

国开电大 2025《11121 健康教育与健康促进》期末考试题库小抄（按字母排版）  
总题量（501）：单选题（307）多选题（11）判断题（15）填空题（34）主观题（134）

单选题（307）微信号：zydz\_9527

1. DOTS疗法适用于（）答案：结核病患者
2. KAP问卷的内容通常不包括（）答案：健康状况信息
3. PRECEDE-PROCEED模式中，行为诊断的最终目的是（）答案：确定优先干预的行为
4. PRECEDE-PROCEED模式中，流行病学诊断的核心内容是评估人群的（）答案：健康状况
5. PRECEDE-PROCEED模式中，社会学诊断的核心内容不包括（）答案：卫生服务状况
6. PRECEDE-PROCEED模式中，社会学诊断的核心内容是（）答案：人群生活质量
7. PRECEDE-PROCEED模式中，用于确定健康相

- 关行为影响因素的诊断是（）答案：教育诊断
8. PROCEDE~PROCEED模式中，确定行为问题重要性的指标是（）答案：行为与健康问题关系密切
9. RECODE-PROCEED模式中，社会学诊断的核心内容是（）答案：人群生活质量
10. [A]按传播的规模分，人类的传播活动不包括（）答案：上下传播
11. [A]案例分析适用于培训（）。答案：决策技能
12. [A]按照传播中主客体关系的不同及其特征将传播活动分类时，不包括的传播形式是（）答案：上下传播
13. [B]帮助求询者认识到自身心理的不适与情绪障碍，产生认识飞跃属于心理咨询手段中的（）答案：领悟
14. [B]不属于随机抽样方法的是（）答案：方便抽样
15. [B]不属于职业人群健康教育内容的是（）。答案：改善劳动生产环境
16. [B]不属于职业人群一般健康教育内容的是（）。答案：心理教育
17. [“]“察觉到自己患有某种疾病时去医院看病”属于促进健康行为中的（）答案：求医行为
18. [C]成瘾性行为的形成过程不包括（）。答案：准备阶段
19. [C]传播材料预试验的次数取决于（）答案：初稿的质量和前一次预试验中发现问题的大小与多少
20. [C]传播活动按照主客体关系分类时，不包括的传播形式是（）。答案：上下传播
21. [C]传播者以双方能力理解的语言和能够接受的方式，使对方理解所传递的信息，产生兴趣和共鸣，体现了人际传播技巧中的（）答案：说话技巧
22. [C]从健康传播效果的层次看，以下表述属于态度转变的是（）答案：反对家人或他人在自己身边吸烟
23. [C]从提高健康传播效果的对策看，以下表述属于改善传播者因素的是（）答案：请群众信赖的医学专家讲课
24. [C]从提高健康传播效果的对策看，以下表述属于改善信息因素的是（）答案：采用通俗易懂的文字表达传播内容
25. [C]促进健康行为不包括（）。答案：习得性
26. [C]促进健康行为的特点不包括（）答案：习得性
27. [D]当健康教育项目实施周期短，人、财、物力也不充裕时，应选择何种评价方案（）答案：不设对照组的前后测试
28. [“]“到2003年使某工厂30%的吸烟者戒烟”属于健康教育计划目标中的（）答案：行为目标
29. [“]“到2005年使某县居民户合格碘盐食用率达到80%”属于健康教育计划目标中的（）答案：行为目标
30. [“]“到2008年，使某县居民艾滋病知识知晓率达到75%”属于健康教育计划目标中的（）答案：教育目标
31. [“]“到2013年，使项目地区95%以上的孕产妇了解住院分娩的意义”属于健康教育计划目标中的（）答案：教育目标
32. [“]“到2015年，使某社区35岁以上居民首诊测血压的比例达到90%”属于健康教育计划目标中的（）答案：行为目标
33. [“]“到2015年使某县居民户合格碘盐食用率达到95%”属于健康教育计划目标中的（）答案：行为目标
34. [“]“到未来某年，使某社区35岁以上居民首诊测血压的比例达到90%”，属于健康教育与健康促进计划目标中的（）。答案：行为目标
35. [D]定量调查最常见的测量工具为（）答案：问卷（如KAP问卷）
36. [D]定性调查最常见的测量工具为（）。答案：提纲
37. [D]对AIDS/HIV感染者歧视是一种（）。答案：社会性危险因素
38. [D]对AIDS/HIV者歧视是（）答案：社会性危险因素
39. [D]对AIDS/HIV者歧视是一种（）。答案：社会性危险因素
40. [D]对干预组和非随机对照组进行干预前后比较，是健康教育效果定量评价方法中的（）答案：非等同比较组设计
41. [D]对工作场所健康促进案例的描述，不正确的是（）。答案：硬件条件较好
42. [D]对老年人开展健康教育的最佳场所是（）答案：社区
43. [D]对门诊病人进行健康教育的形式通常不包括（）。答案：随访教育
44. [D]对普通公众开展结核病防治健康教育重点内容是（）答案：结核病的基本知识及可疑症状时及时就诊
45. [D]对普通公众开展结核病防治健康教育的重点内容是（）答案：发生结核病可疑症状时及时就诊
46. [D]对普通公众开展结核病防治健康教育重点内容是（）。答案：结核病的基本知识及可疑症状时及时就诊
47. [D]对“全国亿万农民健康促进行动”专题广播节目的收听率进行调查，属于健康教育与健康促进计划的（）。答案：过程评价
48. [“]“对行为强度有理性控制，无明显冲动表现”，属于促进健康行为基本特征中的（）答案：适宜性
49. [F]非等同比较组的评价方案不能克服下列哪种影响评价的因素（）答案：选择因素
50. [F]非等同比较组的评价方案无法克服的影响评价的因素是（）。答案：选择偏倚
51. [F]非等同比较组设计的评价方案的不足是

- ( ) 答案：可能出现选择偏倚
52. [F] 非等同比较组设计的特点是 ( ) 答案：设立非随机对照组
53. [F] 肥胖症发生的因素不包括 ( ) 答案：工作环境因素
54. [F] 肥胖症发生的主要因素不包括 ( ) 答案：工作环境因素
55. [“] “干预活动暴露率”属于下列哪类评价中的指标 ( ) 答案：过程评价
56. [“] “干预活动覆盖率”属于 ( ) 答案：过程评价指标
57. [G] 高血压病的家族聚集现象体现了影响健康的 ( ) 答案：生物学因素
58. [G] 高血压病患者遵从医嘱服药的强化因素是 ( ) 答案：患者感到按医嘱服药后血压得到了有效控制
59. [G] 高血压病患者遵从医嘱服药的倾向因素是 ( ) 答案：患者知晓服药能有效控制血压
60. [G] 个人深入访谈的优点不包括 ( ) 答案：能在较短的时间内获得大量信息
61. [“] “个人外在行为表现与内在心理情绪没有冲突”，体现了促进健康行为特征中的 ( ) 答案：一致性
62. [G] 个体行为矫正技术不包括 ( ) 答案：化疗法
63. [G] 根据PRECEDE模式，健康教育诊断首要步骤应为 ( ) 答案：社会诊断
64. [G] 根据健康促进产出模式，健康教育的直接产出是 ( ) 答案：健康素养
65. [G] 工作场所健康促进案例中，员工患慢病最高的是 ( ) 答案：高血压
66. [G] 工作场所健康促进案例中，员工获取健康知识最主要的途径是 ( ) 答案：电视
67. [G] 关于健康教育，正确的描述是 ( ) 答案：健康教育是有计划、有组织、有评价的教育活动
68. [G] 关于评价，不正确的描述是 ( ) 答案：评价是项目的最后一项工作
69. [G] 关于评价，不正确的描述是 ( ) 答案：评价是项目的最后一项工作
70. [G] 关于评价哪一种说法正确 ( ) 答案：评价贯穿于计划的始终
71. [G] 关于评价，下列描述中不正确的是 ( ) 答案：评价分为过程评价和效果评价两类
72. [G] 关于卫生宣传与健康教育关系的表述，不正确的是 ( ) 答案：卫生宣传是有计划、有组织、有评价的活动过程
73. [G] 关于学校健康促进的任务不包括 ( ) 答案：确定社区卫生服务内容
74. [G] 关于“知-信-行”理论，下列表述不正确的是 ( ) 答案：卫生知识增加必然导致行为改变
75. [G] 关于“知-信-行”理论，下列表述不正确的是 ( ) 答案：卫生知识增加必然导致行为改变
76. [G] 过程评价用于评估 ( ) 答案：计划活动数量及质量
77. [G] 过程评价主要用于评估 ( ) 答案：计划活动数量及质量
78. [H] 护理人员职业危害通常不包括 ( ) 答案：生理危害
79. [H] 患者健康教育的形式不包括 ( ) 答案：继续教育
80. [H] 患者教育的程序，不包括： ( ) 答案：对项目实施人员培训
81. [“] “积极改进生产工艺，减少噪音污染”属于促进健康行为中的 ( ) 答案：避免有害环境行为
82. [J] 积极组织社区活动，发动群众参与，属于健康教育干预策略中的 ( ) 答案：组织方法
83. [J] 急性呼吸道感染和腹泻，是导致农村5岁以下儿童死亡的主要原因，为降低其死亡率而进行的健康教育项目的一级目标人群是 ( ) 答案：婴幼儿母亲
84. [J] 急性呼吸道感染和腹泻是导致农村5岁以下儿童死亡的主要原因，为降低其死亡率而进行的健康教育项目的一级目标人群是 ( ) 答案：婴幼儿母亲
85. [“] “驾车时使用安全带”属于促进健康行为中的 ( ) 答案：预警行为
86. [“] “驾驶机动车时使用安全带”属于促进健康行为中的 ( ) 答案：预警行为
87. [J] 健康促进倡导策略的目标人群是 ( ) 答案：决策者
88. [J] 健康促进的核心策略为 ( ) 答案：社会动员
89. [J] 健康促进的基本策略不包括 ( ) 答案：沟通
90. [J] 健康促进项目工作者在评价中可能出现评定错误，可以克服这种影响评价的因素的是 ( ) 答案：培训项目工作人员
91. [J] 健康教育KAP问卷质量的高低，对调查结果的真实性、适用性等有决定作用，反应问卷质量的指标是 ( ) 答案：效度
92. [J] 健康教育KAP问卷质量的高低对调查结果的真实性、适用性等有决定作用，反应问卷质量的指标是 ( ) 答案：效度
93. [J] 健康教育的核心是 ( ) 答案：改变人群的健康相关行为
94. [J] 健康教育计划实施的质量控制内容中不包括 ( ) 答案：对设备维护情况的监测
95. [J] 健康教育计划实施的质量控制内容中一般不包括 ( ) 答案：对人群知信行的监测
96. [J] 健康教育/健康促进计划的过程评价贯穿于 ( ) 答案：计划实施阶段
97. [J] 健康教育/健康促进计划的评价贯穿于 ( ) 答案：项目的全过程
98. [J] 健康教育与健康促进的目的在于 ( ) 答案：形成有益于健康的行为
99. [J] 健康教育中常见的人际传播形式不包括 ( ) 答案：放录像
100. [J] 健康教育中的教育内容属于五要素传播中的 ( ) 答案：信息
101. [J] 健康相关行为是指 ( ) 答案：与健康和疾病有关的行为
102. [J] 健康相关行为是指 ( ) 答案：与健康和疾病有关的行为
103. [J] 健康状况指标，发病率、死亡率等属于 ( ) 答案：结局评价指标
104. [J] 健康状况指标，如发病率、死亡率等属于 ( ) 答案：结局评价指标
105. [J] 健康咨询的第一步通常是 ( ) 答案：评估
106. [J] 健康咨询的第一步通常是 ( ) 答案：评估
107. [J] 结局评价的主要内容是 ( ) 答案：人群健康状况乃至生活质量的变化情况
108. [J] 进行评价的前提是 ( ) 答案：确定价值标准
109. [J] 进行乙肝预防时，最有效的预防方式应是 ( ) 答案：接种疫苗
110. [J] 进行组织内分析，了解组织的实践经验、应变能力和资源属于下列哪步诊断的范畴 ( ) 答案：管理与政策诊断
111. [J] 角色扮演适用于培训中 ( ) 答案：学习沟通技能
112. [J] 角色扮演最适用于培训中 ( ) 答案：学习沟通技能
113. [K] 开展多种形式的交流活动，融洽师生关系，属于学校健康社会环境的 ( ) 答案：人际环境
114. [K] 开展社区预防慢性非传染性疾病的健康教育，从健康传播效果的层次看，以下表述属于健康信念认同的是 ( ) 答案：相信合理膳食有利于防病
115. [K] 开展社区预防慢性非传染性疾病的健康教育，从健康传播效果的层次看，以下表述属于态度向有利于健康转变的是 ( ) 答案：愿意

