或用四脚手杖仍不够稳定的老年人?()
- A. 固定型步行器 B. 交互型步行器
C. 单侧步行器 D. 腋窝支持型步行器
E. 步行车
28. 下列属于老年人睡眠特点的是()。
- A. 深睡眠增多 B. 深睡眠减少
C. 觉醒减少 D. 浅睡减少
E. 睡眠连续

29. 老年人睡眠时穿衣的要求是()。

A. 粗纤维内衣

B. 紧身内衣

C. 保暖内衣

D. 宽松、柔软的内衣

E. 不穿内衣

30. 促进睡眠最适宜的卧位为()。

A. 平卧位

B. 左侧卧位

C. 右侧卧位

D. 半坐卧位

E. 俯卧位

得 分	评卷人

二、问答题(可从以下问题选两个回答,每题 20 分,共 40 分)

31. 简述皮肤评估的内容。

32. 简述老年人的饮食原则。

33. 简述常见的促进老年人睡眠的方法。

34. 简述老年人睡眠的特点。

试卷代号:3737

国家开放大学(中央广播电视大学)2016年秋季学期“开放专科”期末考试

老年生活照护 试题答案及评分标准(开卷)

(供参考)

2017年1月

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。

每小题2分,共60分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. A | 2. E | 3. E | 4. D | 5. E |
| 6. E | 7. A | 8. D | 9. B | 10. D |
| 11. E | 12. B | 13. D | 14. B | 15. B |
| 16. A | 17. D | 18. B | 19. A | 20. B |
| 21. E | 22. A | 23. A | 24. B | 25. E |
| 26. A | 27. C | 28. B | 29. D | 30. C |

二、问答题(可以从以下四个问答题中选两题,每题20分,共40分)

31. 简述皮肤评估的内容。

答:照护者对老年人进行皮肤清洁时,通过望、触可对老年人皮肤的基本情况进行评估,其评估的重点内容包括如下:(2分)

以下每个要点答对给3分,包括(1)颜色(2)温度(3)弹性(4)水肿(5)感觉(6)完整性和损伤。

32. 简述老年人的饮食原则。

答:(1)少食多餐,晚餐宜少。(5分)

(2)结构合理,平衡膳食。(5分)

(3)粗细搭配,营养全面。(5分)

(4)适度活动,能量平衡。(5分)

33. 简述常见的促进老年人睡眠的方法。

答：(1)调整睡前身心状态。(6分)

(2)创造安静、舒适的睡眠环境。(8分)

(3)采取正确的睡眠姿势。(6分)

34. 简述老年人睡眠的特点。

答：随着年龄的增长,老年人的正常睡眠已与青壮年时不同,老年人的睡眠特点有：

(1)由于生理节律改变的缘故,老年人在睡眠和觉醒方式上总体为早睡早起。(3分)

(2)老年人入睡前的觉醒期有所延长。(2分)

(3)睡眠中的醒来次数增加。(3分)

(4)老年人的睡眠程度浅,易唤醒,男性老年人深睡眠的消失要较女性老年人更早。(3分)

(5)睡眠效率(指睡眠中睡着时间占总卧床时间的百分比)随年龄增长而下降。(3分)

(6)老年人白天易困倦、打盹。(3分)

(7)睡眠中出现打鼾和睡眠呼吸暂停的几率增高。(3分)

试卷代号:3737

座位号

--	--

国家开放大学(中央广播电视大学)2017 年春季学期“开放专科”期末考试

老年生活照护 试题(开卷)

2017 年 6 月

题 号	一	二	总 分
分 数			

得 分	评卷人

一、单项选择题(从下列各题 5 个备选答案中选出一个正确答案,并
将其代号写在题后括号内。每小题 2 分,共 60 分)

1. 照护者首先应具备的素质要求是()。
A. 具备尊老敬老、服务第一、无私奉献的精神
B. 具备照护的基本知识和基本技能
C. 具备对突发事件的应急处理能力
D. 具备风险管理能力
E. 具备观察能力
2. 下列属于老年人皮肤特点的是()。
A. 皮肤湿润
B. 弹性增加
C. 痛觉敏感
D. 角质层变脆
E. 皮脂分泌增多
3. 为女性老年人进行会阴部清洁的合理顺序是()。
A. 阴阜→近侧大阴唇→对侧大阴唇→对侧小阴唇→近侧小阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口
B. 阴阜→对侧大阴唇→近侧大阴唇→对侧小阴唇→近侧小阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口
C. 阴阜→近侧大阴唇→对侧大阴唇→近侧小阴唇→对侧小阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口
D. 阴阜→对侧大阴唇→近侧大阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口→对侧小阴唇→近侧小阴唇
E. 阴阜→近侧大阴唇→对侧大阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口→近侧小阴唇→对侧小阴唇
4. 为老年人进行淋浴时,其适宜的时间是()。
A. 20 分钟以内
B. 20~30 分钟
C. 30~40 分钟
D. 40~50 分钟
E. 50~60 分钟
5. 以下哪种高度的餐桌适宜坐位时进食?()
A. 与剑突同水平
B. 与脐部同水平
C. 与臂弯同水平
D. 与餐椅高度差为 50 厘米
E. 以上都不对

6. 协助老年人移向床边,最重要的是()。
 - A. 将老年人双手交叉置于腹部
 - B. 照护者站在床侧,将枕头自头部下移至肩下与上背部,以抬高老年人
 - C. 照护者一手伸入老年人腰下,另一手绕过老年人,双手环抱老年人,将老年人往床边挪
 - D. 将床栏拉上,并将床头抬高 60 度
 - E. 老年人坐起时,注意其安全,观察脸色脉搏、呼吸,并予以保暖
7. 协助老年人喂食/水时,下列哪项是错误的?()
 - A. 喂水前先用手背试温,勿过冷或过热
 - B. 保证老年人进水速度适中,速度不要太快,以免发生呛咳,误吸
 - C. 偏瘫老年人进水时头歪向患侧肢体
 - D. 汤匙喂水,从唇边送入
 - E. 选用合适吸管,避免管腔过大引起呛咳
8. 通常老年人使用的淋浴间内部适宜的净尺寸为()。
 - A. 宽 600~900mm,长 900~1200mm
 - B. 宽 900~1200mm,长 1200~1500mm
 - C. 宽 1200~1500mm,长 1500~1800mm
 - D. 宽 1500~1800mm,长 1800~2100mm
 - E. 宽 1800~2100mm,长 2100~2400mm
9. 老年人住宅卫生间空间设计的最重要原则是()。
 - A. 舒适性原则
 - B. 生态性原则
 - C. 经济性原则
 - D. 安全性原则
 - E. 功能性原则
10. 老年人使用的卫生间的门的设置要求是()。
 - A. 为保护隐私,应从内锁上门
 - B. 为节省空间,宜设计为内开门
 - C. 将呼叫装置设计在门上便于呼救
 - D. 为节省空间,宜设计为折叠门
 - E. 为便于救助员进入,宜设计为外开门
11. 老年人坐于轮椅中,正确的是()。
 - A. 身体可以前倾
 - B. 背部可以离开椅背
 - C. 不需扣安全带
 - D. 双手不用扶住扶手
 - E. 头部向后靠住椅背
12. 轮椅运送的目的及适用范围不正确的是()。
 - A. 护送不能行走但能坐起的老年人入院、出院、检查、治疗或室外活动
 - B. 护送体质较弱的老年人入院、出院、检查、治疗或室外活动
 - C. 帮助老年人下床活动,促进血液循环和体力恢复
 - D. 适用于因身体残障或疾病导致身体虚弱而不能行走的老年人或高龄老年人
 - E. 适用于严重的臀部压疮或骨盆骨折未愈合者
13. 协助老年人使用拐杖的评价指标中不包括()。
 - A. 老年人行进时,手、眼、步态协调,配合良好
 - B. 老年人未发生跌倒
 - C. 老年人未发生皮肤磨损
 - D. 协助老年人在湿滑的地面行走
 - E. 拐杖脚底衬垫完好;调整拐杖后,需将全部的螺钉拧紧

14. 在冬季,老年人卧室温度应保持在()。
- A. 13~17℃ B. 18~22℃
C. 23~27℃ D. 28~32℃
E. 26~28℃
15. 适宜老年人睡眠的环境声音宜控制在()。
- A. 30 分贝以内 B. 40~50 分贝之间
C. 55~60 分贝之间 D. 30~40 分贝之间
E. 50 分贝以内
16. 老年人常见不良睡眠习惯不包括()。
- A. 每天睡眠时间无规律 B. 白天午睡或躺在床上的时间过长
C. 白天打瞌睡 D. 睡前吸烟、饮酒等
E. 睡前适当运动
17. 国际上,进入老龄化社会的标准是()。
- A. 60 岁以上的人数占国家总人数比例达到 10% 以上
B. 60 岁以上的人数占国家总人数比例达到 7% 以上
C. 60 岁以上的人数占国家总人数比例达到 5% 以上
D. 65 岁以上的人数占国家总人数比例达到 10% 以上
E. 65 岁以上的人数占国家总人数比例达到 5% 以上
18. 下列关于老年人洗澡频率的描述,正确的是()。
- A. 寒冷冬季应每天洗澡 1 次 B. 夏季洗澡频率可适当降低
C. 运动减少,洗澡频率可增加 D. 一般体质好者可适当减少洗澡
E. 身体虚弱者可适当减少洗澡
19. 协助老年人漱口时,老年人应采取的适宜体位是()。
- A. 去枕仰卧位 B. 头低足高位
C. 屈膝仰卧位 D. 中凹卧位
E. 半坐卧位
20. 张先生,80 岁,高血压 30 年,带有活动义齿。照护者指导其对义齿的护理中,错误的是()。
- A. 取下的义齿用冷水冲洗干净 B. 老年人漱口后,协助将义齿戴回
C. 用牙膏彻底清洗义齿 D. 暂时不用的义齿可置于热水中浸泡
E. 协助老年人戴义齿前,应先浸湿
21. 为老年人清洁会阴部的适宜水温为()。
- A. 24℃左右 B. 30℃左右
C. 37℃左右 D. 42℃左右
E. 50℃左右
22. 老年人活动的目的,不包括()。
- A. 改善心肺功能 B. 降低慢性病的发生
C. 缓解紧张及忧郁的情绪 D. 降低骨质密度,加固关节
E. 提升自信心及生活质量

23. 评估老年人活动能力的常用方法有()。
- A. 直接观察法和间接观察法 B. 日常生活能力活动(ADL)
- C. 改良 Barthel 指数评定量表(MBI) D. 功能独立性评测(FIM)
- E. Barthel 指数评定量表(BI)
24. 老年人活动的影响因素有()。
- A. 治疗性处置 B. 药物影响
- C. 环境设施 D. 照顾者特性
- E. 以上都是
25. 助行器的目的及适用范围()。
- A. 辅助身体残障者进行活动,以保障安全
- B. 辅助因疾病、高龄而行动不便者进行活动,以保障安全
- C. 安全移动老年人,增加老年人的活动范围,辅助老年人行走
- D. 适用于下肢肌力衰弱的老年人
- E. 以上都对
26. 老年人运动系统生理特点()。
- A. 骨的退化,骨质疏松 B. 关节僵硬、驼背、脊柱侧弯等
- C. 肌肉震颤、腰腿酸痛 D. 易跌倒
- E. 以上都对
27. 活动评价量表中特点为:简单易懂,项目细致具体,便于调查者询问,评定采用计分法,易于记录和统计,非专业人员亦容易掌握和使用的是()。
- A. 日常生活能力活动(ADL) B. Barthel 指数评定量表(BI)
- C. 改良 Barthel 指数评定量表(MBI) D. 功能独立性评测(FIM)
- E. 以上都不对
28. 轮椅运送的注意事项中,不正确的是()。
- A. 定期检查轮椅,查看零件是否松动、部件是否损坏
- B. 推轮椅时速度要慢,及时观察老年人状态,如有不适,立即返回或就近处理
- C. 老年人长时间坐轮椅时要定时移动,防止压疮发生
- D. 轮椅运送的过程中,如有下坡路段可使用制动器来减缓推行速度
- E. 根据室外温度适当给老年人增加衣服、盖被(或毛毯),以免着凉
29. 老年人在睡眠和觉醒方式上为()。
- A. 早睡早起 B. 晚睡早起
- C. 早睡晚起 D. 睡眠时间缩短
- E. 睡眠时间延长
30. 随着年龄的增加,可使提高睡眠质量的功能性储备减少的因素是()。
- A. 活动量增加 B. 光照时间延长
- C. 唤醒阈值降低 D. 昼夜节律改变
- E. 交感神经活动能力不变

得 分	评卷人

二、问答题(可从以下问题选两个回答,每题 20 分,共 40 分)

31. 列出作为老年人照护者应具备的基本要求。
32. 简述老年人活动能力的评估内容。
33. 简述老年人饮食的选择原则。
34. 简述步行器使用的注意事项。

试卷代号:3737

国家开放大学(中央广播电视大学)2017年春季学期“开放专科”期末考试

老年生活照护 试题答案及评分标准(开卷)

(供参考)

2017年6月

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。

每小题2分,共60分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. A | 2. D | 3. B | 4. A | 5. B |
| 6. E | 7. C | 8. B | 9. D | 10. E |
| 11. E | 12. E | 13. D | 14. B | 15. A |
| 16. E | 17. A | 18. E | 19. E | 20. D |
| 21. C | 22. D | 23. A | 24. E | 25. E |
| 26. E | 27. A | 28. D | 29. A | 30. D |

二、问答题(可从以下问题选两个回答,每题20分,共40分)

31. 列出作为老年人照护者应具备的基本要求。

答:(1)具备尊老敬老、服务第一、无私奉献的精神。(2分)

(2)具备照护的基本知识和基本技能。(2分)

(3)具备观察能力:通过观察,及时了解老年人在生理和心理方面的需求,知道老年人需要什么,才能更好地服务于老年人。(2分)

(4)具备对突发事件的应急处理能力:能够认真地观察老年人的细微变化,及时发现问题并能作出相应的处理。(2分)

(5)具备风险管理能力:有评估老年人可能发生意外的预知能力,并能作出相应的防范措施。(2分)

32. 简述老年人活动能力的评估内容。

答:评估内容

(1)了解老年人的病史,评估其对活动的耐受力。(1分)

(2)收集老年人的用药情况,以了解老年人身体状况及应急处理。(2分)

(3)进行基本的身体检查,包括心血管系统、骨骼系统、神经系统,特别是老年人的协调情况及步态。(2分)