## 接受健康指导

116. [K] 开展烟草控制的策略不包括（ ）。  
答案：提高香烟质量

117. [K] 可用于克服健康促进项目工作者在评价中对目标人群的诱导与暗示的方法是（ ）。  
答案：培训项目工作人员

118. [K] 可用于克服健康促进项目中目标人群失访影响的方法是（ ）。  
答案：增加调查对象人数

119. [L] 拉斯韦尔“五因素”传播模式的正确表述是（ ）。  
答案：传播者—信息—媒介—受传者—效果

120. [L] 拉斯韦尔五因素传播模式中的要素不包括（ ）。  
答案：反馈

121. [L] 老师要求学生遵守校纪校规、杜绝吸烟行为，属于影响行为形成因素中的（ ）。  
答案：强迫模仿学习

122. [L] 了解个体或群体存在哪些健康问题，属于需求评估的（ ）。  
答案：健康状况评估

123. [L] 了解实施健康教育干预后高血压患者血压控制情况，需要进行（ ）。  
答案：结局评价

124. [L] 流行病学诊断的核心内容是评估人群的（ ）。  
答案：健康状况

125. [L] 流行病学诊断的主要内容是（ ）。  
答案：描述人群的健康状况

126. [M] 描述人群的主要健康问题以及确定需要优先解决的健康问题，需要进行（ ）。  
答案：流行病学诊断

127. [M] 某妇幼保健院通过开办健康教育学校，给新婚夫妇和孕妇讲解母乳喂养的好处。根据健康信念模式，这是为了使她们知觉到（ ）。  
答案：行为的益处

128. [M] 某人得知好友在体检中被查出高血脂后，积极改善自己的饮食习惯，体现健康信念模式中影响其行为的因素是（ ）。  
答案：提示因素

129. [M] 某人得知好友在体检中被查出高血脂后，积极改善自己的饮食习惯，体现了健康信

念模式中对其行为影响的因素是（ ）。  
答案：看病属于（ ）。  
答案：求医行为  
提示因素

130. [M] 某人得知好友在体检中被查出高血脂后，积极改善自己的饮食习惯，体现了健康信念模式中哪个因素对其行为的影响（ ）。  
答案：提示因素

131. [“] “某人得知好友在体检中被查出高血脂后，积极改善自己的饮食习惯预防高血脂”，属于健康信念模式中（ ）。  
答案：提示因素

132. [M] 某人得知好友在体检中被查出高血脂后，积极改善自己的饮食习惯预防高血脂，体现了健康信念模式中哪个因素对其行为的影响（ ）。  
答案：提示因素

133. [M] 某吸烟者向同事宣布自己从下周开始戒烟，按照行为改变的阶段理论，该吸烟者属于行为改变阶段中的（ ）。  
答案：准备阶段

134. [M] 某吸烟者已经戒烟一年，按照行为改变的阶段理论，该吸烟者属于行为改变阶段中的（ ）。  
答案：维持阶段

135. [M] 某校控制学生吸烟活动中要求教师和家长也不吸烟，这属于（ ）。  
答案：环境策略

136. [M] 目前用于预防的肝炎疫苗有（ ）。  
答案：2种

137. [P] 评价农村妇女生殖道感染发病率的变化，属于（ ）。  
答案：结局评价

138. [P] 评价农村妇女生殖道感染发病率的变化，需要进行（ ）。  
答案：结局评价

139. [P] 评价农村孕产妇死亡率的变化，需要进行（ ）。  
答案：结局评价

140. [P] 评价小学生寄生虫感染率的变化，需进行（ ）。  
答案：结局评价

141. [Q] 确定与健康问题相关的行为问题是什么，属于（ ）。  
答案：健康相关行为评估

142. [R] 人察觉到自己患有某种疾病时去医院看病属于（ ）。  
答案：求医行为

143. [R] 人察觉到自己患有某种疾病时去医院看病属于（ ）。  
答案：求医行为

C指（ ）。  
答案：控制实施质量

159. [S] 实施母乳喂养的促成因素是（ ）。  
答案：母亲有较长的产假可以进行母乳喂养

160. [S] 实施母乳喂养的促成因素是（ ）。  
答案：母亲有较长的产假可以进行母乳喂养

161. [S] 实施母乳喂养的倾向因素是（ ）。  
答案：母亲了解母乳喂养的好处

162. [“] “使某社区35岁以上居民首诊测血压的比例2005年达到90%”属于健康教育计划目标中的（ ）。  
答案：行为目标

163. [“] “使某社区35岁以上居民首诊测血压的比例2008年达到90%”属于健康教育计划目标中的（ ）。  
答案：行为目标

164. [“] “使某县孕产妇住院分娩率在2003年达到70%”属于健康教育计划目标中的（ ）。  
答案：行为目标

165. [“] “使孕产妇住院分娩率在2010年达到90%”缺少了计划具体目标中的（ ）。  
答案：范围

166. [S] 世界卫生组织体力活动推荐量中的“轻到中等强度”可（ ）。  
答案：有益健康

167. [S] 世界卫生组织体力活动推荐量中，“轻到中等强度”可（ ）。  
答案：有益健康

168. [S] 首届国际健康促进大会通过的《渥太华宣言》中，健康促进的5个主要活动领域不包括（ ）。  
答案：开展疾病控制

169. [S] 属于艾滋病预防健康教育重点人群的是（ ）。  
答案：流动人口

170. [S] 属于艾滋病预防健康教育重点人群的是（ ）。  
答案：流动人口

171. [S] 属于农村群体卫生行为的是（ ）。  
答案：居室整洁通风

172. [S] 属于学校健康促进一级目标人群的是（ ）。  
答案：学生

173. [S] 随机抽样的优点不包括（ ）。  
答案：方便操作

174. [T] 糖尿病患者控制饮食的强化因素是（ ）。  
答案：患者体会到控制饮食后健康的改善

175. [“】“提供健康信息，帮助社区居民增加合理利用卫生服务能力，支持个人和社会发展”，体现了健康促进五大领域中的（）。答案：发展个人技能
176. [T]体现医院健康教育是医疗服务的组成部分和有效治疗手段的是（）。答案：患者遵从医嘱服药，定期复诊
177. [“】“体现预防为主的思想，增加公共卫生投入”属于健康促进五大领域中的（）。答案：调整卫生服务方向
178. [T]体重超重指的是体重指数（BMI）为（）。答案：24~27.9
180. [T]同伴教育属于（）。答案：自我传播
181. [T]突发公共卫生事件的特点不包括（）。答案：不存在共同原因
182. [T]突发公共卫生事件健康教育与健康促进策略不包括（）。答案：开展大众预防性用药
183. [W]为扩大影响，集中解决一部分人共同存在的心理问题，可以采用（）。答案：团体咨询
184. [W]为了解健康教育与健康促进计划对目标人群知识和态度的影响，需要进行（）。答案：效应评价
185. [W]为了了解健康教育与健康促进计划对目标人群知识和态度的影响，我们需要进行（）。答案：效应评价
186. [W]为了使健康教育与健康促进计划更符合目标人群的实际情况，保障计划的科学性与合理性，我们需要进行（）。答案：形成评价
187. [W]为贫困地区减免住院分娩费用，属于（）。答案：政策倡导策略
188. [W]为社区居民讲授糖尿病防治有关知识，属于（）。答案：健康教育策略
189. [W]卫生宣传、健康教育与健康促进的关系是（）。答案：健康促进包含健康教育，卫生宣传是健康教育的一个手段
190. [W]问卷编写的原则（）。答案：尽量使用专业术语
191. [W]问卷编写的原则不包括（）。答案：尽量使用专业术语
192. [《】《渥太华宣言》提出于（）。答案：首届国际健康促进大会
193. [W]五因素传播模式正确的表述为（）。答案：传播者—信息—媒介—受传者—效果
194. [X]狭义医院健康教育实现的是（）。答案：二、三级预防
195. [X]下列不是大众传播特点的是（）。答案：反馈迅速
196. [X]下列不属于门诊教育的形式是（）。答案：随访教育
197. [X]下列不属于随机抽样方法的是（）。答案：方便抽样
198. [X]下列不属于有氧运动的是（）。答案：举重
199. [X]下列关于健康教育计划目标的表述中，属于健康目标的是（）。答案：项目实施2年后，使项目县孕产妇死亡率在原有水平上下降1/3
200. [X]下列关于健康素养的表述，不正确的是（）。答案：健康素养是评价健康状况的重要指标之一
201. [X]下列关于评价的说法不正确的是（）。答案：评价就是对健康教育项目效果的评估
202. [X]下列关于社区健康教育的描述，不正确的是（）。答案：要求政府采取行政措施进行干预
204. [X]下列护理职业防护措施中，不正确的是（）。答案：血渍污染后应立即用抹布或拖把清理
205. [X]下列哪项不是门诊教育的形式（）。答案：随访教育
206. [X]下列哪一项不是大众传播的特点：（）。答案：反馈迅速
207. [X]下列哪种抽样方法不是随机抽样？（）。答案：方便抽样
208. [X]下列哪种方法可用于克服健康促进项目工作者在评价中对目标人群的诱导与暗示（）。答案：培训项目工作人员
209. [X]下列哪种管理方式不属于健康管理策略（）。答案：社区管理
210. [X]下列属于不良作业导致的职业人群健康问题是（）。答案：颈肩综合征
211. [X]下列属于健康的社会决定因素的是（）。答案：经济条件
212. [X]下列属于开放性问题的是（）。答案：“你对健康怎么理解？”
213. [X]下列属于开放性问题的是（）。答案：“你对健康怎么理解”
214. [X]下列属于农村社区健康教育独有的教育内容是（）。答案：农药、化肥远离食物与水源
215. [X]下列属于效应评价的指标是（）。答案：信念持有率
216. [X]下列属于“学校健康政策”的是（）。答案：制定进行健康筛查的规定与时间表
217. [X]下列属于有氧耐力运动的是（）。答案：慢跑
218. [X]下列属于“有氧”运动的是（）。答案：慢跑
219. [X]下列说法不正确的是（）。答案：乙肝和丙肝可以经蚊虫叮咬传播
220. [X]下列有关“反馈在传播中的作用”的说法，错误的是（）。答案：有助于提高传播技巧
221. [X]下列有关“反馈在传播中的作用”的说法，哪一项是错误的（）。答案：有助于提高传播技巧
222. [X]下列有关“反馈在传播中作用”的说法，错误的是（）。答案：有助于提高传播技巧
223. [X]下列有关“反馈在传播中作用”的说法，哪一项是错误的（）。答案：有助于提高传播技巧
224. [“】“项目活动执行率”这个指标用于健康教育计划实施的质量控制中（）。答案：进程监测
225. [“】“小学生寄生虫病感染率”属于（）。答案：结局评价指标
226. [X]效应评价用于评估（）。答案：行为及其行为的影响因素
227. [X]心理咨询的原则不包括（）。答案：主导性
228. [X]形成评价的目的在于（）。答案：使计划更完善、更科学
229. [“】“行为拥挤法”作为一种健康教育的思路，最适宜用于（）。答案：学龄儿童
230. [X]行为诊断的最终目的是（）。答案：确定优先干预的行为
231. [X]学校定期开展学生健康体检属于学校健康促进内容中的（）。答案：学校健康服务
232. [X]学校健康促进的三级目标人群是（）。答案：学校领导
233. [X]学校健康促进的一级目标人群是（）。答案：学生
234. [《】《烟草控制框架公约》在我国正式生效的日期（）。答案：2006年1月9日
235. [Y]要提高目标人群的操作技能，适宜的培训方法是（）。答案：演示与模拟
236. [Y]医护人员与患者沟通的障碍不包括（）。答案：角色压力
237. [Y]医护人员在诊疗过程中对病人进行的健康教育称为（）。答案：随诊教育
238. [Y]一级目标人群指的是（）。答案：希望实施所建议的健康行为的人群
239. [Y]医务人员对高血压患者采取低盐饮食的行为给予鼓励，属于行为矫正中的（）。答案：强化法
240. [Y]医务人员对高血压患者减少盐的摄入给