(4)评估老年人现存的活动能力。(1分)

(5)活动的设计应符合老年人的兴趣,而且是老年人力所能及的项目。(2分)

(6)与老年人共同制定活动目标,例如老年人希望的是恢复自我照顾能力,或是增加对活动的耐受力,以保证活动效果。(2分)

33. 简述老年人饮食的选择原则。

答:(1)少食多餐,晚餐宜少。(5分)

(2)结构合理,平衡膳食。(5分)

(3)粗细搭配,营养全面。(5分)

(4)适度活动,能量平衡。(5分)

34. 简述步行器使用的注意事项。

答:(1)步行器前移时,要保持背部挺直;不要站离步行器太靠后,要站在中间的框内;(4分)
如果使用步行器不是因为腿脚损伤,而是保持平衡,可以在保护框内按正常步态行走。(4分)

(2)如果患侧腿有石膏或者支具固定伸直位,可先上健侧腿;(4分)可以用步行器上下一两级台阶,但是不要上下楼梯,楼梯较窄容易造成步行器支撑不稳而摔倒。(4分)

(3)余同拐杖的使用。(4分)

试卷代号:3737

座位号

国家开放大学(中央广播电视大学)2017年秋季学期“开放专科”期末考试

老年生活照护 试题(开卷)

2018年1月

题号	一	二	总分
分数			

得分	评卷人

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。每小题2分,共60分)

1. 我国《老年人权益保障法》规定老年人的年龄下限是()。
A. 50岁 B. 55岁
C. 60岁 D. 65岁
E. 70岁
2. 为男性老年人进行会阴部清洁的合理顺序是()。
A. 阴阜→近侧腹股沟→对侧腹股沟→阴囊→阴茎→尿道口、龟头、冠状沟
B. 阴阜→对侧腹股沟→近侧腹股沟→阴茎→阴囊→尿道口、龟头、冠状沟
C. 阴阜→近侧腹股沟→对侧腹股沟→阴茎→阴囊→尿道口、龟头、冠状沟
D. 阴阜→对侧腹股沟→近侧腹股沟→尿道口、龟头、冠状沟→阴茎→阴囊
E. 阴阜→近侧腹股沟→对侧腹股沟→尿道口、龟头、冠状沟→阴茎→阴囊
3. 为老年人穿脱衣裤时,下列说法正确的是()。
A. 脱衣时先脱健侧 B. 脱衣时先脱患侧
C. 脱衣时先脱对侧 D. 穿衣时先穿健侧
E. 穿衣时先穿近侧
4. 李女士,75岁,照护者小王对其及家属指导沐浴宣教时,下列宣教内容不妥的是()。
A. 沐浴时应调节水温在40~45℃ B. 应将浴室门闩好,以免他人进入
C. 沐浴时应穿防滑鞋 D. 饭后须过1小时才能进行沐浴
E. 不要用湿手接触电源开关
5. 以下哪种餐具中的硅酸铝在破碎后易转移到食物中来?()
A. 搪瓷餐具 B. 木制餐具
C. 不锈钢餐具 D. 铁质餐具
E. 塑料餐具

6. 便于老年人安全进食的舒适坐姿是()。
- A. 上身坐正
B. 头往前微倾
C. 脚跟着地
D. 保持稳定的坐姿
E. 以上都对
7. 协助老年人喂食/水时,下列哪项是错误的?()
- A. 床头抬高至老年人能承受且舒适的角度,一般为 40—60 度
B. 进食完毕保持坐位或半坐卧位 30 分钟后,协助取舒适卧位
C. 不能侧卧者协助老年人头偏向一侧,可酌情将老年人头部垫高
D. 将矮餐桌置于老年人面前,使老年人可以看到桌上的饮食
E. 协助老年人侧卧进食完毕后,最好应用水杯漱口
8. 异物卡喉的主要表现有()。
- A. 老年人进食时突然不能发音,并出现痛苦表情
B. 老年人用手按住颈部或胸前,并用手指口腔,喘鸣,呼吸急促,皮肤发紫
C. 严重者可迅速出现意识丧失,甚至呼吸心跳停止
D. 严重者出现口唇、指甲青紫、面色青白等缺氧症状
E. 以上都对
9. 老年人安全而有效的排便姿势是()。
- A. 蹲位
B. 坐位
C. 中凹卧位
D. 去枕仰卧位
E. 屈膝仰卧位
10. 紧急呼叫器应放置在()。
- A. 座便器侧边
B. 浴室门上
C. 喷淋设备旁
D. 淋浴间隔断
E. 盥洗台
11. 下列家务活动中活动所需能量最大的是()。
- A. 煮饭
B. 扫地
C. 吸尘
D. 整理床褥
E. 地板打蜡
12. 老年人活动的最重要原则是()。
- A. 劳逸结合
B. 循序渐进
C. 保证安全
D. 时间得当
E. 持之以恒
13. 老年人活动的注意事项()。
- A. 活动时应注意环境及设施安全
B. 饭后不宜立即运动
C. 运动强度应逐渐增加
D. 活动计划应有个体差异
E. 以上都对

14. 助行器的选择注意事项有()。
- A. 拐杖的合适长度,应是老年人直立时地面到腋窝的直线距离稍低 3~5 厘米
 - B. 助行器扶手的选择以防滑为原则,并且抓握时松软适宜,防止手部磨损
 - C. 选择高度:双臂自然下垂时,双肘可以稍弯曲,手柄恰在手腕高度
 - D. 行走时,应当用力握着把手,不要顶压腋窝,同时要用上臂部将拐杖夹在身边,以保持稳定
 - E. 以上都对
15. 睡眠效率是指()。
- A. 睡眠中觉醒时间占睡着时间的百分比
 - B. 睡眠中深睡眠时间占总睡眠时间的百分比
 - C. 睡眠中浅睡眠时间占总睡眠时间的百分比
 - D. 睡眠中睡着时间占总卧床时间的百分比
 - E. 睡眠中觉醒时间占总卧床时间的百分比
16. 老年人生活照护的目标是()。
- A. 老年人心情愉悦
 - B. 老年人生活自理
 - C. 延长老年人寿命
 - D. 提高老年人的生活质量
 - E. 提高老年人对照护者的满意度
17. 下列不属于老年人皮肤评估内容的是()。
- A. 皮肤的颜色
 - B. 皮肤的温度
 - C. 皮肤的重量
 - D. 皮肤的弹性
 - E. 皮肤的完整性
18. 为老年人梳发,遇到打结打结梳不开时可采用湿润头发并协助疏通的溶液是()。
- A. 95%乙醇
 - B. 75%乙醇
 - C. 30%乙醇
 - D. 百部酊
 - E. 2%硼酸
19. 老年人饮食的选择中正确的一项是()。
- A. 易于消化吸收
 - B. 食物温度适宜
 - C. 食量要合理分配
 - D. 注意饮食卫生
 - E. 以上都对
20. 对于偏瘫老年人进食前评估内容中最重要的是()。
- A. 老年人哪侧肢体瘫痪
 - B. 偏瘫肢体肌力如何
 - C. 是否需要协助进餐
 - D. 进餐时应取什么体位
 - E. 进餐是否需要特殊餐具

21. 误吸的主要表现有()。
- A. 突然剧烈呛咳、气急
 - B. 继而出现喉鸣、吸气时呼吸困难、声音嘶哑等
 - C. 严重者出现口唇、指甲青紫、面色青白等缺氧症状
 - D. 会在数分钟内因窒息缺氧而死
 - E. 以上都对
22. 下列符合老年住宅卫生间空间设计原则的是()。
- A. 区分干湿区域
 - B. 湿区设置在门口
 - C. 干区设置在内侧
 - D. 选择内开门
 - E. 无需设置紧急呼叫装置
23. 将纸尿裤垫入老年人臀下的正确方法是()。
- A. 从身体左侧垫入
 - B. 从身体右侧垫入
 - C. 从会阴部由后往前垫入
 - D. 从会阴部由前往后垫入
 - E. 完全抬起老年人身体后放入
24. 甘油栓剂插入肛门的适宜距离是()。
- A. 1~2cm
 - B. 3~4cm
 - C. 6~7cm
 - D. 8~9cm
 - E. >10cm
25. 下列哪项不是瘫痪老年人常见的并发症?()
- A. 肢体废用性萎缩
 - B. 皮肤受压、压疮
 - C. 肺功能障碍
 - D. 皮肤清洁干燥
 - E. 肌力下降、肌肉萎缩、关节僵硬
26. 轮椅的选择标准()。
- A. 靠背应到肩胛骨的位置
 - B. 扶手应在胳膊肘能自然弯曲的位置
 - C. 轮椅的驱动轮应在老年人能握住并使轮椅转动的位置
 - D. 座位的深度以坐下时后髌关节至腘窝之间的长度减去 5cm
 - E. 以上都对
27. 使用步行器前移时,下列注意事项中不正确的是()。
- A. 步行器前移时,要保持背部挺直
 - B. 可以使用步行器上下楼梯
 - C. 不要站离步行器太靠后,要站在中间的框内
 - D. 如果使用步行器目的是保持平衡,可以在保护框内按正常步态行走
 - E. 如果患侧腿有石膏或者支具固定伸直位,可先上健侧腿
28. 入睡前会影响老年人睡眠的不利因素不包括()。
- A. 睡前喝咖啡
 - B. 睡前慢跑
 - C. 睡前饱餐
 - D. 睡前喝热牛奶
 - E. 睡前打麻将

29. 热水泡脚助眠适宜的水温范围是()。

- A. 37℃左右
- B. 40~50℃
- C. 50~52℃
- D. 52~55℃
- E. 55~60℃

30. 老年人使用枕头的适宜高度为()。

- A. <6 厘米
- B. 6~9 厘米
- C. 9~12 厘米
- D. 12~15 厘米
- E. >15 厘米

得 分	评卷人

二、问答题(可以从以下四个问答题中选两题,每题 20 分,共 40 分)

31. 简述老年人消化系统的特点。

32. 简述老年人睡眠的特点。

33. 简述皮肤评估的内容。

34. 简述老年人的饮食原则。

试卷代号:3737

国家开放大学(中央广播电视大学)2017年秋季学期“开放专科”期末考试

老年生活照护 试题答案及评分标准(开卷)

(供参考)

2018年1月

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。

每小题2分,共60分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. C | 2. D | 3. A | 4. B | 5. A |
| 6. E | 7. E | 8. E | 9. B | 10. A |
| 11. E | 12. C | 13. E | 14. E | 15. D |
| 16. D | 17. C | 18. C | 19. E | 20. D |
| 21. E | 22. A | 23. D | 24. B | 25. D |
| 26. E | 27. B | 28. D | 29. B | 30. B |

二、问答题(可以从以下四个问答题中选两题,每题20分,共40分)

31. 简述老年人消化系统的特點。

答:(1)牙齒松动、脱落。(2分)

(2)舌乳头上的味蕾数量的减少和萎缩。(2分)

(3)消化道黏膜萎缩、运动功能减退。(2分)

(4)消化腺体萎缩。(2分)

(5)肝细胞数量减少,肝功能改变。(2分)

(6)胰岛素分泌减少。(2分)

随着年龄增大,人的身体机能老化是生命活动的必然规律,消化系统结构和功能的改变,导致老年人身体必需的营养素减少,(4分)对糖、脂肪的动员能力降低,同时对脂肪的合成、降解能力不足,使脂肪在体内堆积,引起慢性病等,对老年人的健康造成极大的损害。(4分)

32. 简述老年人睡眠的特点。

答:随着年龄的增长,老年人的正常睡眠已与青壮年时不同,老年人的睡眠特点有:

(1)由于生理节律改变的缘故,老年人在睡眠和觉醒方式上总体为早睡早起。(3分)

(2)老年人入睡前的觉醒期有所延长。(3分)

(3)睡眠中的醒来次数增加。(2分)

(4)老年人的睡眠程度浅,易唤醒,男性老年人深睡眠的消失要较女性老年人更早。

(3分)

(5)睡眠效率(指睡眠中睡着时间占总卧床时间的百分比)随年龄增长而下降。(3分)

(6)老年人白天易困倦、打盹。(3分)

(7)睡眠中出现打鼾和睡眠呼吸暂停的几率增高。(3分)

33. 简述皮肤评估的内容。

答:照护者对老年人进行皮肤清洁时,通过望、触可对老年人皮肤的基本情况进行评估,其评估的重点内容包括如下:(2分)

以下每个要点答对给3分,包括(1)颜色(2)温度(3)弹性(4)水肿(5)感觉(6)完整性和损伤。

34. 简述老年人的饮食原则。

答:(1)少食多餐,晚餐宜少。(5分)

(2)结构合理,平衡膳食。(5分)

(3)粗细搭配,营养全面。(5分)

(4)适度活动,能量平衡。(5分)

试卷代号:3737

座位号

--	--

国家开放大学(中央广播电视大学)2018年春季学期“开放专科”期末考试

老年生活照护 试题(开卷)

2018年7月

题 号	一	二	总 分
分 数			

得 分	评卷人

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。每小题2分,共60分)

- 老年人生活照护的目标是()。
A. 老年人心情愉悦
B. 老年人生活自理
C. 延长老年人寿命
D. 提高老年人的生活质量
E. 提高老年人对照护者的满意度
- 下列不属于老年人皮肤评估内容的是()。
A. 皮肤的颜色
B. 皮肤的温度
C. 皮肤的重量
D. 皮肤的弹性
E. 皮肤的完整性
- 为老年人梳发,遇到打结梳不开时可采用湿润头发并协助疏通的溶液是()。
A. 95%乙醇
B. 75%乙醇
C. 30%乙醇
D. 百部酊
E. 2%硼酸
- 老年人饮食的选择中正确的一项是()。
A. 易于消化吸收
B. 食物温度适宜
C. 食量要合理分配
D. 注意饮食卫生
E. 以上都对
- 对于偏瘫老年人进食前评估内容中最重要的是()。
A. 老年人哪侧肢体瘫痪
B. 偏瘫肢体肌力如何
C. 是否需要协助进餐
D. 进餐时应取什么体位
E. 进餐是否需要特殊餐具
- 轮椅进食的注意事项中哪项是错误的?()
A. 轮椅勿碰触餐桌、食物等,以免引起老年人擦伤、碰伤
B. 进食时轮椅固定良好,保证老年人安全
C. 照护者运用省力原则,保证老年人以及自身安全,保持稳定的坐姿
D. 轮椅进食无需固定脚刹,便于老年人来回移动
E. 以上都对

7. 协助视觉障碍老年人喂食/水注意事项中,最重要的是()。
 - A. 照护者不要站在光线与老年人之间
 - B. 鼓励有视觉障碍的老年人尽量使用残留视力
 - C. 征求老年人的意见,维护其自尊心
 - D. 进食前可事先让老年人闻一下气味,以促进其食欲
 - E. 以上都对
8. 浴缸外缘离地的合适距离()。
 - A. 小于 450mm
 - B. 450~600mm
 - C. 600~800mm
 - D. 800~1000mm
 - E. 大于 1000mm
9. 卧床老年人床上使用便盆/尿壶的适宜卧位是()。
 - A. 屈膝仰卧,双腿分开
 - B. 去枕仰卧,双腿分开
 - C. 中凹卧位
 - D. 半坐卧位
 - E. 端坐卧位
10. 为老年人进行开塞露通便时,老年人应采取的卧位是()。
 - A. 右侧卧位
 - B. 左侧卧位
 - C. 中凹卧位
 - D. 去枕仰卧位
 - E. 屈膝仰卧位
11. 导致老年人活动量减少的因素有()。
 - A. 生理因素
 - B. 心理因素
 - C. 易跌倒
 - D. 照顾者因素
 - E. 以上都对
12. 搀扶老年时应注意安全、舒适,以下注意事项中不正确的是()。
 - A. 搀扶时照顾者与老年人身体紧贴,一手扶住腋下,另一手紧握老年人手或肘部,勿需先进行负重练习
 - B. 搀扶前征得老年人的同意,维护老年人自尊自信
 - C. 运用人体力学原则
 - D. 握住老年人的力度要适中,动作自然轻柔,不可用力紧握
 - E. 老年人步行时,要跟随老年人节奏轻微向左右晃动,保持老年人自然步态
13. 以下哪种助行器适用于偏瘫老年人或用四脚手杖仍不够稳定的老年人?()
 - A. 固定型步行器
 - B. 交互型步行器
 - C. 单侧步行器
 - D. 腋窝支持型步行器
 - E. 步行车
14. 下列属于老年人睡眠特点的是()。
 - A. 深睡眠增多
 - B. 深睡眠减少
 - C. 觉醒减少
 - D. 浅睡减少
 - E. 睡眠连续

15. 老年人睡眠时穿衣的要求是()。
- A. 粗纤维内衣
B. 紧身内衣
C. 保暖内衣
D. 宽松、柔软的内衣
E. 不穿内衣
16. 促进睡眠最适宜的卧位为()。
- A. 平卧位
B. 左侧卧位
C. 右侧卧位
D. 半坐卧位
E. 俯卧位
17. 我国《老年人权益保障法》规定老年人的年龄下限是()。
- A. 50 岁
B. 55 岁
C. 60 岁
D. 65 岁
E. 70 岁
18. 为男性老年人进行会阴部清洁的合理顺序是()。
- A. 阴阜→近侧腹股沟→对侧腹股沟→阴囊→阴茎→尿道口、龟头、冠状沟
B. 阴阜→对侧腹股沟→近侧腹股沟→阴茎→阴囊→尿道口、龟头、冠状沟
C. 阴阜→近侧腹股沟→对侧腹股沟→阴茎→阴囊→尿道口、龟头、冠状沟
D. 阴阜→对侧腹股沟→近侧腹股沟→尿道口、龟头、冠状沟→阴茎→阴囊
E. 阴阜→近侧腹股沟→对侧腹股沟→尿道口、龟头、冠状沟→阴茎→阴囊
19. 为老年人穿脱衣裤时,下列说法正确的是()。
- A. 脱衣时先脱健侧
B. 脱衣时先脱患侧
C. 脱衣时先脱对侧
D. 穿衣时先穿健侧
E. 穿衣时先穿近侧
20. 李女士,75 岁,照护者小王对其及家属指导沐浴宣教时,下列宣教内容不妥的是()。
- A. 沐浴时应调节水温在 40~45℃
B. 应将浴室门闩好,以免他人进入
C. 沐浴时应穿防滑鞋
D. 饭后须过 1 小时才能进行沐浴
E. 不要用湿手接触电源开关
21. 协助老年人移向床边,最重要的是()。
- A. 将老年人双手交叉置于腹部
B. 照护者站在床侧,将枕头自头部下移至肩下与上背部,以抬高老年人
C. 照护者一手伸入老年人腰下,另一手绕过老年人,双手环抱老年人,将老年人往床边挪
D. 将床栏拉上,并将床头抬高 60 度
E. 老年人坐起时,注意其安全,观察脸色脉搏、呼吸,并予以保暖
22. 协助老年人喂食/水时,下列哪项是错误的?()
- A. 喂水前先用手背试温,勿过冷或过热
B. 保证老年人进水速度适中,速度不要太快,以免发生呛咳,误吸
C. 偏瘫老年人进水时头歪向患侧肢体
D. 汤匙喂水,从唇边送入
E. 选用合适吸管,避免管腔过大引起呛咳

23. 通常老年人使用的淋浴间内部适宜的净尺寸为()。
- A. 宽 600~900mm,长 900~1200mm
 - B. 宽 900~1200mm,长 1200~1500mm
 - C. 宽 1200~1500mm,长 1500~1800mm
 - D. 宽 1500~1800mm,长 1800~2100mm
 - E. 宽 1800~2100mm,长 2100~2400mm
24. 老年人住宅卫生间空间设计的最重要原则是()。
- A. 舒适性原则
 - B. 生态性原则
 - C. 经济性原则
 - D. 安全性原则
 - E. 功能性原则
25. 老年人使用的卫生间的门的设置要求是()。
- A. 为保护隐私,应从内锁上门
 - B. 为节省空间,宜设计为内开门
 - C. 将呼叫装置设计在门上便于呼救
 - D. 为节省空间,宜设计为折叠门
 - E. 为便于救助员进入,宜设计为外开门
26. 老年人坐于轮椅中,正确的是()。
- A. 身体可以前倾
 - B. 背部可以离开椅背
 - C. 不需扣安全带
 - D. 双手不用扶住扶手
 - E. 头部向后靠住椅背
27. 轮椅运送的目的及适用范围不正确的是()。
- A. 护送不能行走但能坐起的老年人入院、出院、检查、治疗或室外活动
 - B. 护送体质较弱的老年人入院、出院、检查、治疗或室外活动
 - C. 帮助老年人下床活动,促进血液循环和体力恢复
 - D. 适用于因身体残障或疾病导致身体虚弱而不能行走的老年人或高龄老年人
 - E. 适用于严重的臀部压疮或骨盆骨折未愈合者
28. 协助老年人使用拐杖的评价指标中不包括()。
- A. 老年人行进时,手、眼、步态协调,配合良好
 - B. 老年人未发生跌倒
 - C. 老年人未发生皮肤磨损
 - D. 协助老年人在湿滑的地面行走
 - E. 拐杖脚底衬垫完好,调整拐杖后,需将全部的螺钉拧紧
29. 在冬季,老年人卧室温度应保持在()。
- A. 13~17℃
 - B. 18~22℃
 - C. 23~27℃
 - D. 28~32℃
 - E. 26~28℃
30. 适宜老年人睡眠的环境声音宜控制在()。
- A. 30 分贝以内
 - B. 40~50 分贝之间
 - C. 55~60 分贝之间
 - D. 30~40 分贝之间
 - E. 50 分贝以内

得 分	评卷人

二、问答题(可从以下问题选两个回答,每题 20 分,共 40 分)

31. 简述常见的促进老年人睡眠的方法。
32. 简述老年人睡眠的特点。
33. 列出作为老年人照护者应具备的基本要求。
34. 简述老年人活动能力的评估内容。

试卷代号:3737

国家开放大学(中央广播电视大学)2018年春季学期“开放专科”期末考试

老年生活照护 试题答案及评分标准(开卷)

(供参考)

2018年7月

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。

每小题2分,共60分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. D | 2. C | 3. C | 4. E | 5. D |
| 6. D | 7. E | 8. A | 9. A | 10. B |
| 11. E | 12. A | 13. C | 14. B | 15. D |
| 16. C | 17. C | 18. D | 19. A | 20. B |
| 21. E | 22. C | 23. B | 24. D | 25. E |
| 26. E | 27. E | 28. D | 29. B | 30. A |

二、问答题(可从以下问题选两个回答,每题20分,共40分)

31. 简述常见的促进老年人睡眠的方法。

答:(1)调整睡前身心状态。(6分)

(2)创造安静、舒适的睡眠环境。(8分)

(3)采取正确的睡眠姿势。(6分)

32. 简述老年人睡眠的特点。

答:随着年龄的增长,老年人的正常睡眠已与青壮年时不同,老年人的睡眠特点有:

(1)由于生理节律改变的缘故,老年人在睡眠和觉醒方式上总体为早睡早起。(3分)

(2)老年人入睡前的觉醒期有所延长。(3分)

(3)睡眠中的醒来次数增加。(2分)

(4)老年人的睡眠程度浅,易唤醒,男性老年人深睡眠的消失要较女性老年人更早。(3分)

(5)睡眠效率(指睡眠中睡着时间占总卧床时间的百分比)随年龄增长而下降。(3分)

(6)老年人白天易困倦、打盹。(3分)

(7)睡眠中出现打鼾和睡眠呼吸暂停的几率增高。(3分)

33. 列出作为老年人照护者应具备的基本要求。

答:(1)具备尊老敬老、服务第一、无私奉献的精神。(4分)

(2)具备照护的基本知识和基本技能。(4分)

(3)具备观察能力:通过观察,及时了解老年人在生理和心理方面的需求,知道老年人需要什么,才能更好地服务于老年人。(4分)

(4)具备对突发事件的应急处理能力:能够认真地观察老年人的细微变化,及时发现问题并能作出相应的处理。(4分)

(5)具备风险管理能力:有评估老年人可能发生意外的预知能力,并能作出相应的防范措施。(4分)

34. 简述老年人活动能力的评估内容。

答:评估内容

(1)了解老年人的病史,评估其对活动的耐受力。(3分)

(2)收集老年人的用药情况,以了解老年人身体状况及应急处理。(3分)

(3)进行基本的身体检查,包括心血管系统、骨骼系统、神经系统,特别是老年人的协调情况及步态。(4分)

(4)评估老年人现存的活动能力。(3分)

(5)活动的设计应符合老年人的兴趣,而且是老年人力所能及的项目。(3分)

(6)与老年人共同制定活动目标,例如老年人希望的是恢复自我照顾能力,或是增加对活动的耐受力,以保证活动效果。(4分)

试卷代号:3737

座位号

国家开放大学(中央广播电视大学)2018年秋季学期“开放专科”期末考试

老年生活照护 试题(开卷)

2019年1月

题号	一	二	总分
分数			

得分	评卷人

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。每小题2分,共60分)

- 在为老年人提供生活照护过程中应首先遵循的原则是()。
A. 整体性 B. 目标性
C. 安全性 D. 参与感
E. 自主性
- 下列属于老年人皮肤特点的是()。
A. 皮肤湿润 B. 弹性增加
C. 痛觉敏感 D. 角质层变脆
E. 皮脂分泌增多
- 为老年人穿脱衣裤时,下列说法正确的是()。
A. 脱衣时先脱健侧 B. 脱衣时先脱患侧
C. 脱衣时先脱对侧 D. 穿衣时先穿健侧
E. 穿衣时先穿近侧
- 为老年人梳发,遇到打结打结梳不开时可采用湿润头发并协助疏通的溶液是()。
A. 95%乙醇 B. 30%乙醇
C. 75%乙醇 D. 百部酊
E. 2%硼酸
- 下列关于指导老年人采用竖刷法刷牙方法的描述,正确的是()。
A. 上下牙齿咬合刷洗牙齿外侧面 B. 上牙内侧面从下向上刷
C. 下牙内侧面从上向下刷 D. 直线形刷洗牙齿咬合面
E. 刷牙时间应在3分钟以内

6. 协助老年人移向床边,最重要的是()。
- A. 将老年人双手交叉置于腹部
 - B. 照护者站在床侧,将枕头自头部下移至肩下与上背部,以抬高老年人
 - C. 照护者一手伸入老年人腰下,另一手绕过老年人,双手环抱老年人,将老年人往床边挪
 - D. 将床栏拉上,并将床头抬高 60°
 - E. 老年人坐起时,注意其安全,观察脸色脉搏、呼吸,并予以保暖
7. 协助老年人喂食/水时,下列错误的是()。
- A. 喂食温度、速度适中,须给老年人充分咀嚼的时间
 - B. 喂食时少说话,不进行任何处置,以免分散老年人注意力引起呛咳
 - C. 进食后不要立即拍背,以免食物反流引起误吸
 - D. 喂水后不要立即平卧,以免返流误吸
 - E. 喂食时及时观察、询问老年人有无不适等
8. 异物卡喉的主要表现有()。
- A. 老年人进食时突然不能发音,并出现痛苦表情
 - B. 老年人用手按住颈部或胸前,并用手指口腔,喘鸣,呼吸急促,皮肤发紫
 - C. 严重者可迅速出现意识丧失,甚至呼吸心跳停止
 - D. 严重者出现口唇、指甲青紫、面色青白等缺氧症状
 - E. 以上都对
9. 为老年人进行开塞露通便时,老年人应采取的卧位是()。
- A. 右侧卧位
 - B. 左侧卧位
 - C. 中凹卧位
 - D. 去枕仰卧位
 - E. 屈膝仰卧位
10. 评估老年人活动能力的常用方法有()。
- A. 直接观察法和间接观察法
 - B. 日常生活能力活动
 - C. 改良 Barthel 指数评定量表
 - D. 功能独立性评测
 - E. Barthel 指数评定量表
11. 下列家务活动中活动所需能量最大的是()。
- A. 煮饭
 - B. 扫地
 - C. 吸尘
 - D. 整理床褥
 - E. 地板打蜡
12. 老年人活动的最重要原则是()。
- A. 劳逸结合
 - B. 循序渐进
 - C. 保证安全
 - D. 时间得当
 - E. 持之以恒