- 予鼓励，属于行为矫正中的（ ）。答案：强 始于（ ） 答案：中年期 是（ ） 答案：糖尿病患病风险评估
241. [Y]一项针对肥胖的健康教育干预实验 257. [Y]预警行为指的是（ ）。答案：预防 272. [Z]在健康教育计划的实施时间表中不  
中，对观察对象在干预前后体育锻炼时间和强  
度的变化的评估是（ ）。答案：效应评价 事故发生和一旦发生事故后的正确处理行为 包括的内容是（ ）。答案：工作方式
242. [Y]一项针对肥胖的健康教育干预中，对 258. [“]“月病假率”属于学校健康促进评 273. [Z]在拉斯韦尔“五因素”传播模式  
目标人群干预前后体育锻炼时间和频率的变化 价指标中的（ ） 答案：学校卫生服务指标 中，能回答“对谁说”的是（ ） 答案：受传  
进行的评价是（ ）。答案：效应评价 259. [Z]在帮助学生养成不吸烟的好习惯中，者
- 促成因素是（ ） 答案：校制定学生禁止吸烟 274. [Z]在某工厂控制吸烟的项目中设立了学生守则 吸烟室，属于健康促进策略中的（ ） 答案：  
260. [Z]在病房教育中，与病人共同拟定行 环境支持策略
- 为目标的应该是（ ）。答案：医生 275. [Z]在某中学的学校健康促进工作中，  
261. [Z]在病房教育中，与病人共同拟定行 其实施内容中属于“学校健康政策”的是  
为目标的最佳人选应该是（ ） 答案：医生 （ ） 答案：制定师生定期体检的制度
262. [Z]在城市社区健康教育中，常见病防治 276. [Z]在农村促进家禽家畜圈养，属于农  
健康教育的内容不包括（ ）。答案：卫生 村社区健康教育内容中的（ ） 答案：农村环  
法律法规教育 277. [Z]在农村进行水源管理和垃圾管理，  
属于农村社区健康教育内容中的（ ）。答  
263. [Z]在城市社区健康教育中，家庭健康教 育的内容不包括（ ） 答案：卫生法律法规 案：农村环境卫生与环境保护教育
264. [Z]在传播中，干扰指的是（ ）。答 278. [Z]在农村社区的“改水改厕，控制肠  
案：传播过程中对信息减弱或加强的因素 道传染病”项目中，当人群已经对项目意义  
265. [Z]在碘缺乏病流行的偏远山区，交通不 有了一定了解时，健康教育活动应主要侧重于（ ） 答案：提供具体知识和技能，为社区  
便，群众一般从私盐贩子处购买非碘盐食 行为改善奠定基础
- 用，为此，碘缺乏病控制健康促进项目的首 279. [Z]在确定优先健康教育项目时，体现  
要策略是（ ） 答案：建立方便群众的碘盐销 项目重要性的指标有（ ） 答案：健康问题与  
售网点 行为的关系
266. [Z]在高血压预防控制社区健康促进项 280. [Z]在人际交流中，提问时避免使用的问题形式有（ ） 答案：倾向型问题
- 中，社区卫生服务站向社区居民提供定期测 267. [Z]在患者健康教育中，不属于人际传播 281. [Z]在人际交往中通过互相了解、比  
量血压的服务，属于健康促进策略中的 范畴的是（ ） 答案：观看录像 较，发现自己的不足，积极进取，体现了人  
（ ）。答案：环境支持策略 际关系的（ ） 答案：激励作用
268. [Z]在疾病的三级预防中，健康促进强调 282. [Z]在社区高血压预防控制项目中，社  
（ ） 答案：一级预防甚至更早阶段 区卫生服务站向社区居民提供定期测量血压  
269. [Z]在健康促进产出模式下，健康教育活 动的直接产出是（ ）。答案：健康素养 的服务，属于健康促进策略中的（ ） 答案：  
动的直接产出是（ ）。答案：健康素养 环境支持策略
270. [Z]在健康的内涵中，心理的完满状态指 283. [Z]在社区健康促进项目中建立健全组  
的是（ ）。答案：自尊、达观，有心理适 织网络，属于社区健康促进策略中的（ ） 答  
应能力 案：社区组织与动员
271. [Z]在健康管理中，属于疾病风险评估的 284. [Z]在社区健康促进中，可以开发利用的社  
区资源不包括（ ） 答案：时间资源
285. [Z]在社区糖尿病预防控制项目中，社区卫 生服务站培训居民制作糖尿病患者适宜的食  
品，属于健康促进策略中的（ ） 答案：健康教  
育策略
286. [Z]在“使项目地区80%的孕妇相信住院分  
娩有利于母子平安”这一健康教育具体目标的  
表述中，缺少了5W中的（ ）。答案：在多长  
时间内实现这种变化（When）
287. [Z]在提高居民户合格碘盐食用率，消除碘  
缺乏病的健康教育项目中，通常一级目标人群  
为（ ）。答案：家庭主妇
288. [Z]在提高乙肝疫苗接种率的健康教育项目  
中，统计培训乡村医生和妇女干部人数属于  
( ) 答案：过程评价
289. [Z]在提问技巧中以“为什么”开始的提问  
属于（ ）。答案：索究型问题
290. [Z]在提问技巧中，以“为什么”开始的提  
问属于（ ） 答案：索究型问题
291. [Z]在卫生宣传中卫生保健知识的传播通常  
是（ ）。答案：单向传播
292. [Z]在下列各项中，与人际传播相比，大众  
传播的不足表现为（ ） 答案：传播者、受传者  
关系的间接性
293. [Z]在现代社会中，影响人类健康最重要的  
因素是（ ）。答案：行为与生活方式因素
294. [Z]在项目周期短，资源有限的情况下，可  
以选择的评价设计方案是（ ）。答案：不设  
对照组的前后测试
295. [Z]在形成评价中不常用的研究方法为（ ）  
答案：问卷调查
296. [Z]在医院健康教育中，健康教育处方最主  
要用于（ ）。答案：随诊教育
297. [Z]在制定健康教育与健康促进计划时，考  
虑长远的发展和要求，体现了制定计划的  
( ) 答案：前瞻性原则
298. [Z]在制定健康教育与健康促进计划时考虑

当地的卫生政策、是否存在其他项目，体现了制定计划的（）。**答案：整体性原则**  
299. [Z] 在制定健康教育与健康促进计划时使计划留有余地，以便在实施中根据实际情况进行调整体现了制定计划的（）。**答案：弹性原则**

300. [Z] 在制定健康教育与健康促进计划时要使计划留有余地，以便在实施中根据实际情况进行调整，体现了制定计划的（）。**答案：弹性原则**

301. [Z] 制定干预计划，选出优先项目后，应先确定（）。**答案：计划目的和目标**

302. [Z] 制定公共场所禁止吸烟的法规，属于健康教育干预策略中的（）。**答案：社会策略**

303. [Z] 制定健康教育与健康促进计划时考虑长远的发展和要求，体现了制定计划的（）。**答案：前瞻性原则**

304. [Z] 最适合于操作技能的培训方法是（）。**答案：演示与模拟**

305. [Z] 最适合于培训操作技能的培训方法是（）。**答案：演示与模拟**

306. [Z] 最适合于培训决策技能的培训方法是（）。**答案：案例分析**

307. [Z] 最适用于确定优先问题的定性研究方法是（）。**答案：选题小组工作法**

多选题(11)微信号: zydz\_9527

1. [B] 不属于学校健康促进一级目标人群的是（）。**答案：学校领导；教职员；学生家长**

2. [E] 二级预防体现在（）。**答案：早发现；早诊断；早治疗**

3. [J] 戒烟的阶段包括（）。**答案：作出决定；准备戒烟；开始戒烟；巩固戒烟成果**

4. [S] 生物危害主要由以下哪些引起的感染（）。**答案：细菌；病毒；真菌；寄生虫**

5. [S] 属于职业人群一般健康教育内容的是（）。**答案：营养教育；戒烟限酒；起居卫生**

6. [X] 下列护理职业防护措施中，不正确的是（）。**答案：血渍污染后应立即用抹布或拖**

把清理；手部皮肤破损有可能接触患者血液、体液应戴双层手套

7. [X] 下列说法正确的是（）。**答案：甲肝可以经污染的水产品传播；输血可能感染丙肝；乙型肝炎可能感染乙肝**

8. [X] 效应评价的内容包括（）。**答案：倾向因素；促成因素；强化因素；健康相关行为**

9. [Y] 以下属于无氧运动的是（）。**答案：举重；哑铃操；上楼**

10. [Y] 影响健康相关行为的因素有（）。**答案：倾向因素；促成因素；强化因素**

11. [Y] 影响饮食行为的因素包括（）。**答案：生物因素；心理因素；职业因素**

判断题(15)微信号: zydz\_9527

1. [E] 二级预防体现在病因预防。**答案：错误**

2. [F] 反馈可分为三种不同的性质包括：积极性反馈、消极性反馈和模糊性反馈。**答案：正确**

3. [F] 封闭型问题不能获得较多的信息。**答案：正确**

4. [H] 患者的健康教育分为门诊教育、住院教育和随访教育。**答案：正确**

5. [J] 健康促进的五个活动领域包括：制定促进健康的公共政策、创造支持性环境、加强社区的行动、发展个人技能和调整卫生服务方向。**答案：正确**

6. [J] 健康管理包括：健康信息收集、健康风险评估和健康干预三个部分。**答案：正确**

7. [J] 健康教育是通过信息传播和行为干预，帮助个人和群体掌握卫生保健知识、树立健康观念、自觉采纳有利于健康行为和生活方式的教育活动与过程。**答案：正确**

8. [J] 健康就是指身体上没有疾病或其他不适。**答案：错误**

9. [“] “你对健康的重要性是怎么看的”属于开放型问题。**答案：正确**

10. [R] 人的行为有五个基本要素构成：行为

主体、行为客体、行为环境、行为手段和行为结果。**答案：正确**

11. [R] 人生准备阶段是指从胎儿出生到青春期（18~20岁）。**答案：正确**

12. [S] 三级预防体现在早发现、早诊断、早治疗，预防疾病的发展，促进疾病的治愈（）。**答案：错误**

13. [X] 行为矫正指按照一定的期望，在一定条件下采取特定的措施，促使矫正对象改变自身的特定行为的行为改变过程。**答案：正确**

14. [Z] 在传播学中反馈特指传播者获知受传者接受信息后的心理行为反应。**答案：正确**

15. [“] “知信行”是知识、信念和语言的简称。**答案：错误**

填空题(34)微信号: zydz\_9527

1. [C] 传播可以分为\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_四种类型。**答案：人际传播；大众传播；组织传播；自我传播**

2. [F] 反馈分为\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。**答案：积极性反馈；消极性反馈；模糊性反馈**

3. [H] 患者教育的内容包括\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。**答案：卫生知识教育；心理卫生教育；健康相关行为干预**

4. [J] 计划实施人员需要掌握的有关知识和技能可分为\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。**答案：管理知识；专业知识；专业技能**

5. [J] 健康传播效果的四个层次是知晓健康信息、\_\_\_\_\_、态度向有利于健康转变和\_\_\_\_\_。**答案：健康信念认同；采纳健康的行为和生活方式**

式  
6. [J] 健康的四大基石是\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。**答案：合理膳食；适量运动；戒烟限酒；心理健康**

7. [J] 健康管理**答案：健康管理：**是对个体或群体的健康进行全面监测、分析、评估，提供健康咨询和指导以及对健康危险因素进行干预的全过程。

8. [J] 健康教育通过\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_帮助人们增加卫生保健知识和采纳有益于健康的行为。**答案：信息传播；行为干预**

9. [J] 健康教育与健康促进干预策略包括\_\_\_\_\_策略、\_\_\_\_\_策略和\_\_\_\_\_策略。**答案：教育；环境；社会**

10. [J] 健康教育中常用的传播类型有\_\_\_\_\_传播和\_\_\_\_\_传播。**答案：大众；人际**

11. [J] 健康相关行为可以分为\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_两大类。**答案：促进健康行为；危害健康行为**

12. [J] 健康心理的研究角度有\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。**答案：病理学角度；统计学角度；文化学角度**

13. [J] 健康心理的研究角度有\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。**答案：病理学角度；统计学角度；化学角度**

14. [M] 美国卫生世纪经历的三个时代是\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。**答案：环境时代；医药时代；生活方式时代**

15. [R] 人际关系的作用包括\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。**答案：合力作用；互补**

作用;激励作用;沟通情感

16. [R] 人际交流技巧包括\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和  
\_\_\_\_\_. 答案:说话技巧;  
问话技巧;听话技巧;反馈技巧;观察技巧

17. [R] 人际交流技巧包括说话技巧  
\_\_\_\_\_、听话技巧、  
和\_\_\_\_\_，答案:问话技巧;反  
馈技巧;观察技巧

18. [R] 人际交往应遵循的原则有  
\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和  
\_\_\_\_\_。答案:平等原则;

互利原则;信用原则;相容原则;赞扬原则

19. [R] 人际交往应遵循的原则有、  
\_\_\_\_\_、互利原则、  
\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和  
赞扬原则。答案:平等原则;信用原则;相容

原则

20. [R] 人生的三阶段指

\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_和  
\_\_\_\_\_. 答案:人生准备  
阶段;人生保护阶段;晚年生活质量阶段

21. [R] 人生的三阶段指人生准备阶段、  
\_\_\_\_\_阶段和  
\_\_\_\_\_阶段。答案:人生保护;  
晚年生活质量

22. [R] 人生三阶段是指把人的生命历程分为  
\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和  
\_\_\_\_\_三个阶段。答案:人生  
准备阶段;人生保护阶段;晚年生活质量阶段

23. [S] 社会动员的层次分为  
动员、  
动员、  
动员和动员\_\_\_\_\_. 答案:领导  
层;社区、家庭和个人;非政府组织;专业人员

24. [W] 五因素传播模式中的五个要素为  
\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_和  
\_\_\_\_\_. 答案:传播者;信息;为  
媒介;受传者;效果

25. [X] 学校健康社会环境指学校的  
\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_。  
事物环境;物质环境

26. [Y] 医患关系是医疗过程中形成的各种人  
际关系,包括\_\_\_\_\_关  
系、\_\_\_\_\_关系和  
\_\_\_\_\_关系。答案:医患;医患;  
护患

27. [Y] 医患关系是医疗过程中形成的各种人  
际关系,包括\_\_\_\_\_关系、医  
患关系和\_\_\_\_\_关系。答案:  
医患;护患

28. [Y] 影响健康的四类因素为  
\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_和  
\_\_\_\_\_. 答案:生物因素;环境因素;行为生活方式因  
素;卫生服务因素

29. [Y] 影响评价的因素包括  
\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_和失访。答案:时间  
因素;回归因素;选择因素

30. [Y] 影响评价的因素包括  
\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_和  
\_\_\_\_\_. 答案:时间因素;  
测试或观察因素;回归因素;选择因素;失访

31. [Y] 影响行为形成和发展的因素包括

\_\_\_\_\_因素、  
\_\_\_\_\_因素和学习因素。  
答案:遗传;环境

32. [Y] 影响行为形成和发展的因素可以概括  
\_\_\_\_\_。答案:传播者;信息;为  
媒介;受传者;效果

33. [Y] 影响行为形成和发展的因素可以概括  
\_\_\_\_\_、  
\_\_\_\_\_和  
\_\_\_\_\_。答案:遗传因  
素;环境因素;学习因素

34. [Z] 在健康教育与健康促进项目中,最常  
用的效果评价方案是\_\_\_\_\_和  
\_\_\_\_\_. 答案:不设对照组  
的前后测试;非等同比较设计

主观题(134)微信号: zydz\_9527

1. 把关人
2. 传播
3. 促成因素
4. 促进健康行为
5. 大众传播
6. 对高血压患者开展控制高血压的健康传  
播,其健康传播效果可包括...
7. 二、名词解释健康教育
8. 二、名词解释健康相关行为
9. 二、名词解释倾向因素
10. 二、名词解释社区健康教育
11. 二、名词解释突发公共卫生事件
12. 反馈
13. 分析说明健康教育计划设计中的行为诊  
断。
14. 工作场所健康促进
15. 过程评价
16. 疾病行为
17. 计划设计
18. 简述不设对照组的干预前后测试这一评价  
方案的优点与不足。
19. 简述不设对照组的干预前后测试这一评价  
方案的优点与不足,并举例...

20. 简述促进健康行为的特点。
21. 简述促进健康行为的五种类型。
22. 简述对肥胖症的干预原则。
23. 简述对高血压患者开展控制高血压的健康传  
播,其健康传播效果包括...
24. 简述非等同比较组设计的优势与不足。
25. 简述非等同比较组设计的优势与不足,并举  
例。
26. 简述患者健康教育常用的方法。
27. 简述患者教育的程序。
28. 简述健康促进的基本策略。
29. 简述健康促进的基本特征。
30. 简述健康促进的五大活动领域。
31. 简述健康促进的五大领域。
32. 简述健康教育/健康促进项目实施的质量监  
控内容。
33. 简述健康教育与健康促进的干预策略。
34. 简述健康教育与健康促进的任务。
35. 简述健康教育与健康促进干预策略。
36. 简述健康教育与健康促进计划设计的原则。
37. 简述健康教育与卫生宣传的关系。
38. 简述健康教育诊断的步骤。
39. 简述健康人群体力活动指导的工作内容。
40. 简述健康咨询的步骤。
41. 简述健康咨询的五个步骤。
42. 简述健康咨询五个步骤。
43. 简述控制体重、减少肥胖健康教育项目的效  
果评价指标可以有哪些?
44. 简述拉斯韦尔五因素传播模式。
45. 简述拉斯维尔五因素传播模式。
46. 简述倾向因素的含义及内容。
47. 简述三级预防的思想及其与健康教育与健康  
促进的关系。
48. 简述社区卫生服务的“六位一体”基本内  
容。
49. 简述同伴教育的特点及适用范围。
50. 简述卫生宣传、健康教育、健康促进三者之  
间的区别与联系。
51. 简述“五因素传播模式”的内容。

52. 简述效应评价的内容和常用指标。
53. 简述学校健康促进的概念及实施方式。
54. 简述医患沟通障碍的原因及解决办法。
55. 简述医院健康促进与传统的患者健康教育的关系。
56. 简述医院健康促进与患者健康教育的关系。
57. 简述医院健康教育是行之有效的治疗手段的内涵。
58. 简述引起肥胖的高危因素、及对高危人群进行健康教育和干预的内容...
59. 简述影响传播效果的因素。
60. 简述影响高血压患者坚持服药行为的倾向因素、促成因素和强化因素...
61. 简述影响健康传播效果的因素有哪些。
62. 简述影响健康的因素。
63. 简述影响医患沟通效果的四个因素及解决办法。
64. 简述影响饮食行为的因素
65. 简述针对肥胖高危人群的健康干预目标和措施。
66. 简述“知信行模式”基本思想，并举例说明。（如以艾滋病为例）
67. 简述“知信行模式”及其基本思想。
68. 简要比较人际传播与大众传播的特点。
69. 简要回答健康教育的干预策略。
70. 简要说明非等同比较组设计的基本思想。
71. 简要说明患者教育的程序。
72. 简要说明健康促进的基本策略。
73. 简要说明健康教育与健康促进计划的具体目标。
74. 健康
75. 健康传播
76. 健康促进
77. 健康促进的五大活动领域是什么？
78. 健康教育
79. 健康素养
80. 健康素养（世界卫生组织）
81. 健康素养（世界卫生组织定义）
82. 健康相关行为
83. 健康信息
84. 结局评价
85. 举例说明不设对照组的干预前后测试这一评价方案的优点与不足。
86. 举例说明传播五要素。
87. 举例说明健康教育的“知一信一行”模式。
88. 举例说明健康教育干预策略在社区高血压防治健康促进项目中的运用...
89. 举例说明健康教育与健康促进计划的具体目标分哪三方面。
90. 举例说明健康教育与健康促进计划具体目标应包含的要素。
91. 举例说明健康教育与健康促进具体目标的类型。
92. 举例说明医院健康教育的理念从狭义到广义实现了哪些转变。
93. 举例说明影响健康传播效果的因素与对策。
94. 举例说明运用健康信念模式分析母乳喂养时“自我效能”的作用。
95. 举例说明在社区开展糖尿病预防控制健康促进项目的意义。
96. 强化因素
97. 倾向因素
98. 请制定社区高血压预防控制健康教育与健康促进提纲。
99. 人际传播
100. 人际关系
101. 人生三阶段
102. 三、问答题简述患者健康教育的分类。
103. 三、问答题简述健康教育与健康促进干预策略。
104. 三、问答题简述拉斯韦尔五因素传播模式。
105. 三、问答题简述行为改变的阶段理论把行为转变分为的几个阶段。
106. 社区健康促进
107. 社区健康教育
108. 生活方式
109. 试比较不设对照组的自身前后比较和非等同比较组设计方案的优缺点...
110. 试比较大传播与人际传播的特点。
111. 试比较效应评价与结局评价的异同。
112. 试述影响健康传播效果的受众者方面的因素。
113. 说明健康教育计划设计中的社会诊断。
114. 体力活动
115. 危害健康行为
116. 为什么说健康教育是行之有效的治疗手段？
117. 为什么说健康教育与健康促进很好地体现了三级预防的思想？
118. 为什么说健康教育与健康促进是医疗服务的组成部分和有效治疗手段...
119. 为什么说医院健康教育是行之有效的治疗手段？
120. 效应评价
121. 心理咨询
122. 形成评价
123. 学校健康促进
124. 一级目标人群
125. 医院健康促进
126. 医院健康教育（广义）
127. 医院健康教育（狭义）
128. 以青少年控烟项目为例，简述健康促进干预策略。
129. 以青少年控烟项目为例，简述健康教育与健康促进干预策略。
130. 以社区控烟项目为例，简要说明效应评价的指标。
131. 影响高血压患者坚持服药行为的倾向因素、促成因素和强化因素有哪...
132. 影响评价效果的时间因素
133. 自我传播
134. 自我效能
1. [B]把关人
- 答案：把关人：把关人是指在信息传递路线上，能决定舆论导向和信息命运的人，其职责是对信息进行审核、选择取舍、突出处理及删节，使其符合传播目的。在健康传播中，则要确保健康信息的思想性、科学性、技术性、通俗性与适用性。
2. [C]传播
- 答案：传播：是一种社会性传递信息的行为，是个人之间、集体之间以及集体与个人之间交换、传递新闻、事实和意见的信息过程。
3. [C]促成因素
- 答案：促成因素：指促使某种行为动机或愿望得以实现的因素，即实现某行为所必须的技术和资源，包括保健设施、医疗费用、个人保健技术等。
4. [C]促进健康行为
- 答案：促进健康行为：促进健康行为指个人或群体表现出的、客观上有利于自身和他人健康的一组行为。具有有利性、规律性、和谐性、一致性和适宜性五个特征。
5. [D]大众传播
- 答案：指职业性传播机构通过报刊、广播、电视、书籍、电影等大众传播媒介向范围广泛、为数众多的社会大众传播社会信息的过程。
6. [D]对高血压患者开展控制高血压的健康传播，其健康传播效果可包括哪四个层次？
- 答案：（1）知晓健康信息：使高血压患者了解高血压的危害及规范治疗、遵从医嘱的意义。
- （2）健康信念认同：相信规范用药，并且改善行为生活方式可以有效控制血压，预防并发症的发生。
- （3）态度向有利于健康的方向转化：愿意在医生的指导下进行规范的药物治疗和非药物治疗。
- （4）行为向有益于健康的方向改变：能够做到遵从医嘱，坚持服用抗高血压药物，同时能够合理膳食、适量运动，不吸烟，适量饮酒，保持心情愉快。
7. [E]二、名词解释
- 健康教育
- 答案：答：健康教育是通过信息传播和行为干预，

帮助个人和群体掌握卫生保健知识,树立健康观念,自愿采纳有利于健康的行为和生活方式的教育活动与过程。其目的是消除或减轻影响健康的危险因素,预防疾病,增进健康,提高生活质量。