13. 搀扶老年人时应注意安全、舒适,以下注意事项中不正确的是()。
- A. 搀扶时照顾者与老年人身体紧贴,一手扶住腋下,另一手紧握老年人手或肘部,勿需先进行负重练习
 - B. 搀扶前征得老年人的同意,维护老年人自尊自信
 - C. 运用人体力学原则
 - D. 握住老年人的力度要适中,动作自然轻柔,不可用力紧握
 - E. 老年人步行时,要跟随老年人节奏轻微向左右晃动,保持老年人自然步态
14. 助行器的选择注意事项有()。
- A. 拐杖的合适长度,应是老年人直立时地面到腋窝的直线距离稍低 3~5 厘米
 - B. 助行器扶手的选择以防滑为原则,并且抓握时松软适宜,防止手部磨损
 - C. 选择高度:双臂自然下垂时,双肘可以稍弯曲,手柄恰在手腕高度
 - D. 行走时,应当用力握着把手,不要顶压腋窝,同时要用上臂部将拐杖夹在身边,以保持稳定
 - E. 以上都对
15. 协助老年人使用拐杖的评价指标中不包括()。
- A. 老年人行进时,手、眼、步态协调,配合良好
 - B. 老年人未发生跌倒
 - C. 老年人未发生皮肤磨损
 - D. 协助老年人在湿滑的地面行走
 - E. 拐杖脚底衬垫完好;调整拐杖后,需将全部的螺钉拧紧
16. 老年人生活照护的目标是()。
- A. 老年人心情愉悦
 - B. 老年人生活自理
 - C. 延长老年人寿命
 - D. 提高老年人的生活质量
 - E. 提高老年人对照护者的满意度
17. 下列不属于老年人皮肤评估内容的是()。
- A. 皮肤的颜色
 - B. 皮肤的温度
 - C. 皮肤的重量
 - D. 皮肤的弹性
 - E. 皮肤的完整性
18. 老年人白天睡眠时间不宜超过()。
- A. 30 分钟
 - B. 60 分钟
 - C. 90 分钟
 - D. 120 分钟
 - E. 150 分钟
19. 老年人饮食的选择中正确的一项是()。
- A. 易于消化吸收
 - B. 食物温度适宜
 - C. 食量要合理分配
 - D. 注意饮食卫生
 - E. 以上都对

20. 对于偏瘫老年人进食前评估内容中最重要的是()。
- A. 老年人哪侧肢体瘫痪 B. 偏瘫肢体肌力如何
C. 是否需要协助进餐 D. 进餐时应取什么体位
E. 进餐是否需要特殊餐具
21. 下列会影响睡眠的刺激性饮料的是()。
- A. 菊花茶 B. 橙汁
C. 咖啡 D. 牛奶
E. 酸奶
22. 下列符合老年住宅卫生间空间设计原则的是()。
- A. 区分干湿区域 B. 湿区设置在门口
C. 干区设置在内侧 D. 选择内开门
E. 无需设置紧急呼叫装置
23. 将纸尿裤垫入老年人臀下的正确方法是()。
- A. 从身体左侧垫入 B. 从身体右侧垫入
C. 从会阴部由后往前垫入 D. 从会阴部由前往后垫入
E. 完全抬起老年人身体后放入
24. 甘油栓剂插入肛门的适宜距离是()。
- A. 1~2cm B. 3~4cm
C. 6~7cm D. 8~9cm
E. >10cm
25. 下列哪项不是瘫痪老年人常见的并发症()。
- A. 肢体废用性萎缩 B. 皮肤受压、压疮
C. 肺功能障碍 D. 皮肤清洁干燥
E. 肌力下降、肌肉萎缩、关节僵硬
26. 轮椅的选择标准()。
- A. 靠背应到肩胛骨的位置
B. 扶手应在胳膊肘能自然弯曲的位置
C. 轮椅的驱动轮应在老年人能握住并使轮椅转动的位置
D. 座位的深度以坐下时后髋关节至腘窝之间的长度减去 5cm
E. 以上都对
27. 使用步行器前移时,下列注意事项中不正确的是()。
- A. 步行器前移时,要保持背部挺直
B. 可以使用步行器上下楼梯
C. 不要站离步行器太靠后,要站在中间的框内
D. 如果使用步行器目的是保持平衡,可以在保护框内按正常步态行走
E. 如果患侧腿有石膏或者支具固定伸直位,可先上健侧腿

28. 入睡前会影响老年人睡眠的不利因素不包括()。

- A. 睡前喝咖啡
B. 睡前慢跑
C. 睡前饱餐
D. 睡前喝热牛奶
E. 睡前打麻将

29. 热水泡脚助眠适宜的水温范围是()。

- A. 37℃左右
B. 40~50℃
C. 50~52℃
D. 52~55℃
E. 55~60℃

30. 睡眠效率是指()。

- A. 睡眠中觉醒时间占睡着时间的百分比
B. 睡眠中深睡眠时间占总睡眠时间的百分比
C. 睡眠中浅睡眠时间占总睡眠时间的百分比
D. 睡眠中睡着时间占总卧床时间的百分比
E. 睡眠中觉醒时间占总卧床时间的百分比

得 分	评卷人

二、问答题(从以下四个问答题中任选两题作答,每题 20 分,共 40 分,多答不给分)

31. 列出老年人照护者应具备的基本条件。

32. 简述老年人睡眠的特点。

33. 简述老年人皮肤评估的内容。

34. 简述老年人活动能力的评估内容。

试卷代号:3737

国家开放大学(中央广播电视大学)2018年秋季学期“开放专科”期末考试

老年生活照护 试题答案及评分标准(开卷)

(供参考)

2019年1月

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。

每小题2分,共60分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. C | 2. D | 3. A | 4. B | 5. A |
| 6. E | 7. D | 8. E | 9. B | 10. A |
| 11. E | 12. C | 13. A | 14. E | 15. D |
| 16. D | 17. C | 18. B | 19. E | 20. D |
| 21. C | 22. A | 23. D | 24. B | 25. D |
| 26. E | 27. B | 28. D | 29. B | 30. D |

二、问答题(从以下四个问答题中任选两题作答,每题20分,共40分,多答不给分)

31. 列出老年人照护者应具备的基本条件。

答:(1)具备尊老敬老、服务第一、无私奉献的精神。(4分)

(2)具备照护的基本知识和基本技能。(4分)

(3)具备观察能力:通过观察,及时了解老年人在生理和心理方面的需求,知道老年人需要什么,才能更好地服务于老年人。(4分)

(4)具备对突发事件的应急处理能力:能够认真地观察老年人的细微变化,及时发现问题并能作出相应的处理。(4分)

(5)具备风险管理能力:有评估老年人可能发生意外的预知能力,并能作出相应的防范措施。(4分)

32. 简述老年人睡眠的特点。

答:随着年龄的增长,老年人的正常睡眠已与青壮年时不同,老年人的睡眠特点有:

(1)由于生理节律改变的缘故,老年人在睡眠和觉醒方式上总体为早睡早起。(3分)

(2)老年人入睡前的觉醒期有所延长。(3分)

(3)睡眠中的醒来次数增加。(2分)

(4)老年人的睡眠程度浅,易唤醒,男性老年人深睡眠的消失要较女性老年人更早。(3分)

(5)睡眠效率(指睡眠中睡着时间占总卧床时间的百分比)随年龄增长而下降。(3分)

(6)老年人白天易困倦、打盹。(3分)

(7)睡眠中出现打鼾和睡眠呼吸暂停的几率增高。(3分)

33. 简述老年人皮肤评估的内容。

答:照护者对老年人进行皮肤清洁时,通过望、触可对老年人皮肤的基本情况进行评估,其评估的重点内容包括如下(2分):

(1)颜色(2)温度(3)弹性(4)水肿(5)感觉(6)完整性和损伤(每个要点答对给3分)

34. 简述老年人活动能力的评估内容。

答:评估内容

(1)了解老年人的病史,评估其对活动的耐受力。(3分)

(2)收集老年人的用药情况,以了解老年人身体状况及应急处理。(3分)

(3)进行基本的身体检查,包括心血管系统、骨骼系统、神经系统,特别是老年人的协调情况及步态。(4分)

(4)评估老年人现存的活动能力。(3分)

(5)活动的设计应符合老年人的兴趣,而且是老年人力所能及的项目。(3分)

(6)与老年人共同制定活动目标,例如老年人希望的是恢复自我照顾能力,或是增加对活动的耐受力,以保证活动效果。(4分)

试卷代号:3737

座位号

--	--

国家开放大学2019年春季学期期末统一考试

老年生活照护 试题(开卷)

2019年7月

题 号	一	二	总 分
分 数			

得 分	评卷人

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。每小题2分,共60分)

1. 照护者首先应具备的素质要求是()。
 - A. 具备尊老敬老、服务第一、无私奉献的精神
 - B. 具备照护的基本知识和基本技能
 - C. 具备对突发事件的应急处理能力
 - D. 具备风险管理能力
 - E. 具备观察能力
2. 老年人进行身体清洁时的适宜水温是()。
 - A. 20~30℃
 - B. 35~45℃
 - C. 45~55℃
 - D. 55~65℃
 - E. 65~70℃
3. 协助老年人漱口时,老年人应采取的适宜体位是()。
 - A. 去枕仰卧位
 - B. 头低足高位
 - C. 屈膝仰卧位
 - D. 中凹卧位
 - E. 半坐卧位
4. 为老年人进行淋浴时,其适宜的时间是()。
 - A. 20分钟以内
 - B. 20~30分钟
 - C. 30~40分钟
 - D. 40~50分钟
 - E. 50~60分钟

5. 老年人的饮食原则()。
- A. 少食多餐,晚餐宜少
 - B. 结构合理,平衡膳食
 - C. 粗细搭配,营养全面
 - D. 适度活动,能量平衡
 - E. 以上都对
6. 老年人进餐能力的初步判断项目有()。
- A. 老年人意识状况
 - B. 体位保持能力
 - C. 使用进餐工具的能力
 - D. 与口腔相关的功能
 - E. 以上都包括
7. 协助老年人喂食/水时,下列错误的是()。
- A. 喂水前先用手背试温,勿过冷或过热
 - B. 保证老年人进水速度适中,速度不要太快,以免发生呛咳,误吸
 - C. 偏瘫老年人进水时头歪向患侧肢体
 - D. 汤匙喂水,从唇边送入
 - E. 选用合适吸管,避免管腔过大引起呛咳
8. 将纸尿裤垫入老年人臀下的正确方法是()。
- A. 从身体左侧垫入
 - B. 从身体右侧垫入
 - C. 从会阴部由后往前垫入
 - D. 从会阴部由前往后垫入
 - E. 完全抬起老年人身体后放入
9. 浴缸外缘离地的合适距离()。
- A. 小于 450mm
 - B. 450~600mm
 - C. 600~800mm
 - D. 800~1000mm
 - E. 大于 1000mm
10. 下列哪项不是瘫痪老年人常见的并发症()。
- A. 肢体废用性萎缩
 - B. 皮肤受压、压疮
 - C. 肺功能障碍
 - D. 皮肤清洁干燥
 - E. 肌力下降、肌肉萎缩、关节僵硬
11. 嘱咐老年人憋尿后不要排太快的原因是()。
- A. 易造成脱水
 - B. 易发生电解质紊乱
 - C. 易造成脑缺血而晕倒
 - D. 易造成膀胱一过性萎缩
 - E. 易造成尿道损伤发生血尿
12. 下列不宜采用肥皂栓通便的老年人是()。
- A. 偏瘫患者
 - B. 高热患者
 - C. 肛裂患者
 - D. 肿瘤患者
 - E. 高血压患者

21. 协助视觉障碍老年人喂食/水注意事项中,最重要的是()。
- A. 照护者不要站在光线与老年人之间
 - B. 鼓励有视觉障碍的老年人尽量使用残留视力
 - C. 征求老年人的意见,维护其自尊心
 - D. 进食前可事先让老年人闻一下气味,以促进其食欲
 - E. 以上都对
22. 健康状态的老年人每人要求的睡眠时间是()。
- A. 6 小时
 - B. 7 小时
 - C. 8 小时
 - D. 9 小时
 - E. 10 小时
23. 卧床老年人床上使用便盆/尿壶的适宜卧位是()。
- A. 屈膝仰卧,双腿分开
 - B. 去枕仰卧,双腿分开
 - C. 中凹卧位
 - D. 半坐卧位
 - E. 端坐卧位
24. 老年人睡眠时穿衣的要求是()。
- A. 粗纤维内衣
 - B. 紧身内衣
 - C. 保暖内衣
 - D. 宽松、柔软的内衣
 - E. 不穿内衣
25. 导致老年人活动量减少的因素有()。
- A. 生理因素
 - B. 心理因素
 - C. 易跌倒
 - D. 照顾者因素
 - E. 以上都对
26. 搀扶老年人时应注意安全、舒适,以下注意事项中不正确的是()。
- A. 搀扶时照顾者与老年人身体紧贴,一手扶住腋下,另一手紧握老年人手或肘部,勿需先进行负重练习
 - B. 搀扶前征得老年人的同意,维护老年人自尊自信
 - C. 运用人体力学原则
 - D. 握住老年人的力度要适中,动作自然轻柔,不可用力紧握
 - E. 老年人步行时,要跟随老年人节奏轻微向左右晃动,保持老年人自然步态
27. 以下哪种助行器适用于偏瘫老年人或用四脚手杖仍不够稳定的老年人()。
- A. 固定型步行器
 - B. 交互型步行器
 - C. 单侧步行器
 - D. 腋窝支持型步行器
 - E. 步行车
28. 老年人白天睡眠时间不宜超过()。
- A. 30 分钟
 - B. 60 分钟
 - C. 90 分钟
 - D. 120 分钟
 - E. 150 分钟

29. 适宜老年人睡眠的环境声音宜控制在()。

- A. 30 分贝以内
B. 40~50 分贝之间
C. 55~60 分贝之间
D. 30~40 分贝之间
E. 50 分贝以内

30. 促进睡眠最适宜的卧位为()。

- A. 平卧位
B. 左侧卧位
C. 右侧卧位
D. 半坐卧位
E. 俯卧位

得 分	评卷人

二、问答题(从以下四个问答题中任选两题作答,每题 20 分,共 40 分,多答不给分)

31. 简述老年人消化系统的特点。

32. 简述老年人睡眠的特点。

33. 简述老年人皮肤评估的内容。

34. 简述老年人活动能力的评估内容。

试卷代号:3737

国家开放大学2019年春季学期期末统一考试

老年生活照护 试题答案及评分标准(开卷)

(供参考)

2019年7月

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。

每小题2分,共60分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. A | 2. B | 3. E | 4. A | 5. E |
| 6. E | 7. C | 8. D | 9. A | 10. D |
| 11. C | 12. C | 13. D | 14. B | 15. B |
| 16. E | 17. D | 18. B | 19. E | 20. B |
| 21. E | 22. C | 23. A | 24. D | 25. E |
| 26. A | 27. C | 28. B | 29. A | 30. C |