## 8. [E]二、名词解释

健康相关行为

答案: 答:指人类个体和群体与健康和疾病有关的行为,可分为促进健康行为和危害健康行为两大类。

## 9. [E]二、名词解释

倾向因素

答案: 答:能为行为改变提供理由和动机的现行的因素,包括知识、态度、信念、价值观等。

## 10. [E]二、名词解释

社区健康教育

答案: 答:是指以社区为单位,以社区人群为对象,以促进社区健康为目标,有组织、有计划、有评价的健康教育活动与过程。

## 11. [E]二、名词解释

突发公共卫生事件

答案: 答:突然发生、造成或者可能造成其他社会公众健康严重损害的重大传染病疫情、群体性原因不明疾病、重大食物和职业中毒以及其他严重影响公众健康的事件。

## 12. [F]反馈

答案: 反馈:在传播中,反馈指的是传播者获知受传者接受信息后的心理行为反映的过程,是传播过程中的重要因素。

## 13. [F]分析说明健康教育计划设计中的行为诊断。

答案: (1)要确定引起健康问题的行为因素与非行为因素。

(2)根据行为与健康的关系以及行为发生的频度确定重要行为与不重要行为。

(3)根据行为形成的阶段、行为与文化及生活方式的关系等,确定行为的可变性。

(4)对可能成为干预目标的行为进行分析,

找到行为改变的关键环节。

## 14. [G]工作场所健康促进

答案: 指以教育、组织、法律(政策)和经济手段,干预工作场所对健康有害的行为,生活方式和环境,以促进健康。

## 15. [G]过程评价

答案: 过程评价:过程评价贯穿于健康教育计划执行的全过程,主要作用是评估项目运作和修正项目计划,可以有效地保障和促进计划的成功,也可以为解释健康教育计划的结果提供丰富的信息。

## 16. [J]疾病行为

答案: 指个体从感知到自身有病到疾病康复全过程所表现出来的一系列行为。

## 17. [J]计划设计

答案: 计划设计:是一个组织机构根据实际情况,通过科学的预测和决策,提出在未来一定时期内所要达到的目标以及实现这一目标的方法、途径等所有活动的过程。

## 18. [J]简述不设对照组的干预前后测试这一评价方案的优点与不足。

答案: 其基本思想是通过比较目标人群在项目实施前和实施后有关指标的情况,反映健康教育健康促进项目的效应与结局。

该评价方案的优点在于方案设计与实际操作相对简单,能节省人力、物力资源。

不足:不设对照组的自身前后测试无法控制影响评价结果真实性的混杂因素的影响,影响到了对效果的准确认定。

## 19. [J]简述不设对照组的干预前后测试这一评价方案的优点与不足,并举例说明。

答案: 其基本思想是通过比较目标人群在项目实施前和实施后有关指标的情况,反映健康教育/健康促进项目的效应与结局。

该评价方案的优点在于方案设计与实际操作相对简单,能节省人力、物力资源。

而不设对照组的自身前后测试无法控制混杂因素的影响,影响到了对效果的准确认定。

举例:项目背景:

某企业为了提升员工的办公效率,决定推行一个为期三个月的“办公效率提升计划”。该计划主要包括线上办公软件技能培训课程、优化办公流程的讲座以及引入时间管理工具供员工自主学习使用等内容,期望通过这些举措让员工更熟练地运用办公软件、简化日常工作流程、合理安排工作时间,进而提高整体办公效率。研究设计:

仅选取企业内一个部门的员工作为研究对象,在项目实施前,通过问卷调查、现场观察以及分析员工的工作任务完成时间等方式,收集员工当前的办公效率相关指标。问卷调查涵盖员工对办公软件的熟悉程度(如能熟练使用的软件功能数量、遇到软件问题时自行解决的能力等)、对现有办公流程的满意度及认为可优化的环节、日常工作时间分配情况等;现场观察则记录员工在处理常规任务如撰写报告、数据录入、组织会议等时的实际操作速度、出错频率;分析工作任务完成时间可统计员工完成特定任务(如制作一份项目策划书、处理一批客户订单数据)平均所需时长。

在实施三个月的“办公效率提升计划”后,用同样的调查方法、观察指标以及分析维度,再次对该部门员工进行评估,对比前后数据,以此判断项目的效果。优点体现:设计与操作简单:

设计上,仅针对一个部门展开,无需考虑如何寻找与实验组高度匹配的对照组,不用额外花费精力去平衡两组之间可能存在的诸多差异因素,大大简化了研究框架。

操作层面,无论是组织培训、讲座,还是后续的数据收集工作,都只需围绕这一个部门的员工进行安排。例如,培训讲师只需按照该部门员工的基础水平和工作特点准备培训资料,无需兼顾其他群体;收集数据时,调研人员也只需与熟悉的这一组员工沟通协调,人力调配方便,节省了人力、物力资源。不足体现:无法控制混杂因素影响:

时间因素干扰:在这三个月期间,企业恰好

引入了新的业务项目,业务量大幅增加。员工们为了应对新增业务,被迫加班加点,在高强度的工作历练下,即使没有“办公效率提升计划”,他们处理常规工作的速度可能也会有所提升。此时若仅对比前后数据,就很难分清到底是项目带来的效果,还是业务量增长促使员工“熟能生巧”所产生的变化,导致高估项目对办公效率的提升作用。

外部环境变化影响:同期,企业所在写字楼的物业管理公司对办公环境进行了优化升级,更换了更舒适的办公桌椅、改善了室内通风系统。舒适的环境使得员工工作时心情更愉悦、疲劳感减轻,间接提高了工作专注度与效率。但由于没有对照组,这些外部环境因素对办公效率的正向影响会混入项目效果之中,无法准确剥离,干扰对项目真实成效的判断。

## 20. [J]简述促进健康行为的特点。

答案: (1)有利性:行为有利于自身和他人健康;

(2)规律性:行为有规律的发生,不是偶然行为;

(3)和谐性:个体的行为表现与其所处的环境和谐,即个体根据整体环境随时调整自身行为;

(4)一致性:个体外在的行为表现与其内在的心理情绪一致,没有冲突;

(5)适宜性:行为强度适宜,有理性控制,无明显冲动表现。

## 21. [J]简述促进健康行为的五种类型。

答案: (1)基本健康行为

(2)戒除不良嗜好

(3)预警行为

(4)避开环境危害

(5)合理利用卫生服务

## 22. [J]简述对肥胖症的干预原则。

答案: (1)坚持预防为主,从儿童、青少年开始,从预防超重入手,并须终生坚持。

(2)采取综合措施预防和控制肥胖症,积极改变人们的生活方式。

(3) 鼓励摄入低能量、低脂肪、适量蛋白和碳水化合物、富含维生素和微量元素的膳食。

(4) 控制膳食与增加运动相结合可使基础代谢率不会因摄入能量过低而下降。

(5) 开展经常性的、适合各年龄特点的各种强度的身体活动。积极运动可以防止体重反弹，并可改善心肺功能，产生更全面的健康效益。

(6) 应长期坚持减体重计划，并定期监测体重的变化情况，不宜过快，不可急于求成。

(7) 必须同时防治与肥胖相关的疾病，将防治肥胖作为防治习惯慢性病的重要环节。

(8) 树立健康体重的概念，防止为美容而减肥的误区，抵制和反对伪科学和虚假的商业性“减肥”宣传。

(9) 原则上儿童少年不宜采用药物和手术等手段减轻体重。

23. [J] 简述对高血压患者开展控制高血压的健康传播，其健康传播效果包括的四个层次。

答案：(1) 知晓健康信息：使高血压患者了解高血压的危害及规范治疗、遵从医嘱的意义。

(2) 健康信念认同：相信规范用药，并且改善行为生活方式可以有效控制血压，预防并发症的发生。

(3) 态度向有利于健康的方向转化：愿意在医生的指导下进行规范的药物治疗和非药物治疗。

(4) 行为向有益于健康的方向改变：能够做到遵从医嘱，坚持服用抗高血压药物，同时能够合理膳食、适量运动，不吸烟，适量饮酒，保持心情愉快。

24. [J] 简述非等同比较组设计的优势与不足。

答案：非等同比较组设计属于类实验设计，其设计思想是设立与接受干预的目标人群（干预组）相匹配的对照组，通过对干预组、对照组在项目实施前后变化的比较，来评价健康教育/健康促进项目的效应和结局。

该评价方案的优势在于通过与对照组的比较，有效地消除一些混杂因素，如时间因素、测量与观察因素等对项目效果和结局的影响，从而更科学、准确地评价健康教育/健康促进项目的效果。

不足：第一，增加了对照组，即增加工作量，消耗的人力、财力、物力更多。第二，对照组选择不当可能存在选择偏倚。第三，就对照组而言，没有进行任何干预，但也要进行两次调查，可能会增加失访。

25. [J] 简述非等同比较组设计的优势与不足，并举例。

答案：非等同比较组设计属于类实验设计，其设计思想是设立与接受干预的目标人群（干预组）相匹配的对照组，通过对干预组、对照组在项目实施前后变化的比较，来评价健康教育/健康促进项目的效应和结局。该评价方案的优势在于通过与对照组的比较，有效地消除一些混杂因素，如时间因素、测量与观察因素等对项目效果和结局的影响，从而更科学、准确地评价健康教育/健康促进项目的效果。

不足：增加了对照组，即增加工作量，消耗的人力、财力、物力更多。其次，对照组选择不当可能存在选择偏倚。第三，就对照组而言，没有进行任何干预，但也要进行两次调查，可能会增加失访。

举例：项目背景：

某学校想要了解一套新的体育锻炼课程对学生身体素质的提升效果。这套新课程融入了趣味运动项目、个性化体能训练计划，旨在提高学生的耐力、力量、柔韧性等身体素质指标，计划推行一学期。研究设计：

选取同一年级的两个班级作为研究对象，一个班级作为干预组，在本学期的体育课中全面实施新的体育锻炼课程；另一个班级作为对照组，按照原有的传统体育课程教学大纲上课，不引入新内容。这两个班级学生的入学平均成绩、男女比例、年龄分布等基本情况

相近，但并非随机分配而来。

在课程实施前，对两个班级的学生统一进行身体素质测试，涵盖 50 米跑、立定跳远、坐位体前屈、800 米（女生）/1000 米（男生）长跑等项目，记录各项成绩作为基线数据。同时，通过问卷调查了解学生日常的运动习惯、对体育课程的喜好等信息。

一学期结束后，再次用相同的测试项目、标准以及问卷调查方式，对两个班级学生进行评估，对比前后数据变化。优势体现：消除时间因素影响：两个班级都在同一学期内经历了相同的学习时长、季节变化以及学校日常作息安排。比如，在学期中因为进入冬季，气温降低，所有学生户外锻炼的积极性可能都会受到一定影响。若仅有干预组的数据，很难判断期末学生身体素质指标的变化是由于新课程还是季节因素导致。而有了对照组，就可以清晰区分出新课程在相同时间背景下对学生身体素质带来的额外提升效果。

消除测量与观察因素影响：整个研究过程由同一批体育教师负责测试，使用相同的测试场地、器材，按照统一标准记录成绩。这样能避免因不同测试人员操作差异、场地器材误差等因素干扰结果准确性。例如，若不同老师测量立定跳远，对起跳犯规的判定尺度稍有不同，就会使成绩出现偏差。统一安排则保障了数据对比的科学性，精准反映课程效果。不足体现：工作量增加：

人力上，体育教师既要教授干预组的新课程，又要兼顾对照组的传统课程，教学备课压力增大；同时测试阶段要组织两个班级分别测试，耗费双倍精力。

财力方面，为了实施新课程，学校需要购置一些新的趣味运动器材，如健身球、敏捷梯等，而对照组虽然不用，但前期调研、资料印刷等费用一样不少，总体成本上升。

物力层面，安排体育课场地时，要协调两个班级不冲突，运输新器材、布置场地等工作也加倍，学校后勤压力增大。选择偏倚问题：尽管两个班级初始情况相近，但仍可能

存在隐藏差异。比如干预组班级的班主任是体育爱好者，经常在课余组织班级小型体育活动，这无形中会给班级学生创造更多锻炼机会，使得即使没有新课程，该班级学生身体素质提升幅度也可能高于对照组，从而干扰对新课程效果的正确评估，造成结果偏差。失访问题：

对照组学生由于一学期都按部就班上课，未体验新的有趣课程，对后续复测积极性不高。部分学生觉得反复测试枯燥，又没从新课程受益，便不愿配合，可能出现较多缺测情况，导致对比样本不完整，影响最终结论可靠性。