二、问答题(从以下四个问答题中任选两题作答,每题20分,共40分,多答不给分)

31. 简述老年人消化系统的特点。

答:(1)牙齿松动、脱落(2分)

(2)舌乳头上的味蕾数量的减少和萎缩(2分)

(3)消化道黏膜萎缩、运动功能减退(2分)

(4)消化腺体萎缩(2分)

(5)肝细胞数量减少,肝功能改变(2分)

(6)胰岛素分泌减少(2分)

随着年龄增大,人的身体机能老化是生命活动的必然规律,消化系统结构和功能的改变,导致老年人身体必需的营养素减少,(4分)对糖、脂肪的动员能力降低,同时对脂肪的合成、降解能力不足,使脂肪在体内堆积,引起慢性病等,对老年人的健康造成极大的损害。(4分)

32. 简述老年人睡眠的特点。

答:随着年龄的增长,老年人的正常睡眠已与青壮年时不同,老年人的睡眠特点有:

- (1)由于生理节律改变的缘故,老年人在睡眠和觉醒方式上总体为早睡早起。(3分)
- (2)老年人入睡前的觉醒期有所延长。(3分)
- (3)睡眠中的醒来次数增加。(2分)
- (4)老年人的睡眠程度浅,易唤醒,男性老年人深睡眠的消失要较女性老年人更早。(3分)
- (5)睡眠效率(指睡眠中睡着时间占总卧床时间的百分比)随年龄增长而下降。(3分)
- (6)老年人白天易困倦、打盹。(3分)
- (7)睡眠中出现打鼾和睡眠呼吸暂停的几率增高。(3分)

33. 简述老年人皮肤评估的内容。

答:照护者对老年人进行皮肤清洁时,通过望、触可对老年人皮肤的基本情况进行评估,其评估的重点内容包括如下(2分):

- (1)颜色(2)温度(3)弹性(4)水肿(5)感觉(6)完整性和损伤(每个要点答对给3分)

34. 简述老年人活动能力的评估内容。

答:评估内容

- (1)了解老年人的病史,评估其对活动的耐受力。(3分)
- (2)收集老年人的用药情况,以了解老年人身体状况及应急处理。(3分)
- (3)进行基本的身体检查,包括心血管系统、骨骼系统、神经系统,特别是老年人的协调情况及步态。(4分)
- (4)评估老年人现存的活动能力。(3分)
- (5)活动的设计应符合老年人的兴趣,而且是老年人力所能及的项目。(3分)
- (6)与老年人共同制定活动目标,例如老年人希望的是恢复自我照顾能力,或是增加对活动的耐受力,以保证活动效果。(4分)

试卷代号:3737

座位号

国家开放大学2019年秋季学期期末统一考试

老年生活照护 试题(开卷)

2020年1月

题 号	一	二	总 分
分 数			

得 分	评卷人

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。每小题2分,共60分)

1. 在为老年人提供生活照护过程中应首先遵循的原则是()。
A. 整体性
B. 目标性
C. 安全性
D. 参与感
E. 自主性
2. 照护者首先应具备的素质要求是()。
A. 具备尊老敬老、服务第一、无私奉献的精神
B. 具备照护的基本知识和基本技能
C. 具备对突发事件的应急处理能力
D. 具备风险管理能力
E. 具备观察能力
3. 为老年人梳发,遇到打结梳不开时可采用湿润头发并协助疏通的溶液是()。
A. 95%乙醇
B. 75%乙醇
C. 30%乙醇
D. 百部酊
E. 2%硼酸
4. 下列关于老年人洗澡频率的描述,正确的是()。
A. 寒冷冬季应每天洗澡1次
B. 夏季洗澡频率可适当降低
C. 运动减少,洗澡频率可增加
D. 一般体质好者可适当减少洗澡
E. 身体虚弱者可适当减少洗澡

5. 老年人进行身体清洁后正确的按摩方向是()。
- A. 由中心往外周螺旋式 B. 由上往下、由内往外
- C. 由上往下、由外往内 D. 由下往上、由内往外
- E. 由下往上、由外往内
6. 轮椅进食的注意事项中哪项是错误的()。
- A. 轮椅勿碰触餐桌、食物等,以免引起老年人擦伤、碰伤。
- B. 进食时轮椅固定良好,保证老年人安全。
- C. 照护者运用省力原则,保证老年人以及自身安全。保持稳定的坐姿
- D. 轮椅进食无需固定脚刹,便于老年人来回移动
- E. 以上都对
7. 协助视觉障碍老年人喂食/水注意事项中,最重要的是()。
- A. 照护者不要站在光线与老年人之间
- B. 鼓励有视觉障碍的老年人尽量使用残留视力
- C. 征求老年人的意见,维护其自尊心
- D. 进食前可事先让老年人闻一下气味,以促进其食欲
- E. 以上都对
8. 照护者取电动剃须刀为老年人剃须时,其适宜顺序为()。
- A. 从左至右、从下至上 B. 从左至右、从上至下
- C. 从右至左、从上至下 D. 从右至左、从下至上
- E. 无所谓顺序,剃完即可
9. 卧床老年人床上使用便盆/尿壶的适宜卧位是()。
- A. 屈膝仰卧,双腿分开 B. 去枕仰卧,双腿分开
- C. 中凹卧位 D. 半坐卧位
- E. 端坐卧位
10. 为老年人进行开塞露通便时,老年人应采取的卧位是()。
- A. 右侧卧位 B. 左侧卧位
- C. 中凹卧位 D. 去枕仰卧位
- E. 屈膝仰卧位
11. 导致老年人活动量减少的因素有()。
- A. 生理因素 B. 心理因素
- C. 易跌倒 D. 照顾者因素
- E. 以上都对

12. 下列关于指导老年人采用竖刷牙刷牙方法的描述,正确的是()。
- A. 上下牙齿咬合刷洗牙齿外侧面 B. 上牙内侧面从下向上刷
C. 下牙内侧面从上向下刷 D. 直线形刷洗牙齿咬合面
E. 刷牙时间应在 3 分钟以内
13. 以下哪种助行器适用于偏瘫老年人或用四脚手杖仍不够稳定的老年人()。
- A. 固定型步行器 B. 交互型步行器
C. 单侧步行器 D. 腋窝支持型步行器
E. 步行车
14. 为老年人穿脱衣裤时,下列说法正确的是()。
- A. 脱衣时先脱健侧 B. 脱衣时先脱患侧
C. 脱衣时先脱对侧 D. 穿衣时先穿健侧
E. 穿衣时先穿近侧
15. 老年人睡眠时穿衣的要求是()。
- A. 粗纤维内衣 B. 紧身内衣
C. 保暖内衣 D. 宽松、柔软的内衣
E. 不穿内衣
16. 促进睡眠最适宜的卧位为()。
- A. 平卧位 B. 左侧卧位
C. 右侧卧位 D. 半坐卧位
E. 俯卧位
17. 我国《老年人权益保障法》规定老年人的年龄下限是()。
- A. 50 岁 B. 55 岁
C. 60 岁 D. 65 岁
E. 70 岁
18. 为男性老年人进行会阴部清洁的合理顺序是()。
- A. 阴阜→近侧腹股沟→对侧腹股沟→阴囊→阴茎→尿道口、龟头、冠状沟
B. 阴阜→对侧腹股沟→近侧腹股沟→阴茎→阴囊→尿道口、龟头、冠状沟
C. 阴阜→近侧腹股沟→对侧腹股沟→阴茎→阴囊→尿道口、龟头、冠状沟
D. 阴阜→对侧腹股沟→近侧腹股沟→尿道口、龟头、冠状沟→阴茎→阴囊
E. 阴阜→近侧腹股沟→对侧腹股沟→尿道口、龟头、冠状沟→阴茎→阴囊
19. 为老年人进行淋浴时,其适宜的时间是()。
- A. 20 分钟以内 B. 20~30 分钟
C. 30~40 分钟 D. 40~50 分钟
E. 50~60 分钟

20. 李女士,75岁,照护者小王对其及家属指导沐浴宣教时,下列宣教内容不妥的是()。
- A. 沐浴时应调节水温在40~45℃ B. 应将浴室门闩好,以免他人进入
C. 沐浴时应穿防滑鞋 D. 饭后须过1小时才能进行沐浴
E. 不要用湿手接触电源开关
21. 协助老年人移向床边,最重要的是()。
- A. 将老年人双手交叉置于腹部
B. 照护者站在床侧,将枕头自头部下移至肩下与上背部,以抬高老年人
C. 照护者一手伸入老年人腰下,另一手绕过老年人,双手环抱老年人,将老年人往床边挪
D. 将床栏拉上,并将床头抬高60度
E. 老年人坐起时,注意其安全,观察脸色脉搏、呼吸,并予以保暖
22. 协助老年人喂食/水时,下列哪项是错误的()。
- A. 喂水前先用手背试温,勿过冷或过热
B. 保证老年人进水速度适中,速度不要太快,以免发生呛咳,误吸
C. 偏瘫老年人进水时头歪向患侧肢体
D. 汤匙喂水,从唇边送入
E. 选用合适吸管,避免管腔过大引起呛咳
23. 陈先生,65岁,因车祸至颈椎外伤,生活不能自理。为该老年人床上洗发时,错误的护理措施是()。
- A. 将小橡胶单及大毛巾垫于枕上 B. 老年人侧卧,将衣领松开
C. 洗发时注意保护老年人颈部位置 D. 洗发过程中观察老年人面色
E. 洗发后及时擦干头发
24. 张先生,80岁,高血压30年,带有活动义齿。照护者指导其对义齿的护理中,错误的是()。
- A. 取下的义齿用冷水冲洗干净 B. 老年人漱口后,协助将义齿戴回
C. 用牙膏彻底清洗义齿 D. 暂时不用的义齿可置于热水中浸泡
E. 协助老年人戴义齿前,应先浸湿
25. 老年人使用的卫生间的门的设置要求是()。
- A. 为保护隐私,应从内锁上门 B. 为节省空间,宜设计为内开门
C. 将呼叫装置设计在门上便于呼救 D. 为节省空间,宜设计为折叠门
E. 为便于救助员进入,宜设计为外开门
26. 老年人坐于轮椅中,正确的是()。
- A. 身体可以前倾 B. 背部可以离开椅背
C. 不需扣安全带 D. 双手不用扶住扶手
E. 头部向后靠住椅背

试卷代号:3737

国家开放大学2019年秋季学期期末统一考试

老年生活照护 试题答案及评分标准(开卷)

(供参考)

2020年1月

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。

每小题2分,共60分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. C | 2. A | 3. C | 4. E | 5. D |
| 6. D | 7. E | 8. B | 9. A | 10. B |
| 11. E | 12. A | 13. C | 14. A | 15. D |
| 16. C | 17. C | 18. D | 19. A | 20. B |
| 21. E | 22. C | 23. B | 24. D | 25. E |
| 26. E | 27. E | 28. D | 29. D | 30. A |

二、问答题(从以下四个问答题中任选两题作答,每题20分,共40分,多答不给分)

31. 简述常见的促进老年人睡眠的方法。

答:(1)调整睡前身心状态。例如……(6分)

(2)创造安静、舒适的睡眠环境(8分)

(3)采取正确的睡眠姿势(6分)

32. 简述老年人皮肤评估的内容。

答:照护者对老年人进行皮肤清洁时,通过望、触可对老年人皮肤的基本情况进行评估,其评估的重点内容包括如下(2分):

(1)颜色(2)温度(3)弹性(4)水肿(5)感觉(6)完整性和损伤(每个要点答对给3分)

33. 简述老年人饮食的选择原则。

答:(1)少食多餐,晚餐宜少(5分)

(2)结构合理,平衡膳食(5分)

(3)粗细搭配,营养全面(5分)

(4)适度活动,能量平衡(5分)

34. 简述老年人活动能力的评估内容。

答:评估内容

(1)了解老年人的病史,评估其对活动的耐受力。(3分)

(2)收集老年人的用药情况,以了解老年人身体状况及应急处理。(3分)

(3)进行基本的身体检查,包括心血管系统、骨骼系统、神经系统,特别是老年人的协调情况及步态。(4分)

(4)评估老年人现存的活动能力。(3分)

(5)活动的设计应符合老年人的兴趣,而且是老年人力所能及的项目。(3分)

(6)与老年人共同制定活动目标,例如老年人希望的是恢复自我照顾能力,或是增加对活动的耐受力,以保证活动效果。(4分)

试卷代号:3737

座位号

--	--

国家开放大学2020年春季学期期末统一考试

老年生活照护 试题(开卷)

2020年7月

题 号	一	二	总 分
分 数			

得 分	评卷人

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。每小题2分,共60分)

- 老年人生活照护的目标是()。
A. 老年人心情愉悦
B. 老年人生活自理
C. 延长老年人寿命
D. 提高老年人的生活质量
E. 提高老年人对照护者的满意度
- 在为老年人提供生活照护过程中应首先遵循的原则是()。
A. 整体性
B. 目标性
C. 安全性
D. 参与感
E. 自主性
- 老年人进行身体清洁后正确的按摩方向是()。
A. 由中心往外周螺旋式
B. 由上往下、由内往外
C. 由上往下、由外往内
D. 由下往上、由内往外
E. 由下往上、由外往内
- 照护者取电动剃须刀为老年人剃须时,其适宜顺序为()。
A. 从左至右、从下至上
B. 从左至右、从上至下
C. 从右至左、从上至下
D. 从右至左、从下至上
E. 无所谓顺序,剃完即可
- 下列关于指导指导老年人采用竖刷牙刷牙方法的描述,正确的是()。
A. 上下牙齿咬合刷洗牙齿外侧面
B. 上牙内侧面从下向上刷
C. 下牙内侧面从上向下刷
D. 直线形刷洗牙齿咬合面
E. 刷牙时间应在3分钟以内

6. 协助老年人漱口时,老年人应采取的适宜体位是()。
 - A. 去枕仰卧位
 - B. 头低足高位
 - C. 屈膝仰卧位
 - D. 中凹卧位
 - E. 半坐卧位
7. 为老年人进行淋浴时,其清洁的顺序是()。
 - A. 头部→面部、耳后→颈部→双上肢→胸腹部→背部→双下肢→会阴、臀下、双足
 - B. 头部→颈部→双上肢→胸腹部→背部→双下肢→会阴、臀下、双足→面部、耳后
 - C. 颈部→双上肢→胸腹部→背部→双下肢→会阴、臀下、双足→头部→面部、耳后
 - D. 颈部→双上肢→胸腹部→双下肢→会阴、臀下、双足→背部→头部→面部、耳后
 - E. 颈部→双上肢→胸腹部→双下肢→头部→面部、耳后→背部→会阴、臀下、双足
8. 通常老年人使用的淋浴间内部适宜的净尺寸为()。
 - A. 宽 600~900mm,长 900~1200mm
 - B. 宽 900~1200mm,长 1200~1500mm
 - C. 宽 1200~1500mm,长 1500~1800mm
 - D. 宽 1500~1800mm,长 1800~2100mm
 - E. 宽 1800~2100mm,长 2100~2400mm
9. 老年人住宅卫生间空间设计的最重要原则是()。
 - A. 舒适性原则
 - B. 生态性原则
 - C. 经济性原则
 - D. 安全性原则
 - E. 功能性原则
10. 老年人使用的卫生间的门的设置要求是()。
 - A. 为保护隐私,应从内锁上门
 - B. 为节省空间,宜设计为内开门
 - C. 将呼叫装置设计在门上便于呼救
 - D. 为节省空间,宜设计为折叠门
 - E. 为便于救助员进入,宜设计为外开门
11. 老年人坐于轮椅中,正确的是()。
 - A. 身体可以前倾
 - B. 背部可以离开椅背
 - C. 不需扣安全带
 - D. 双手不用扶住扶手
 - E. 头部向后靠住椅背
12. 轮椅运送的目的及适用范围不正确的是()。
 - A. 护送不能行走但能坐起的老年人入院、出院、检查、治疗或室外活动
 - B. 护送体质较弱的老年人入院、出院、检查、治疗或室外活动
 - C. 帮助老年人下床活动,促进血液循环和体力恢复
 - D. 适用于因身体残障或疾病导致身体虚弱而不能行走的老年人或高龄老年人
 - E. 适用于严重的臀部压疮或骨盆骨折未愈合者

13. 协助老年人使用拐杖的评价指标中不包括()。
- A. 老年人行进时,手、眼、步态协调,配合良好
 - B. 老年人未发生跌倒
 - C. 老年人未发生皮肤磨损
 - D. 协助老年人在湿滑的地面行走
 - E. 拐杖脚底衬垫完好;调整拐杖后,需将全部的螺钉拧紧
14. 在冬季,老年人卧室温度应保持在()。
- A. 13~17℃
 - B. 18~22℃
 - C. 23~27℃
 - D. 28~32℃
 - E. 26~28℃
15. 以下不属于影响老年人饮食的因素的是()。
- A. 生理因素
 - B. 心理因素
 - C. 身体因素
 - D. 社会因素
 - E. 疾病因素
16. 老年人常见不良睡眠习惯不包括()。
- A. 每天睡眠时间无规律
 - B. 白天午睡或躺在床上的时间过长
 - C. 白天打瞌睡
 - D. 睡前吸烟、饮酒等
 - E. 睡前适当运动
17. 下列餐具中的硅酸铝在破碎后易转移到食物中来的是()。
- A. 搪瓷餐具
 - B. 木制餐具
 - C. 不锈钢餐具
 - D. 铁质餐具
 - E. 塑料餐具
18. 下列关于老年人洗澡频率的描述,正确的是()。
- A. 寒冷冬季应每天洗澡 1 次
 - B. 夏季洗澡频率可适当降低
 - C. 运动减少,洗澡频率可增加
 - D. 一般体质好者可适当减少洗澡
 - E. 身体虚弱者可适当减少洗澡
19. 误吸的正确应急处理是()。
- A. 督促老年人主动用力咳嗽
 - B. 保持呼吸道通畅
 - C. 使其弯腰低头,使头部保持在胸部水平或低于胸部水平
 - D. 严重者出现口唇、指甲青紫、面色青白等缺氧症状
 - E. 一手掌根部对准老年人肩胛区脊柱,用力连续 4~6 次急速拍击

20. 张先生,80岁,高血压30年,带有活动义齿。照护者指导其对义齿的护理中,错误的是()。

- A. 取下的义齿用冷水冲洗干净
- B. 老年人漱口后,协助将义齿戴回
- C. 用牙膏彻底清洗义齿
- D. 暂时不用的义齿可置于热水中浸泡
- E. 协助老年人戴义齿前,应先浸湿

21. 下列符合老年人排泄特点的是()。

- A. 肠蠕动增强
- B. 肛提肌肌力增强
- C. 肾脏逐渐萎缩
- D. 肾脏浓缩功能增强
- E. 膀胱排空能力增强

22. 老年人活动的目的,不包括()。

- A. 改善心肺功能
- B. 降低慢性病的发生
- C. 缓解紧张及忧郁的情绪
- D. 降低骨质密度,加固关节
- E. 提升自信心及生活质量

23. 老年人每天的排便时间应安排在()。

- A. 早餐后
- B. 午餐后
- C. 晚餐后
- D. 早起进餐前
- E. 晚上就寝前

24. 老年人活动的影响因素有()。

- A. 治疗性处置
- B. 药物影响
- C. 环境设施
- D. 照顾者特性
- E. 以上都是

25. 助行器的目的及适用范围()。

- A. 辅助身体残障者进行活动,以保障安全
- B. 辅助因疾病、高龄而行动不便者进行活动,以保障安全
- C. 安全移动老年人,增加老年人的活动范围,辅助老年人行走
- D. 适用于下肢肌力衰弱的老年人
- E. 以上都对

26. 紧急呼叫器应放置在()。

- A. 座便器侧边
- B. 浴室门上
- C. 喷淋设备旁
- D. 淋浴间隔断
- E. 盥洗台

27. 下列家务活动中活动所需能量最大的是()。

- A. 煮饭
- B. 扫地
- C. 吸尘
- D. 整理床褥
- E. 地板打蜡

28. 随着年龄的增加,可使提高睡眠质量的功能性储备减少的因素是()。

- A. 活动量增加
- B. 光照时间延长
- C. 唤醒阈值降低
- D. 昼夜节律改变
- E. 交感神经活动能力不变

29. 老年人使用枕头的适宜高度为()。

- A. <6 厘米
- B. 6~9 厘米
- C. 9~12 厘米
- D. 12~15 厘米
- E. >15 厘米

30. 睡眠效率是指()。

- A. 睡眠中觉醒时间占睡着时间的百分比
- B. 睡眠中深睡眠时间占总睡眠时间的百分比
- C. 睡眠中浅睡眠时间占总睡眠时间的百分比
- D. 睡眠中睡着时间占总卧床时间的百分比
- E. 睡眠中觉醒时间占总卧床时间的百分比

得 分	评卷人

二、问答题(从以下四个问答题中任选两题作答,每题 20 分,共 40 分,多答不给分)

- 31. 简述老年人睡眠的特点。
- 32. 简述老年人活动能力的评估内容。
- 33. 简述老年人饮食的选择原则。
- 34. 简述步行器使用的注意事项。

试卷代号:3737

国家开放大学2020年春季学期期末统一考试

老年生活照护 试题答案及评分标准(开卷)

(供参考)

2020年7月

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。

每小题2分,共60分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. D | 2. C | 3. D | 4. B | 5. A |
| 6. E | 7. C | 8. B | 9. D | 10. E |
| 11. E | 12. E | 13. D | 14. B | 15. C |
| 16. E | 17. A | 18. E | 19. E | 20. D |
| 21. C | 22. D | 23. A | 24. E | 25. E |
| 26. A | 27. E | 28. D | 29. B | 30. D |

二、问答题(从以下四个问答题中任选两题作答,每题20分,共40分,多答不给分)

31. 简述老年人睡眠的特点。

答:随着年龄的增长,老年人的正常睡眠已与青壮年时不同,老年人的睡眠特点有:

(1)由于生理节律改变的缘故,老年人在睡眠和觉醒方式上总体为早睡早起。(3分)

(2)老年人入睡前的觉醒期有所延长。(3分)

(3)睡眠中的醒来次数增加。(2分)

(4)老年人的睡眠程度浅,易唤醒,男性老年人深睡眠的消失要较女性老年人更早。(3分)

(5)睡眠效率(指睡眠中睡着时间占总卧床时间的百分比)随年龄增长而下降。(3分)

(6)老年人白天易困倦、打盹。(3分)

(7)睡眠中出现打鼾和睡眠呼吸暂停的几率增高。(3分)

32. 简述老年人活动能力的评估内容。

答:评估内容

(1)了解老年人的病史,评估其对活动的耐受力。(2分)

(2)收集老年人的用药情况,以了解老年人身体状况及应急处理。(4分)

(3)进行基本的身体检查,包括心血管系统、骨骼系统、神经系统,特别是老年人的协调情况及步态。(4分)

(4)评估老年人现存的活动能力。(2分)

(5)活动的设计应符合老年人的兴趣,而且是老年人力所能及的项目。(4分)

(6)与老年人共同制定活动目标,例如老年人希望的是恢复自我照顾能力,或是增加对活动的耐受力,以保证活动效果。(4分)

33. 简述老年人饮食的选择原则。

答:(1)少食多餐,晚餐宜少(5分)

(2)结构合理,平衡膳食(5分)

(3)粗细搭配,营养全面(5分)

(4)适度活动,能量平衡(5分)

34. 简述步行器使用的注意事项。

答:(1)步行器前移时,要保持背部挺直;不要站离步行器太靠后,要站在中间的框内;(4分)
如果使用步行器不是因为腿脚损伤,而是保持平衡,可以在保护框内按正常步态行走。(4分)

(2)如果患侧腿有石膏或者支具固定伸直位,可先上健侧腿;(4分)可以用步行器上下一两级台阶,但是不要上下楼梯,楼梯较窄容易造成步行器支撑不稳而摔倒。(4分)

(3)余同拐杖的使用。(4分)

试卷代号:3737

座位号

国家开放大学2020年春季学期期末统一考试

老年生活照护 试题(开卷)

2020年9月

题 号	一	二	三	总 分
分 数				

得 分	评卷人

一、单项选择题(从下列各题 5 个备选答案中选出一个正确答案,并
将其代号写在题后括号内。每小题 2 分,共 40 分)

1. 我国《老年人权益保障法》规定老年人的年龄下限是()。
- A. 50 岁

B. 55 岁

C. 60 岁

D. 65 岁

E. 70 岁
2. 为老年人穿脱衣裤时,下列说法正确的是()。
- A. 脱衣时先脱健侧

B. 脱衣时先脱患侧

C. 脱衣时先脱对侧

D. 穿衣时先穿健侧

E. 穿衣时先穿近侧
3. 李女士,75 岁,照护者小王对其及家属指导沐浴宣教时,下列宣教内容不妥的是()。
- A. 沐浴时应调节水温在 40~45℃

B. 应将浴室门闩好,以免他人进入

C. 沐浴时应穿防滑鞋

D. 饭后须过 1 小时才能进行沐浴

E. 不要用湿手接触电源开关
4. 以下哪种餐具中的硅酸铝在破碎后易转移到食物中来?()
- A. 铁质餐具

B. 木制餐具

C. 不锈钢餐具

D. 搪瓷餐具

E. 塑料餐具

5. 便于老年人安全进食的舒适坐姿是()。
- A. 上身坐正
B. 头往前微倾
C. 脚跟着地
D. 保持稳定的坐姿
E. 以上都对
6. 老年人安全而有效的排便姿势是()。
- A. 蹲位
B. 坐位
C. 中凹卧位
D. 去枕仰卧位
E. 屈膝仰卧位
7. 紧急呼叫器应放置在()。
- A. 座便器侧边
B. 浴室门上
C. 喷淋设备旁
D. 淋浴间隔断
E. 盥洗台
8. 下列家务活动中活动所需能量最大的是()。
- A. 煮饭
B. 扫地
C. 吸尘
D. 整理床褥
E. 地板打蜡
9. 老年人活动的最重要原则是()。
- A. 劳逸结合
B. 循序渐进
C. 保证安全
D. 时间得当
E. 持之以恒
10. 睡眠效率是指()。
- A. 睡眠中觉醒时间占睡着时间的百分比
B. 睡眠中深睡眠时间占总睡眠时间的百分比
C. 睡眠中浅睡眠时间占总睡眠时间的百分比
D. 睡眠中睡着时间占总卧床时间的百分比
E. 睡眠中觉醒时间占总卧床时间的百分比
11. 老年人生活照护的目标是()。
- A. 老年人心情愉悦
B. 老年人生活自理
C. 延长老年人寿命
D. 提高老年人的生活质量
E. 提高老年人对照护者的满意度

12. 下列不属于老年人皮肤评估内容的是()。
- A. 皮肤的颜色
 - B. 皮肤的温度
 - C. 皮肤的重量
 - D. 皮肤的弹性
 - E. 皮肤的完整性
13. 为老年人梳发,遇到打发打结梳不开时可采用湿润头发并协助疏通的溶液是()。
- A. 95%乙醇
 - B. 75%乙醇
 - C. 30%乙醇
 - D. 百部酊
 - E. 2%硼酸
14. 老年人饮食的选择中正确的一项是()。
- A. 易于消化吸收
 - B. 食物温度适宜
 - C. 食量要合理分配
 - D. 注意饮食卫生
 - E. 以上都对
15. 对于偏瘫老年人进食前评估内容中最重要的是()。
- A. 老年人哪侧肢体瘫痪
 - B. 偏瘫肢体肌力如何
 - C. 是否需要协助进餐
 - D. 进餐时应取什么体位
 - E. 进餐是否需要特殊餐具
16. 误吸的主要表现有()。
- A. 突然剧烈呛咳、气急
 - B. 继而出现喉鸣、吸气时呼吸困难、声音嘶哑等
 - C. 严重者出现口唇、指甲青紫、面色青白等缺氧症状
 - D. 会在数分钟内因窒息缺氧而死
 - E. 以上都对
17. 下列符合老年住宅卫生间空间设计原则的是()。
- A. 区分干湿区域
 - B. 湿区设置在门口
 - C. 干区设置在内侧
 - D. 选择内开门
 - E. 无需设置紧急呼叫装置
18. 甘油栓剂插入肛门的适宜距离是()。
- A. 1~2cm
 - B. 3~4cm
 - C. 6~7cm
 - D. 8~9cm
 - E. >10cm
19. 下列哪项不是瘫痪老年人常见的并发症?()
- A. 肢体废用性萎缩
 - B. 皮肤受压、压疮
 - C. 皮肤清洁干燥
 - D. 肺功能障碍
 - E. 肌力下降、肌肉萎缩、关节僵硬