这个例子进一步展示了非等同比较组设计在教育领域健康促进项目中的应用，凸显其优劣特性。

26. [J] 简述患者健康教育常用的方法。

答案：根据实施场所的不同，患者健康教育可大致分为门诊教育、住院教育和随访教育三类。

门诊教育包括候诊教育、随诊教育、门诊咨询教育、门诊专题讲座和培训班、健康处方等。住院教育包括入院教育、病房教育和出院教育，如医务人员面对面给患者讲解疾病治疗知识，指导其行为改变等。

随访教育是医疗卫生机构内健康教育的延续，主要方法包括医务人员对患者进行入户指导和教育，还包括通过电话等方式进行的随访教育。

27. [J] 简述患者教育的程序。

答案：(1) 评估教育需求：了解目标人群有关疾病与健康的知识、态度，行为危险因素，有无学习动机、学习能力等；

(2) 进行教育诊断：确定教育对象存在的问题及导致这些问题的原因，为制定合理的教育计划奠定基础；

(3) 制定教育计划：明确教育目标，进而确定具体的患者教育活动、时间等；

(4) 实施教育计划：具体落实患者教育计划，这是一个医患双方互动的过程，患者在医务人

员的指导下积极主动学习，提高疾病与健康知识水平和自我保健能力。

(5) 评价：在实施教育计划的过程中，不断发现问题，及时调整；教育计划完成后，通过多种形式评估患者教育效果，了解教育目标是否达到。

#### 28. [J] 简述健康促进的基本策略。

答案：(1) 倡导：主要强调的是针对政策决策者运用倡导的策略，促进有利于健康的公共政策的制定和出台。

(2) 赋权：开展社区及人群的能力建设，激发社区和个人的潜能，最终使社区，每个家庭和个人具备承担起各自的健康责任的能力，并能付之于行动。

(3) 协调：健康促进涉及到政府、各部门、社会团体、非政府组织、社区、个人，需要运用协调策略，使各方面力量能互相支持、配合，形成促进健康的强大联盟和社会支持体系。

(4) 社会动员：社会动员策略主要的对象是社会各方面的力量、社区以及个人，有效地社会动员需要以远大的目标感召人们，促使各方积极行动，产生切实的效果。

#### 29. [J] 简述健康促进的基本特征。

答案：(1) 健康促进不仅对全人群进行以健康为中心的教育，而且从组织、政治、经济、法律等方面提供了支持环境，对行为改变的作用比较持久，有时有一定的约束性。

(2) 健康促进涉及了整个人群和人们社会生活的各个方面，而不是局限于某部分人群或某个健康问题。

(3) 在疾病的三级预防中，健康促进强调一级预防甚至是更早阶段，既避免暴露于危险因素中，又全面增进健康。

(4) 健康教育是健康促进的先导和基础，帮助人们树立健康观念并积极参与巩固和发展健康的活动。

(5) 与健康教育相比，健康促进融客观支持和主观参与于一体。

#### 30. [J] 简述健康促进的五大活动领域。

- 答案：(1) 制定促进健康的公共政策；  
(2) 创造支持性环境；  
(3) 加强社区的行动；  
(4) 发展个人技能；  
(5) 调整卫生服务方向。

#### 31. [J] 简述健康促进的五大领域。

答案：(1) 制定能促进健康的公共政策：健康问题涉及到很多部门，不仅要求卫生部门制定相应政策，也包括非卫生部门实行健康促进政策；

(2) 创造支持性环境：创造安全、满意、愉快的生活和工作环境，支持人们采纳有利于健康的行为；

(3) 加强社区行动：充分发动社区力量，积极有效地参与卫生保健计划的制定和实施，挖掘社区资源，解决社区的健康问题；  
(4) 发展个人技能：提高人们的卫生保健知识和能力；

(5) 调整卫生服务方向：强调个人、社会团体、卫生人员与部门、其他机构、政府等共同分担健康责任，建立有助于健康的卫生保健系统。

#### 32. [J] 简述健康教育/健康促进项目实施的质量监控内容。

- 答案：(1) 进度监测；  
(2) 内容监测；  
(3) 数量与范围监测；  
(4) 费用监测；  
(5) 目标人群监测。

#### 33. [J] 简述健康教育与健康促进的干预策略。

答案：(1) 教育策略：核心是教育人们形成有益于健康的知识和技能，从影响行为的因素角度讲，既作用于倾向因素，也作用于强化因素。

(2) 环境策略：作用对象是影响行为的促成因素，即物质环境、条件，从而使人们采纳健康行为的意愿得以实现。

(3) 政策策略：从两方面作用于人群的健康行为：①政策可以支持并促使这些行为得以实现。②政策策略还可以通过影响资源配置、环境改善从而促进健康行为乃至健康。

#### 34. [J] 简述健康教育与健康促进的任务。

答案：(1) 主动争取和有效促进领导和决策层转变观念，制定促进健康的政策。

(2) 促进个人、家庭和社区对预防疾病、促进健康、提高生活质量的责任感，帮助人们做出有益于健康的选择。

(3) 创造有益于健康的外部环境，以广泛的联盟和支持体系为基础，开展多部门合作，创造良好的生活和工作环境。

(4) 积极推动医疗部门观念与职能的转变，使医疗部门的作用向着提供健康服务的方向发展

(5) 开展全民健康教育，提倡文明、健康、科学的生活方式，培养健康心理，提高全民健康素质。

#### 35. [J] 简述健康教育与健康促进干预策略。

答案：(1) 教育策略：核心是教育人们形成有益于健康的知识和技能，从影响行为的因素角度讲，既作用于倾向因素，也作用于强化因素。

(2) 环境策略：作用对象是影响行为的促成因素，即物质环境、条件，从而使人们采纳健康行为的意愿得以实现（3分）。

(3) 政策策略：从两方面作用于人群的健康行为：①政策可以支持并促使这些行为得以实现。②政策策略还可以通过影响资源配置、环境改善从而促进健康行为乃至健康。

#### 36. [J] 简述健康教育与健康促进计划设计的原则。

- 答案：(1) 目标原则；  
(2) 整体性原则；  
(3) 前瞻性原则；  
(4) 弹性原则；  
(5) 从实际出发原则；  
(6) 参与性原则。

#### 37. [J] 简述健康教育与卫生宣传的关系。

答案：健康教育通过信息传播和行为干预，帮助个人和群体掌握卫生保健知识、树立健康观念、自觉采纳有利于健康行为和生活方式的教育活动与过程，是有计划、有组织、有评价的干预活动过程。

卫生宣传更强调卫生知识的普及和形成氛围与轰动效应，而不注重科学管理和循证决策的过程，宣传对象比较泛化，宣传活动为卫生知识的单向传播、不注重效果评价。

卫生宣传是健康教育干预活动的重要形式，健康教育则是卫生宣传目标、内容、实施方法上的深化与系统化，也是对卫生宣传功能上的扩展。

#### 38. [J] 简述健康教育诊断的步骤。

答案：(1) 社会诊断：目的和任务在于评估目标社区或对象人群的生活质量并明确影响其生活质量的健康问题；了解目标社区或对象人群的社会环境；动员社区或对象人群参与健康教育项目。

(2) 流行病学诊断：确定哪个/哪些疾病或健康问题对社区或对象人群生活质量有最大/较大的不利影响，以及这些疾病或健康问题的分布特征及原因推断。

(3) 行为与环境诊断：区分引起健康问题的行为与非行为因素；区别重要行为与相对不重要行为；再区别高可变性行为与低可变性行为。

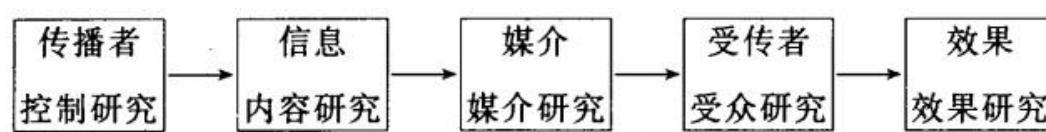
(4) 教育与生态诊断：其目标和任务是在明确了影响目标疾病/健康问题的主要行为问题的基础上，对导致该行为/行为群发生发展的因素进行调查和分析，从而为制订健康教育干预策略提供基本依据。

(5) 管理与政策诊断：管理诊断的核心内容是组织评估和资源评估；政策诊断的主要内容是审视社区现有政策状况。

#### 39. [J] 简述健康人群体力活动指导的工作内容。

答案：(1) 日常体力活动水平评价：可使用通行的量表和其他评价方法；

- (2) 动员：运动促进健康知识教育，纠正错误认识，为被指导者克服行为改变存在的困难和障碍做出安排；
- (3) 健康和疾病状况的评价和运动意外伤害危险分层；
- (4) 体力活动推荐水平和内容：以自愿、循序渐进、量力而行和避免意外伤害为原则；
- (5) 干预效果评价：体力活动增加水平，业余体育锻炼参与率，体重变化及正常/非正常体重变化率，运动促进健康知识改变率，被指导人群慢病变化长期趋势。
- 40. [J] 简述健康咨询的步骤。**
- 答案：第一步，评估：通过询问评价求询者有关危害健康行为的知识、技能、自信心等；第二步，劝告：向求询者提供有关健康危害的相关信息，行为改变的益处等；第三步，达成共识：指根据求询者的兴趣、能力共同设定一个改善行为的目标；第四步，协助：为求询者找出行动可能遇到的障碍，帮助确定正确的策略、解决问题的技巧及获得社会支持；第五步，安排随访：明确随访的时间、方式（上门、电话、电子邮件等）与回去要完成的行动计划的作业。
- 41. [J] 简述健康咨询的五个步骤。**
- 答案：第一步，评估：通过询问评价求询者有关危害健康行为的知识、技能、自信心等；第二步，劝告：向求询者提供有关健康危害的相关信息，行为改变的益处等；第三步，达成共识：指根据求询者的兴趣、能力共同设定一个改善行为的目标；第四步，协助：为求询者找出行动可能遇到的障碍，帮助确定正确的策略、解决问题的技巧及获得社会支持；第五步，安排随访：明确随访的时间、方式（上门、电话、电子邮件等）与回去要完成的行动计划的作业。
- 42. [J] 简述健康咨询五个步骤。**
- 答案：第一步，评估：通过询问评价求询者有关危害健康行为的知识、技能、自信心等；第
- 二步，劝告：向求询者提供有关健康危害的相关信息，行为改变的益处等；第三步，达成共识：指根据求询者的兴趣、能力共同设定一个改善行为的目标；第四步，协助：为求询者找出行动可能遇到的障碍，帮助确定正确的策略、解决问题的技巧及获得社会支持；第五步，安排随访：明确随访的时间、方式（上门、电话、电子邮件等）与回去要完成的行动计划的作业。
- 43. [J] 简述控制体重、减少肥胖健康教育项目的效果评价指标可以有哪些？**
- 答案：(1) 健康指标，如肥胖症患病率，BMI分布的变化情况高血脂患病率等；(2) 行为指标，如合理膳食发生率，经常运动的比例；(3) 教育指标：如正常体重、肥胖相关知识知晓率，知识得分等；(4) 环境指标：如食堂膳食结构改善情况、运动设施改善情况等。
- 44. [J] 简述拉斯韦尔五因素传播模式。**
- 答案：回答五个问题：谁(who)、说了什么(says what)、通过什么渠道(through what channel)、对谁(to whom)、取得什么效果(with what effect)”这就是拉斯韦尔五因素传播模式，又称5W模式
- 45. [J] 简述拉斯维尔五因素传播模式。**
- 答案：(1) 传播者：传出信息的一方，是信息传播的主动发出者和媒介的控制者。(2) 信息：传播者所要传播的而受传者所要接受的内容，泛指情报、消息、数据、信号等有关周围环境的知识。(3) 媒介/渠道：是讯息的载体，传递信息符号的中介、渠道。一般特指非自然的电子类、印刷类及通俗类传播媒介。(4) 受传者：是指在传播过程中‘受’的一端的个体或团体的谈话者、听众、观众的总称。(5) 效果：指受传者接受信息后，在情感、思想、态度、行为等方面发生的反应。
- 46. [J] 简述倾向因素的含义及内容。**
- 答案：倾向因素先于行为，又被称为动机因素或前置因素，是产生某种行为的动机、愿望，或是诱发某行为的因素。  
 (1) 知识；  
 (2) 信念；  
 (3) 态度；  
 (4) 价值观。
- 47. [J] 简述三级预防的思想及其与健康教育与健康促进的关系。**
- 答案：一级预防为病因预防，表现为采取积极有效的措施进行病因预防，如帮助人们建立健康的行为生活方式、有效利用免疫接种等预防保健服务、提供安全的食品和饮用水等；二级预防体现在早发现、早诊断、早治疗，预防疾病的发展，促进疾病的治愈。通过健康教育可以帮助人们做到定期体检、在察觉有疾病征兆时及时就诊，合理利用卫生服务。三级预防指的是及时有效的治疗与康复，预防并发症和伤残，恢复社会生活和劳动能力，提高生命质量。
- 健康教育与健康促进的核心是改变不利于健康的行为生活方式，对于慢病而言，合理膳食、戒烟本身是病因预防，定期测量血压可以早期发现疾病。此外，行为生活方式改变本身就是有效的治疗因素。此外，健康教育与健康促进还能为康复提供设施设备等环境支持和政策的支持。可见，是对“预防为主”的最好诠释。
- 48. [J] 简述社区卫生服务的“六位一体”基本内容。**
- 答案：(1) 预防服务；  
 (2) 医疗服务；  
 (3) 康复服务；  
 (4) 保健服务；  
 (5) 健康教育服务；  
 (6) 计划生育技术指导。
- 49. [J] 简述同伴教育的特点及适用范围。**
- 答案：(1) 同伴教育的特点：  
 ①教育者与被教育者之间具有同质性；  
 ②容易对观念、行为产生影响；  
 ③形式活泼；④经济实用。  
 (2) 同伴教育的适应范围  
 同伴教育适应范围十分广，可用于劝阻吸烟、预防和控制药物滥用、营养改善计划、艾滋病预防、性病患者健康教育等诸多领域。
- 50. [J] 简述卫生宣传、健康教育、健康促进三者之间的区别与联系。**
- 答案：卫生宣传是卫生知识的单向传播，受传者比较泛化，反馈不够，相比而言更关注宣传活动的数量，侧重对人们姿势结构和态度的影响，较少关注宣传活动是否能引发受传者行为的变化。  
 健康教育的教育活动是有计划、有组织、有系统、有评价的，核心是教育人们树立健康意识，养成良好的行为和生活方式，采取的策略是信息传播和行为干预。  
 健康促进除了通过教育手段干预人们的健康行为外，还注重政策、环境、经济、组织等方面对健康行为的支持，更有助于健康行为的形成和保持。  
 在上述三者中，卫生宣传是健康教育的重要手段，行为改变也必须以知识和态度的转变为基础；而健康教育是健康促进的基础和重要组成部分，通过健康教育激发行为动机，培训行为技能，是最终通过健康促进全面改善健康的前提条件。
- 51. [J] 简述“五因素传播模式”的内容。**
- 答案：健康传播的“五因素传播模式”是拉斯韦尔提出的，该模式通过对五个问题的回答，描述了传播的基本结构和传播学研究的五大领域。  
 这五个问题是：谁？说了什么？通过什么渠道？对谁？取得什么效果？。模式及其五大研究领域是