20. 入睡前会影响老年人睡眠的不利因素不包括()。

- A. 睡前喝咖啡
- B. 睡前慢跑
- C. 睡前饱餐
- D. 睡前喝热牛奶
- E. 睡前打麻将

得 分	评卷人

二、判断题(每小题 2 分,共 20 分)

21. 照护是指全面或全方位的照料和护理,为一综合概念,指对因高龄、患病导致生活不能自理或只能半自理甚至生活不便的老年人的生活照顾和医疗护理。()

22. 老年人在活动过程中容易发生跌倒、心脑血管病变等意外事件;而不活动又易造成压疮、肺栓塞、肌挛缩、骨质疏松、便秘等合并症,这是老年护理中棘手的问题之一。()

23. 皮肤是人体最外层的器官,由表皮、真皮、皮下组织和毛发组成()。

24. 年迈者在夏季每周洗澡 1 次或 2 周 1 次即可,寒冷季节可适当增加,不宜过多。()

25. 老年人肝细胞数量减少、纤维组织增多,导致解毒能力和合成蛋白质能力下降,使血浆白蛋白减少,球蛋白相对增加,进而影响血浆胶体渗透压,致使组织液生成及回流障碍,故老年人易出现水肿。()

26. 便携式座便器也称座便椅,是供高龄老年人坐着上厕所使用的椅子,一款适合的座便器在老年人的生活中扮演了很重要的角色。()

27. 随着年龄的增长,老年人的输尿管平滑肌肌层变薄,支配肌肉活动的神经细胞也开始减少,输尿管的收缩功能下降。()

28. 活动可促进消化和吸收、改善机体新陈代谢及肝、肾功能。活动是维持正常血糖、血压、血脂的必要条件。另外,活动可以加强肌肉发育。()

29. 匹兹堡睡眠质量指数量表用于评定被试最近 1 个月的睡眠质量,由 19 个自评和 5 个他评条目构成,其中 18 个条目组成 7 个成分,每个成分按 0~3 级计分,累计各成分得分为总分,总分范围为 0~21,得分越高,表示睡眠质量越好。()

30. 睡前 6 小时忌饮浓茶、喝咖啡,浓茶、咖啡属刺激性饮料,含有能使精神亢奋的咖啡因等物质,睡前喝,易造成入睡困难;睡前 2 小时禁止吸烟。()

得 分	评卷人

三、问答题(每小题 20 分,共 40 分)

- 31. 简述老年人消化系统的特点。
- 32. 简述协助老年人正确刷牙的操作要点。

试卷代号:3737

国家开放大学2020年春季学期期末统一考试

老年生活照护 试题答案及评分标准(开卷)

(供参考)

2020年9月

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。

每小题2分,共40分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. C | 2. A | 3. B | 4. D | 5. E |
| 6. B | 7. A | 8. E | 9. C | 10. D |
| 11. D | 12. C | 13. C | 14. E | 15. D |
| 16. E | 17. A | 18. B | 19. C | 20. D |

二、判断题(每小题2分,共20分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 21. √ | 22. √ | 23. × | 24. × | 25. √ |
| 26. √ | 27. √ | 28. √ | 29. × | 30. × |

三、问答题(每小题20分,共40分)

31. 简述老年人消化系统的特點。

答:

- (1)牙齿松动、脱落(2分)
- (2)舌乳头上的味蕾数量的减少和萎缩(2分)
- (3)消化道黏膜萎缩、运动功能减退(2分)
- (4)消化腺体萎缩(2分)
- (5)肝细胞数量减少,肝功能改变(2分)
- (6)胰岛素分泌减少(2分)

随着年龄增大,人的身体机能老化是生命活动的必然规律,消化系统结构和功能的改变,导致老年人身体必需的营养素减少(4分),对糖、脂肪的动员能力降低,同时对脂肪的合成、降解能力不足,使脂肪在体内堆积,引起慢性病等,对老年人的健康造成极大的损害。(4分)

32. 简述协助老年人正确刷牙的操作要点。

答：

- (1) 照护者协助老年人取坐位,防水布平铺在老年人面前,放稳脸盆。(4分)
- (2) 照护者将牙膏挤在牙刷上,叮嘱老年人身体前倾,漱口后刷牙。(4分)
- (3) 应指导老年人刷牙采用竖刷法。(4分)
- (4) 刷牙时间不宜少于3分钟。(4分)
- (5) 照护者用毛巾擦干老年人口角水痕,整理床单位。(4分)

试卷代号:3737

座位号

国家开放大学2020年秋季学期期末统一考试

老年生活照护 试题(开卷)

2021年1月

题 号	一	二	三	总 分
分 数				

得 分	评卷人

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。每小题2分,共40分)

1. 轮椅的选择标准是()。
 - A. 靠背应到肩胛骨的位置
 - B. 扶手应在胳膊肘能自然弯曲的位置
 - C. 轮椅的驱动轮应在老年人能握住并使轮椅转动的位置
 - D. 座位的深度以坐下时后髋关节至腘窝之间的长度减去5cm
 - E. 以上都对
2. 使用步行器前移时,下列注意事项中不正确的是()。
 - A. 步行器前移时,要保持背部挺直
 - B. 可以使用步行器上下楼梯
 - C. 不要站离步行器太靠后,要站在中间的框内
 - D. 如果使用步行器目的是保持平衡,可以在保护框内按正常步态行走
 - E. 如果患侧腿有石膏或者支具固定伸直位,可先上健侧腿
3. 入睡前会影响老年人睡眠的不利因素不包括()。
 - A. 睡前喝咖啡
 - B. 睡前慢跑
 - C. 睡前饱餐
 - D. 睡前喝热牛奶
 - E. 睡前打麻将
4. 热水泡脚助眠适宜的水温范围是()。
 - A. 37℃左右
 - B. 40~50℃
 - C. 50~52℃
 - D. 52~55℃
 - E. 55~60℃

5. 老年人使用枕头的适宜高度为()。
 - A. <6 厘米
 - B. 6~9 厘米
 - C. 9~12 厘米
 - D. 12~15 厘米
 - E. >15 厘米
6. 照护者首先应具备的素质要求是()。
 - A. 具备尊老敬老、服务第一、无私奉献的精神
 - B. 具备照护的基本知识和基本技能
 - C. 具备对突发事件的应急处理能力
 - D. 具备风险管理能力
 - E. 具备观察能力
7. 下列属于老年人皮肤特点的是()。
 - A. 皮肤湿润
 - B. 弹性增加
 - C. 痛觉敏感
 - D. 角质层变脆
 - E. 皮脂分泌增多
8. 为女性老年人进行会阴部清洁的合理顺序是()。
 - A. 阴阜→近侧大阴唇→对侧大阴唇→对侧小阴唇→近侧小阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口
 - B. 阴阜→对侧大阴唇→近侧大阴唇→对侧小阴唇→近侧小阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口
 - C. 阴阜→近侧大阴唇→对侧大阴唇→近侧小阴唇→对侧小阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口
 - D. 阴阜→对侧大阴唇→近侧大阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口→对侧小阴唇→近侧小阴唇
 - E. 阴阜→近侧大阴唇→对侧大阴唇→阴蒂、尿道口、阴道口→近侧小阴唇→对侧小阴唇
9. 为老年人进行淋浴时,其适宜的时间是()。
 - A. 20 分钟以内
 - B. 20~30 分钟
 - C. 30~40 分钟
 - D. 40~50 分钟
 - E. 50~60 分钟
10. 以下哪种高度的餐桌适宜坐位时进食?()
 - A. 与剑突同水平
 - B. 与脐部同水平
 - C. 与臂弯同水平
 - D. 与餐椅高度差为 50 厘米
 - E. 以上都不对

11. 协助视觉障碍老年人喂食/水注意事项中,最重要的是()。
- 照护者不要站在光线与老年人之间
 - 鼓励有视觉障碍的老年人尽量使用残留视力
 - 征求老年人的意见,维护其自尊心
 - 进食前可事先让老年人闻一下气味,以促进其食欲
 - 以上都对
12. 浴缸外缘离地的合适距离是()。
- 小于 450mm
 - 450~600mm
 - 600~800mm
 - 800~1000mm
 - 大于 1000mm
13. 卧床老年人床上使用便盆/尿壶的适宜卧位是()。
- 屈膝仰卧,双腿分开
 - 去枕仰卧,双腿分开
 - 中凹卧位
 - 半坐卧位
 - 端坐卧位
14. 为老年人进行开塞露通便时,老年人应采取的卧位是()。
- 右侧卧位
 - 左侧卧位
 - 中凹卧位
 - 去枕仰卧位
 - 屈膝仰卧位
15. 导致老年人活动量减少的因素有()。
- 生理因素
 - 心理因素
 - 易跌倒
 - 照顾者因素
 - 以上都对
16. 搀扶老年时应注意安全、舒适,以下注意事项中不正确的是()。
- 搀扶时照顾者与老年人身体紧贴,一手扶住腋下,另一手紧握老年人手或肘部,勿需先进行负重练习
 - 搀扶前征得老年人的同意,维护老年人自尊自信
 - 运用人体力学原则
 - 握住老年人的力度要适中,动作自然轻柔,不可用力紧握
 - 老年人步行时,要跟随老年人节奏轻微向左右晃动,保持老年人自然步态
17. 以下哪种助行器适用于偏瘫老年人或用四脚手杖仍不够稳定的老年人?()
- 固定型步行器
 - 交互型步行器
 - 单侧步行器
 - 腋窝支持型步行器
 - 步行车

得 分	评卷人

三、问答题(每小题 20 分,共 40 分)

31. 简述皮肤评估的内容。
32. 简述老年人的饮食原则。

试卷代号:3737

国家开放大学2020年秋季学期期末统一考试

老年生活照护 试题答案及评分标准(开卷)

(供参考)

2021年1月

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。

每小题2分,共40分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. E | 2. B | 3. D | 4. B | 5. B |
| 6. A | 7. D | 8. B | 9. A | 10. B |
| 11. E | 12. A | 13. A | 14. B | 15. E |
| 16. A | 17. C | 18. B | 19. D | 20. C |

二、判断题(每小题2分,共20分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 21. √ | 22. √ | 23. × | 24. × | 25. × |
| 26. × | 27. √ | 28. × | 29. × | 30. × |

三、问答题(每小题20分,共40分)

31. 简述皮肤评估的内容。

答:照护者对老年人进行皮肤清洁时,通过望、触可对老年人皮肤的基本情况进行评估,其评估的重点内容包括如下(2分):

以下每个要点答对给3分,包括(1)颜色(2)温度(3)弹性(4)水肿(5)感觉(6)完整性和损伤

32. 简述老年人的饮食原则。

答:

- (1)少食多餐,晚餐宜少;(5分)
- (2)结构合理,平衡膳食;(5分)
- (3)粗细搭配,营养全面;(5分)
- (4)适度活动,能量平衡。(5分)

国家开放大学2022年春季学期期末统一考试

老年生活照护 试题(开卷)

2022年7月

题号	一	二	三	总分
分数				

得分	评卷人

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。每小题2分,共40分)

1. 老年人生活照护的目标是()。
- A. 老年人心情愉悦B. 老年人生活自理C. 延长老年人寿命D. 提高老年人的生活质量E. 提高老年人对照护者的满意度
2. 为老年人梳发,遇到打发打结梳不开时可采用湿润头发并协助疏通的溶液是()。
- A. 95%乙醇B. 75%乙醇C. 30%乙醇D. 百部酊E. 2%硼酸
3. 协助老年人漱口时,老年人应采取的适宜体位是()。
- A. 去枕仰卧位B. 头低足高位C. 屈膝仰卧位D. 中凹卧位E. 半坐卧位
4. 为老年人穿脱衣裤时,下列说法正确的是()。
- A. 脱衣时先脱健侧B. 脱衣时先脱患侧C. 脱衣时先脱对侧D. 穿衣时先穿健侧E. 穿衣时先穿近侧

5. 陈先生,65岁,因车祸至颈椎外伤,生活不能自理。为该老年人床上洗发时,错误的护理措施是()。

- A. 将小橡胶单及大毛巾垫于枕上B. 老年人侧卧,将衣领松开C. 洗发时注意保护老年人颈部位置D. 洗发过程中观察老年人面色E. 洗发后及时擦干头发

6. 老年人的饮食原则()。

- A. 少食多餐,晚餐宜少B. 结构合理,平衡膳食C. 粗细搭配,营养全面D. 适度活动,能量平衡E. 以上都对

7. 美国波士顿大学的一项研究表明,会增加晚期痴呆老年人食欲的餐具颜色是()。

- A. 白色B. 黄色C. 红色D. 彩色E. 单色

8. 坐位时进食适宜的餐桌高度为()。

- A. 与剑突同水平B. 与脐部同水平C. 与臂弯同水平D. 与锁骨同水平E. 与餐椅高度差为50厘米

9. 协助老年人移向床边,最重要的是()。

- A. 将老年人双手交叉置于腹部B. 照护者站在床侧,将枕头自头部下移至肩下与上背部,以抬高老年人C. 照护者一手伸入老年人腰下,另一手绕过老年人,双手环抱老年人,将老年人往床边挪D. 将床栏拉上,并将床头抬高60°E. 老年人坐起时,注意其安全,观察脸色脉搏、呼吸,并予以保暖

10. 误吸的正确应急处理是()。

- A. 督促老年人主动用力咳嗽B. 保持呼吸道通畅C. 使其弯腰低头,使头部保持在胸部水平或低于胸部水平D. 严重者出现口唇、指甲青紫、面色青白等缺氧症状E. 一手掌根部对准老年人肩胛区脊柱,用力连续4~6次急速拍击

11. 下列符合老年人住宅卫生间空间设计原则的是()。

- A. 区分干湿区域B. 湿区设置在门口C. 干区设置在内侧D. 选择内开门E. 无需设置紧急呼叫装置

12. 老年人住宅卫生间空间设计的最重要原则是()。
A. 舒适性原则
B. 生态性原则
C. 经济性原则
D. 安全性原则
E. 功能性原则
13. 为老年人清洁会阴部的适宜水温为()。
A. 24℃左右
B. 30℃左右
C. 37℃左右
D. 42℃左右
E. 50℃左右
14. 紧急呼叫器应放置在()。
A. 座便器侧边
B. 浴室门上
C. 喷淋设备旁
D. 淋浴间隔断
E. 盥洗台
15. 老年人活动的最重要原则是()。
A. 劳逸结合
B. 循序渐进
C. 保证安全
D. 时间得当
E. 持之以恒
16. 轮椅运送的目的及适用范围不正确的是()。
A. 护送不能行走但能坐起的老年人入院、出院、检查、治疗或室外活动
B. 护送体质较弱的老年人入院、出院、检查、治疗或室外活动
C. 帮助老年人下床活动,促进血液循环和体力恢复
D. 适用于因身体残障或疾病导致身体虚弱而不能行走的老年人或高龄老年人
E. 适用于严重的臀部压疮或骨盆骨折未愈合者
17. 协助老年人使用拐杖的评价指标中不包括()。
A. 老年人行进时,手、眼、步态协调,配合良好
B. 老年人未发生跌倒
C. 老年人未发生皮肤磨损
D. 协助老年人在湿滑的地面行走
E. 拐杖脚底衬垫完好;调整拐杖后,需将全部的螺钉拧紧
18. 老年人睡眠时穿衣的要求是()。
A. 粗纤维内衣
B. 紧身内衣
C. 保暖内衣
D. 宽松、柔软的内衣
E. 不穿内衣