52. [J] 简述效应评价的内容和常用指标。

答案：效应评价内容包括倾向因素、促成因素、强化因素、健康相关行为。

常用的效果评价指标包括：卫生知识均分、卫生知识合格率、卫生知识知晓率(正确率)、信念持有率、行为流行率、行为改变率，以及环境、服务、条件公众舆论等方面的变化(如安全饮用水普及率)等。

53. [J] 简述学校健康促进的概念及实施方式。

答案：学校健康促进强调通过学校、家长和学校所属社区内所有成员的共同努力，给学生提供完整的、有益的经验和知识结构。

它的实施方式主要有3个方面：

(1) 健康课程教学

目的是促使学生获得较系统的卫生知识，培养健康态度，学习基本的保健技能，建立科学的健康观，并有效的帮助学生建立有利于健康的行为。

(2) 健康活动

健康活动的目的在于促使学生通过亲身体验加深印象，促进学习效果。健康活动种类较多，可根据年龄特点选择适宜的活动。

(3) 健康咨询与健康行为指导

健康咨询是学生(或家长)与咨询人员(如教师、医生、护士及有关人员)面对面的接触，集中讨论某一健康问题或某一健康活动的方针，为学生(或家长)提供信息，便于他们自愿做出选择，其中心理咨询在健康咨询中占有重要地位。

54. [J] 简述医患沟通障碍的原因及解决办法。

答案：除了医生和患者双方的社会人口学特征之外，角色模糊、责任冲突、权力差异和理解

分歧四个方面因素也可能阻碍医患沟通效果。

交流对于增加相互理解十分重要，只有通过对对话才能理解彼此的真实想法。为帮助患者解决他们的问题，医护人员需要知道患者对他们话语的理解程度，只有通过交流，医护人员才能理解患者的担忧和存在的问题。要达到医患理解上的一致，避免理解分歧，需要时间、奉献和认知上的努力，但通过这个过程，会有效且持续促进和谐的医患关系。

55. [J] 简述医院健康促进与传统的患者健康教育的关系。

答案：患者健康教育，是以病人为中心，针对到医院接受医疗保健服务的患者及其家属所实施的有目的、有计划、有系统的健康教育活动，其教育目标是针对患者个人的健康状况和疾病特点，通过健康教育实现疾病控制，促进身心康复，提高生活质量。医院健康促进是健康教育和能促进病人或群体行为和生活方式改变的政策、法规、经济及组织等社会支持的综合。旨在促进医院结构及功能实现由病人为中心向以健康为中心的转变，通过与病人、病人家属和社区共同采取行动，增强人们的自我保健能力，促进和维护健康。

患者健康教育是医院健康促进的重要组成部分，医院健康促进是患者健康教育在目标人群、工作内容与目标上的扩展。

56. [J] 简述医院健康促进与患者健康教育的关系。

答案：患者健康教育，是以病人为中心，针对到医院接受医疗保健服务的患者及其家属所实施的有目的、有计划、有系统的健康教育活动，其教育目标是针对患者个人的健康状况和疾病特点，通过健康教育实现疾病控制，促进身心康复，提高生活质量。医院健

康促进是健康教育和能促进病人或群体行为和生活方式改变的政策、法规、经济及组织等社会支持的综合。旨在促进医院结构及功能实现由病人为中心向以健康为中心的转变：通过与病人、病人家属和社区共同采取行动，增强人们的自我保健能力，促进和维护健康。

患者健康教育是医院健康促进的重要组成部分，医院健康促进是患者健康教育在目标人群、工作内容与目标上的扩展。

57. [J] 简述医院健康教育是行之有效的治疗手段的内涵。

答案：首先，通过健康教育，可提高患者对医护人员的信任感和依从性。有助于患者遵从医嘱，主动配合治疗。

其次，通过健康教育，实现对患者的心理保健，可满足患者的心理需求，消除患者及家属的不良心理反应，帮助他们以积极的、平和的心态对待疾病，帮助他们建立战胜病魔的信心。

第三，许多疾病与不良生活方式和卫生行为习惯密切相关，在治疗疾病中，除药物治疗外，必须坚持饮食控制、适当锻炼等非药物方法。

58. [J] 简述引起肥胖的高危因素、及对高危人群进行健康教育和干预的内容。

答案：肥胖症的高危险因素指：存在肥胖家族史、有肥胖相关疾病、膳食不平衡、体力活动少等。

可以通过学校、社团、工作场所人群的筛查发现高危人群。

健康教育干预措施包括：改变高危人群的知识、观念、态度和行为；让他们了解，不良环境或生活方式因素对肥胖症的发生可起促进作用并激活这一趋势，为高危人群提供膳食指导和体力活动指导。

59. [J] 简述影响传播效果的因素。

答案：(1) 传播者因素：传播者的健康相关专业知识、传播技巧、个人形象、权威性、人品等。

(2) 信息：信息的科学性、针对性；信息表达是否简单明了；信息设计是否符合目标人群特点；

(3) 媒介渠道：媒介是否信息相匹配；媒介渠道是否是目标人群可以获得的；是否进行了媒介渠道组合等；

(4) 受传者：受传者的社会人口学特征、心理因素、健康状况等；

(5) 环境因素：传播活动的地点、距离、当地社会经济状况，风俗习惯、社会规范等。

60. [J] 简述影响高血压患者坚持服药行为的倾向因素、促成因素和强化因素。

答案：倾向因素：如高血压病人自身对高血压病知识的了解程度；相信坚持服药可以控制血压等。

促成因素：病人就医方便；医生定期询问服药情况；有比较经济实惠的降压药物，自己可以承受长期医药费。

强化因素：血压控制后，自身健康状况有所改善，生活质量提高；家人的支持和提醒。

61. [J] 简述影响健康传播效果的因素有哪些。

答案：影响健康传播效果的因素可以有五个方面：

传播者因素：传播者是健康传播的主体，通常是健康教育工作者，在传播过程中是信息的发出者，还是健康信息的把关人。传播者是否能发挥好把关人作用，保障信息的科学性、针对性、通俗性、适用性等，直接影响健康传播效果。此外，有威信、权威感和自身形象良好的传播者也更容易得到受传者的认可和接纳，进而其传播的信息也容易被接受和相信。

信息因素：信息符合目标人群（受传者）需要、具有科学性，对受传者的健康有益，就容易得到受传者的接受。而信息服从传播目的，表达形式适宜，也有助于受传者理解和运用健康信息。

媒介渠道因素：运用的媒介和传播渠道能够为受传者接触到，及具有可及性，是使信息发挥作用的前提条件，因此，选择适合于信息并为受传者所接受的媒介，是取得良好传播效果的基础。多种渠道的组合使用往往能取长补短，提高传播效果。

受传者：受传者作为信息的接收者，也是影响传播效果的重要因素。受传者的一般心理表现有为求真、求新、求短、求近、求情厌教，从而形成接受信息时的选择性，包括选择性注意、不耐受

选择性理解和选择性记忆。此外，受传者的社会人口学特征和健康状况也是影响其对健康信息选择性的重要因素。

健康传播活动发生的自然环境和社会环境也会影 响传播效果，如自然环境中的活动地点、场 所距离等，社会环境中的文化习俗、社会规范 等也可以促使实现良好传播效果或使传播效果削弱。

## 62. [J]简述影响健康的因素。

答案：(1) 遗传与生物学因素；  
(2) 行为生活方式因素；  
(3) 自然环境因素；  
(4) 社会环境因素；  
(5) 卫生服务因素。

## 63. [J]简述影响医患沟通效果的四个因素及解决办法。

答案：影响医患沟通效果的四个因素：角色模糊、责任冲突、权力差异、理解分歧。

解决办法：交流对于增加相互理解十分重要，只有通过对话才能理解彼此的真实想法。为帮助患者解决他们的问题，医护人员需要知道患者对他们话语的理解程度，只有通过交流，医护人员才能理解患者的担忧和存在的问题。要达到医患理解上的一致，避免理解分歧，需要制度等。

时间、奉献和认知上的努力，但通过这个过程，会有效且持续的有益于医患关系。。

64. [J]简述影响饮食行为的因素答案：(1)生理因素：①年龄：年龄不同，对食物的喜爱也不同，每日所需的食物量和特殊营养素也不同。②特殊生理状况：如女性在妊娠和哺乳期对营养素的需求量明显增加。③活动量：活动量大的人所需热能和营养素高于活动量小的人。④身高和体重：体重高大强壮的人热能及营养素的需求量较高。

(2)病理因素：①疾病影响：患病可使食欲减退，某些高代谢性疾病，如发热是代谢增加，所需营养素也高于平时。②事物过敏和不耐受：有的病人对某种特定的食物会发生过敏反应或不耐受

(3)心理社会文化因素：

①情绪与环境：不良情绪如焦虑、恐惧、忧郁等均可引起交感神经兴奋，抑制胃肠蠕动和消化液的分泌，使病人食欲降低，甚至厌食。②饮食习惯：人的饮食嗜好多受地域环境、家庭经济、文化背景、民族、宗教的影响。

④药物与饮酒：有的药物可增加食欲，有的药物则可影响营养素的吸收，长期大量饮酒可导致食欲减退，对营养的摄入造成影响。

## 65. [J]简述针对肥胖高危人群的健康干预目标和措施。

答案：(1) 肥胖的高危因素包括家族史、膳食不平衡、体力活动少，也包括与肥胖相关的疾病等。

(2)干预目标

提高目标人群肥胖标准、肥胖原因、肥胖危害等知识水平；提高目标人群合理膳食比例；提高目标人群规律运动比例。

(3)干预措施

在学校、工作场所开展健康教育、通过媒体开展健康教育；提供支持合理膳食、运动的环境，如运动场所、低脂食品等；进行政策支持，如中小学的阳光运动一小时政策，工间操制度等。人群的预防控制肥胖的目标是：增加