19. 适宜老年人睡眠的环境声音宜控制在()。
- A. 30 分贝以内
B. 40~50 分贝之间
C. 55~60 分贝之间
D. 30~40 分贝之间
E. 50 分贝以内
20. 睡眠效率是指()。
- A. 睡眠中觉醒时间占睡着时间的百分比
B. 睡眠中深睡眠时间占总睡眠时间的百分比
C. 睡眠中浅睡眠时间占总睡眠时间的百分比
D. 睡眠中睡着时间占总卧床时间的百分比
E. 睡眠中觉醒时间占总卧床时间的百分比

得 分	评卷人

二、是非判断题(正确打√,错误打×,每小题2分,共20分)

21. 老年人牙齿松动脱落,饮食习惯改变,进食量减少;饮食过于粗糙,食物中纤维素含量多,不能对胃肠道产生有效的刺激;胃—结肠反射减弱及肠内压不足,排便反射减弱;从而导致排便困难和便秘。()
22. 长期不活动可能会导致肌肉实质减少、肌张力下降、关节萎缩等现象,而保持正常的活动不仅能增加肌肉活动耐力和身体的灵活性。并且能避免骨质疏松,增强关节灵活度,起到治愈老年性关节炎发生的作用。()
23. Barthel 指数评定量表,评分标准是 3=生活自理 :100 分,日常生活活动能力良好,不需他人帮助。()
24. 良好的睡眠能够帮助消除疲劳、延缓衰老,有助于老年人的健康和长寿。如果睡眠不足、质量不高或不规律,就会使机体处于疲劳状态,人体免疫功能下降,神经内分泌系统紊乱,并且会导致肥胖、糖尿病和心脏病等疾患。()
25. 匹兹堡睡眠质量指数量表用于评定被试最近 1 个月的睡眠质量,由 19 个自评和 5 个他评条目构成,其中 18 个条目组成 7 个成分,每个成分按 0~3 级计分,累计各成分得分为总分,总分范围为 0~21,得分越高,表示睡眠质量越好。()
26. 随着年龄的增长,老年人的输尿管平滑肌肌层变薄,支配肌肉活动的神经细胞也开始减少,输尿管的收缩功能下降。()
27. 一般而言,90 岁以上的老年人平均每天睡眠时间以 8 小时左右为宜。()
28. 老年人每日每千克体重需要供给蛋白质 1.0~1.5g,不应少于 0.7g。()
29. 对于患病的老年人,做力所能及的活动可以增强自我照护的能力,提高生活品质。()
30. 活动可促进消化和吸收、改善机体新陈代谢及肝、肾功能。活动是维持正常血糖、血压、血脂的必要条件。另外,活动可以加强肌肉发育。()

得 分	评卷人

三、问答题(每小题 20 分,共 40 分)

31. 简述皮肤评估的内容。

32. 简述老年人消化系统的特点。

试卷代号:3737

2022年春季学期考试
老年生活照护 参考答案(开卷)

2022年7月

一、单项选择题(从下列各题5个备选答案中选出一个正确答案,并将其代号写在题后括号内。每小题2分,共40分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. D | 2. C | 3. E | 4. A | 5. B |
| 6. E | 7. D | 8. B | 9. E | 10. E |
| 11. A | 12. D | 13. C | 14. A | 15. C |
| 16. E | 17. D | 18. D | 19. A | 20. D |

二、是非判断题(正确打√,错误打×,每小题2分,共20分)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 21. × | 22. × | 23. × | 24. √ | 25. × |
| 26. √ | 27. × | 28. √ | 29. √ | 30. √ |

三、问答题(每小题20分,共40分)

31. 简述皮肤评估的内容。

答:照护者对老年人进行皮肤清洁时,通过望、触可对老年人皮肤的基本情况进行评估,其评估的重点内容包括如下(2分):

以下每个要点答对给3分,包括(1)颜色;(2)温度;(3)弹性;(4)水肿;(5)感觉;(6)完整性和损伤。

32. 简述老年人消化系统的特点。

答:(1)牙齿松动、脱落;(2分)

(2)舌乳头上的味蕾数量的减少和萎缩;(2分)

(3)消化道黏膜萎缩、运动功能减退;(2分)

(4)消化腺体萎缩;(2分)

(5)肝细胞数量减少,肝功能改变;(2分)

(6)胰岛素分泌减少。(2分)

随着年龄增大,人的身体机能老化是生命活动的必然规律,消化系统结构和功能的改变,导致老年人身体必需的营养素减少(4分),对糖、脂肪的动员能力降低,同时对脂肪的合成、降解能力不足,使脂肪在体内堆积,引起慢性病等,对老年人的健康造成极大的损害。(4分)

试卷代号:23737

座位号

国家开放大学2023年秋季学期期末统一考试

老年生活照护 试题(开卷)

2024 年 1 月

注意事项:

- 1. 将你的学号、姓名及考点名称填写在试题和答题纸的规定栏内。考试结束后,把试题和答题纸放在桌上。试题和答题纸均不得带出考场。待监考人员收完试题和答题纸后方可离开考场。
- 2. 仔细阅读题目的说明,并按题目要求答题。所有答案必须写在答题纸的指定位置上,写在试题上的答案无效。
- 3. 用蓝、黑圆珠笔或钢笔(含签字笔)答题,使用铅笔答题无效。

一、单项选择题(从下列各题 5 个备选答案中选出一个正确答案,每小题 2 分,共 40 分)

- 1. 导致老年人活动量减少的因素有()。
 - A. 生理因素
 - B. 心理因素
 - C. 易跌倒
 - D. 照顾者因素
 - E. 以上都对
- 2. 搀扶老年时应注意安全、舒适,以下注意事项中不正确的是()。
 - A. 搀扶时照顾者与老年人身体紧贴,一手扶住腋下,另一手紧握老年人手或肘部,勿需先进行负重练习
 - B. 搀扶前征得老年人的同意,维护老年人自尊自信
 - C. 运用人体力学原则
 - D. 握住老年人的力度要适中,动作自然轻柔,不可用力紧握
 - E. 老年人步行时,要跟随老年人节奏轻微向左右晃动,保持老年人自然步态
- 3. 以下助行器适用于偏瘫老年人或用四脚手杖仍不够稳定的老年人的是()。
 - A. 固定型步行器
 - B. 交互型步行器
 - C. 单侧步行器
 - D. 腋窝支持型步行器
 - E. 步行车

- 4. 下列属于老年人睡眠特点的是()。
 - A. 深睡眠增多
 - B. 深睡眠减少
 - C. 觉醒减少
 - D. 浅睡减少
 - E. 睡眠连续
- 5. 老年人睡眠时穿衣的要求是()。
 - A. 粗纤维内衣
 - B. 紧身内衣
 - C. 保暖内衣
 - D. 宽松、柔软的内衣
 - E. 不穿内衣
- 6. 轮椅进食的注意事项中哪项是错误的()。
 - A. 轮椅勿碰触餐桌、食物等,以免引起老年人擦伤、碰伤
 - B. 进食时轮椅固定良好,保证老年人安全
 - C. 照护者运用节力原则,保证老年人以及自身安全保持稳定的坐姿
 - D. 轮椅进食无需固定脚刹,便于老年人来回移动
 - E. 以上都对
- 7. 协助视觉障碍老年人喂食/水注意事项中,最重要的是()。
 - A. 照护者不要站在光线与老年人之间
 - B. 鼓励有视觉障碍的老年人尽量使用残留视力
 - C. 征求老年人的意见,维护其自尊心
 - D. 进食前可事先让老年人闻一下气味,以促进其食欲
 - E. 以上都对
- 8. 浴缸外缘离地的合适距离()。
 - A. 小于 450mm
 - B. 450~600mm
 - C. 600~800mm
 - D. 800~1000mm
 - E. 大于 1000mm
- 9. 卧床老年人床上使用便盆/尿壶的适宜卧位是()。
 - A. 屈膝仰卧,双腿分开
 - B. 去枕仰卧,双腿分开
 - C. 中凹卧位
 - D. 半坐卧位
 - E. 端坐卧位
- 10. 为老年人进行开塞露通便时,老年人应采取的卧位是()。
 - A. 右侧卧位
 - B. 左侧卧位
 - C. 中凹卧位
 - D. 去枕仰卧位
 - E. 屈膝仰卧位

11. 协助老年人移向床边,最重要的是()。
- A. 将老年人双手交叉置于腹部
B. 照护者站在床侧,将枕头自头部下移至肩下与上背部,以抬高老年人
C. 照护者一手伸入老年人腰下,另一手绕过老年人,双手环抱老年人,将老年人往床边挪
D. 将床栏拉上,并将床头抬高 60 度
E. 老年人坐起时,注意其安全,观察脸色脉搏、呼吸,并予以保暖
12. 老年人每天的排便时间应安排在()。
- A. 早餐后
B. 午餐后
C. 晚餐后
D. 早起进餐前
E. 晚上就寝前
13. 老年人安全而有效的排便姿势是()。
- A. 蹲位
B. 坐位
C. 中凹卧位
D. 去枕仰卧位
E. 屈膝仰卧位
14. 将纸尿裤垫入老年人臀下的正确方法是()。
- A. 从身体左侧垫入
B. 从身体右侧垫入
C. 从会阴部由后往前垫入
D. 从会阴部由前往后垫入
E. 完全抬起老年人身体后放入
15. 紧急呼叫器应放置在()。
- A. 座便器侧边
B. 浴室门上
C. 喷淋设备旁
D. 淋浴间隔断
E. 盥洗台
16. 老年人在睡眠和觉醒方式上为()。
- A. 早睡早起
B. 晚睡早起
C. 早睡晚起
D. 睡眠时间缩短
E. 睡眠时间延长
17. 健康状态的老年人每人要求的睡眠时间是()。
- A. 6 小时
B. 7 小时
C. 8 小时
D. 9 小时
E. 10 小时

18. 协助老年人使用拐杖的评价指标中不包括()。
- A. 老年人行进时,手、眼、步态协调,配合良好
B. 老年人未发生跌倒
C. 老年人未发生皮肤磨损
D. 协助老年人在湿滑的地面行走
E. 拐杖脚底衬垫完好;调整拐杖后,需将全部的螺钉拧紧
19. 老年人使用枕头的适宜高度为()。
- A. <6 厘米
B. 6~9 厘米
C. 9~12 厘米
D. 12~15 厘米
E. >15 厘米
20. 适宜老年人睡眠的环境声音宜控制在()。
- A. 30 分贝以内
B. 40~50 分贝之间
C. 55~60 分贝之间
D. 30~40 分贝之间
E. 50 分贝以内

二、判断题(正确的打“√”,错误的打“×”,每小题 2 分,共 20 分)

21. 照护的主要模式按照场所可以分为三类:家庭照护、集中机构照护、社区照护。()
22. 皮肤覆盖全身,具有保护机体、调节体温、感觉、分泌及吸收等功能。()
23. 老年人对糖、脂肪的动员能力降低,同时对脂肪的合成能力提高、降解能力不足,使脂肪在体内堆积。()
24. 老年人肝细胞数量减少、纤维组织增多,导致解毒能力和合成蛋白质能力下降,使球蛋白减少,血浆白蛋白相对增加,进而影响血浆胶体渗透压,致使组织液生成及回流障碍,故老年人易出现水肿。()
25. 失水 10%即可威胁人的生命。()
26. 随着年龄的增长,老年人的输尿管平滑肌肌层变厚,支配肌肉活动的神经细胞也开始增多,输尿管的收缩功能下降。()
27. 长期不活动可能会导致肌肉实质减少、肌张力下降、关节萎缩等现象,而保持正常的活动不仅能增加肌肉活动耐力和身体的灵活性,并且能延缓骨质疏松,增强关节灵活度,起到预防和减少老年性关节炎发生的作用。()
28. 日常生活能力量表总分高于 16 分,为完全正常。()
29. 老年人的睡眠时间,一般而言,90 岁以上的老年人平均每天睡眠时间以 8 小时左右为宜。()
30. 睡前 6 小时忌饮浓茶、喝咖啡,浓茶、咖啡属刺激性饮料,含有能使精神亢奋的咖啡因等物质,睡前喝,易造成入睡困难,睡前 2 小时禁止吸烟。()

三、问答题(每小题 20 分,共 40 分)

31. 简述常见的促进老年人睡眠的方法。
32. 简述老年人的饮食原则。

试卷代号:23737

国家开放大学2023年秋季学期期末统一考试

老年生活照护 试题答案及评分标准(开卷)

(供参考)

2024 年 1 月

一、单项选择题(从下列各题 5 个备选答案中选出一个正确答案,每小题 2 分,共 40 分)

1. E

2. A

3. C

4. B

5. D
6. D

7. E

8. A

9. A

10. B
11. E

12. A

13. B

14. D

15. A
16. A

17. C

18. D

19. B

20. A

二、判断题(正确的打“√”,错误的打“×”,每小题 2 分,共 20 分)

21. √

22. √

23. ×

24. ×

25. ×
26. ×

27. √

28. ×

29. ×

30. ×

三、问答题(每小题 20 分,共 40 分)

31. 简述常见的促进老年人睡眠的方法。

答:

(1)调整睡前身心状态(6 分)

(2)创造安静、舒适的睡眠环境(8 分)

(3)采取正确的睡眠姿势(6 分)
32. 简述老年人的饮食原则。

答:

(1)少食多餐,晚餐宜少(5 分)

(2)结构合理,平衡膳食(5 分)

(3)粗细搭配,营养全面(5 分)

(4)适度活动,能量平衡(5 分)
- (23737 号)老年生活照护答案第 1 页(共 1 页)