该群体的知识和技能，减少或消除发生并发症危险因素。健康教育干预措施包括：改变高危人群的知识、观念、态度和行为；让他们了解，不良环境或生活方式因素对肥胖症的发生可起促进作用并激活这一趋势，而改变膳食、加强体力活动对预防肥胖是有效的。可以通过学校、社团、工作场所人群的筛查发现高危人群。

## 66. [J]简述“知信行模式”基本思想，并举例说明。（如以艾滋病为例）

答案：(如以艾滋病为例) 知信行模式是健康相关行为改变理论之一。知识是健康信念形成、转变态度，并形成健康行为的基础；信念是产生行为的动力，行为是健康教育的目标。知、信、行三者之间存在相关关系，但没有必然性，要使人群在接受卫生保健知识的基础上产生信念和行为的转变仍然是一个复杂的过程，需要认真设计和执行。

如艾滋病的健康教育：健康教育者通过多种方式向群众宣传艾滋病预防知识，群众通过思考，加强了对保护自己和他人健康的责任感，形成信念。在信念的支配下，绝大多数群众能摒弃各种不良行为，并确信只要杜绝艾滋病的传播途径，人类就一定能战胜艾滋病。预防艾滋病的健康行为模式就此逐步建立。

## 67. [J]简述“知信行模式”及其基本思想。

答案：知识—信念与态度—行为  
知识是健康信念形成、转变态度，并形成健康行为的基础；信念是产生行为的动力，行为是健康教育的目标。知、信、行三者之间存在因果关系，但没有必然性，要使人群在接受卫生保健知识的基础上产生信念和行为的转变仍然是一个复杂的过程，需要认真设计和执行。

## 68. [J]简要比较人际传播与大众传播的特点。

答案：(1) 人际传播的传播者为个体或群体；大众传播的传播者为专门的传播机构和

人员。  
(2) 人际传播不需要任何非自然媒介，可以比较随意地进行；大众传播使用的媒介为广播、电视、报纸、杂志等大众传媒。

(3) 人际传播的传播速度慢，而大众传播的传播速度快。

(4) 人际传播中信息的针对性比大众传播更强。

(5) 人际传播反馈及时，而大众传播没有反馈或反馈相对较慢。

## 69. [J]简要回答健康教育的干预策略。

答案：(1) 教育策略：教育策略的核心是教育人们形成有益于健康的知识和技能，从影响健康的因素角度讲，既作用于倾向因素，也作用于强化因素。

(2) 环境策略：环境策略的作用对象是影响行为的促成因素，即物质环境、条件，从而使人们采纳健康行为的意愿得以实现。

(3) 政策策略：政策策略从两方面作用于人群的健康行为：①政策可以支持并促使这些行为得以实现。②政策策略还可以通过影响资源配置、环境改善从而促进健康行为乃至健康。

## 70. [J]简要说明非等同比较组设计的基本思想。

答案：非等同比较组是一种类试验设计，其设计思想为选择相匹配的对照组，在干预前对干预组和对照组都进行测量，然后对干预组实施健康教育干预，干预结束后再次分别对干预组和对照组进行测量，比较干预组在干预前后的变化，同时比较对照组在同时期的变化，并比较两组变化量的差异，进而评价健康教育效应和结局。

## 71. [J]简要说明患者教育的程序。

答案：(1) 评估教育需求：了解目标人群有关疾病与健康的知识、态度，行为危险因素，有无学习动机、学习能力等；

(2) 进行教育诊断：确定教育对象存在的问题及导致这些问题的原因，为制定合理的教育计划奠定基础；

(3) 制定教育计划：明确教育目标，进而确定具体的患者教育活动、时间等；  
(4) 实施教育计划：具体落实患者教育计划，这是一个医患双方互动的过程，患者在医务人员的指导下积极主动学习，提高疾病与健康知识水平和自我保健能力。

(5) 评价：在实施教育计划的过程中，不断发现问题，及时调整：教育计划完成后，通过多种形式评估患者教育效果，了解教育目标是否达到。

#### 72. [J] 简要说明健康促进的基本策略。

答案：(1) 倡导：主要强调的是针对政策决策者运用倡导的策略，促进有利于健康的公共政策的制定和出台。

(2) 赋权：开展社区及人群的能力建设，激发社区和个人的潜能，最终使社区、每个家庭和个人具备承担起各自的健康责任的能力，并能付之于行动。

(3) 协调：健康促进涉及到政府、各部门、社会团体、非政府组织、社区、个人，需要运用协调策略，使各方面力量能互相支持、配合，形成促进健康的强大联盟和社会支持体系。

(4) 社会动员：社会动员策略主要的对象是社会各方面的力量、社区以及个人，有效的社会动员需要以远大的目标感召人们，促使各方积极行动，产生切实的效果。

#### 73. [J] 简要说明健康教育与健康促进计划的具体目标。

答案：(1) 健康教育与健康促进计划的具体

目标是为实现总体目标而设计的具体、可测量的目标。

(2) 在具体目标的表述中应能回答以下问题：  
Who—对谁？  
What—实现什么变化？  
When—时间范围  
Where—在哪里？  
How much—变化程度

(3) 健康教育与健康促进计划的具体目标分为三种类型：教育目标、行为目标和健康目标。

#### 74. [J] 健康

答案：WHO于1948年提出“健康不仅是没有疾病或不虚弱，而是身体的、精神的健康和社会幸福的完满状态”

#### 75. [J] 健康传播

答案：健康传播：健康传播是健康教育与健康促进的重要手段和策略，运用各种传播媒介渠道和方法，为维护和促进人类健康的目的而制作、传递、分散、分享健康信息的过程。

#### 76. [J] 健康促进

答案：健康促进：健康促进是指一切能促使行为和生活条件向有益于健康改变的教育与环境、支持的综合体，其中环境包括社会的、政治的、经济的和自然的环境，而支持即政策、立法、财政、组织、社会开发等各系统。

#### 77. [J] 健康促进的五大活动领域是什么？

例如：卫生宣传是卫生知识的单向传播，受传模式。

者比较泛化，反馈不够，相比而言更关注宣传影响，较少关注宣传活动是否能引发受传者行为的变化。

#### 87. [J] 举例说明健康教育的“知—信—行”

答案：“知—信—行”模式是健康教育中常用的理论模式，它将人们行为的改变分为获取知识、产生信念、形成行为三个连续过程。以下是一个关于预防心血管疾病的健康教育“知—信—行”模式的例子：

答案：(1) 制定促进健康的公共政策；  
(2) 创造支持性环境；  
(3) 加强社区行动；  
(4) 发展个人技能；  
(5) 调整卫生服务方向。

#### 78. [J] 健康教育

答案：是通过信息传播和行为干预，帮助个人和群体掌握卫生保健知识、树立健康观念、自觉采纳有利于健康行为和生活方式的教育活动与过程。

#### 79. [J] 健康素养

答案：世界卫生组织（WHO）将“健康素养”定义为人们获取、理解、实践健康信息和服务，并利用这些信息和服务做出正确的判断和决定，促进自身健康的能力。

#### 80. [J] 健康素养（世界卫生组织）

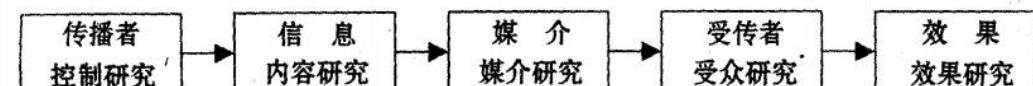
答案：世界卫生组织（WHO）将“健康素养”定义为人们获取、理解、实践健康信息和服务，并利用这些信息和服务做出正确的判断和决定，促进自身健康的能力。

#### 81. [J] 健康素养（世界卫生组织定义）

答案：健康素养（世界卫生组织定义）人们获取、理解、实践健康信息和服务，并利用这些信息和服务做出正确的判断和决定，促进自身健康的能力。

#### 82. [J] 健康相关行为

答案：指人类个体和群体与健康和疾病有关的行为，按行为对行为者自身和他人健康状况的影响，分为促进健康行为和危害健康行为。



#### 1. 知识（知）

健康知识的传播：

向公众传播心血管疾病的相关知识，包括病因（如高血压、高血脂、高血糖、吸烟、缺乏运动、肥胖等是主要危险因素）、症状

#### 83. [J] 健康信息

答案：健康信息：泛指一切有关人的健康的知识、技术、技能、观念和行为模式，即健康传播过程中传受双方所制作、传递和分享的内容。

#### 84. [J] 结局评价

答案：是着眼于评价健康教育/健康促进项目实施后导致的目标人群健康状况乃至生活质量的变化。对于不同的健康问题；从行为改变到出现健康状况改善所需的时间长短不一，但均在行为改变之后出现，故结局评价也常被称为远期效果评价。

#### 85. [J] 举例说明不设对照组的干预前后测试这一评价方案的优点与不足。

答案：其基本思想是通过比较目标人群在项目实施前和实施后有关指标的情况，反映健康教育/健康促进项目的效应与结局。  
该评价方案的优点在于方案设计与实际操作相对简单，能节省人力、物力资源。

不设对照组的自身前后测试无法控制时间因素、测量与观察因素等对项目效果的影响，影响到了对效果的准确认定。

#### 86. [J] 举例说明传播五要素。

答案：健康传播的“五因素传播模式”是拉斯韦尔提出的，该模式通过对五个问题的回答，描述了传播的基本结构和传播学研究的五大领域。

这五个问题是：谁？说了什么？通过什么渠道？对谁？取得什么效果？。模式及其五大研究领域是

（如心悸、胸痛、呼吸困难等）、危害（可能导致心肌梗死、脑卒中等严重后果）。例如，通过社区健康讲座、医院的宣传栏、线上科普文章等多种渠道，详细讲解血液中胆固醇过高会在血管壁形成斑块，使血管变窄，影响血液循环，进而增加心血管疾病的发病风险。

同时，也会介绍预防和治疗的知识，如合理饮食（控制盐、脂肪和糖的摄入，增加蔬菜、水果和全谷物的摄入）、适量运动（每周至少150分钟中等强度有氧运动，像快走、慢跑等）、戒烟限酒、定期体检（测量血压、血脂、血糖等指标）。

## 2. 信念（信）

### 建立健康信念：

当人们获取了这些知识后，会对心血管疾病的预防和控制形成一定的信念。例如，一位有高血压家族史的中年人，在了解到高血压是心血管疾病的重要危险因素，并且知道通过改善生活方式可以有效控制血压后，开始相信自己可以通过合理的饮食和运动来预防心血管疾病的发生。

他看到身边有朋友因为心血管疾病而遭受痛苦，甚至失去生命，这种经历也会强化他的健康信念。他会认为预防心血管疾病不仅是为了自己的身体健康，也是为了家人的幸福，从而产生一种积极预防疾病的信念。

## 3. 行为（行）

### 形成健康行为：

基于这种信念，个体就会采取相应的健康行为。这位中年人开始调整自己的饮食，减少油腻食物和盐的摄入，每天保证摄入足够的蔬菜和水果。他还制定了运动计划，每周至少进行三次慢跑，每次30分钟左右。并且，他会定期去医院测量血压、血脂等指标，监测自己的身体状况。

同时，他还会向家人和朋友传播心血管疾病预防的知识，鼓励他们也采取健康的生活方式。比如，他会提醒家人减少吸烟的频率，和朋友一起参加健身活动等，将这种健康行为在社交圈中推广。

在这个例子中，健康教育从知识传播开始，使人们了解心血管疾病相关信息，进而建立预防疾病的信念，最终促使人们形成健康的行为来

预防心血管疾病，这就是“知—信—行”模式在健康教育中的具体体现

88. [J] 举例说明健康教育干预策略在社区高血压防治健康促进项目中的运用。

答案：在社区高血压防治健康促进项目中，可以运用的教育策略有信息交流策略（如讲座、咨询、电视公益广告、小册子、折页等）、技能培训策略（如讲座、演示与模拟训练、示范操作等），以及组织方法策略（如社区运动）

社会策略包括政策、法规、规章制度、文化氛围等，例如建立30岁以上患者首诊测血压制度，可以及早发现高血压患者，有益于做到社区高血压的三级预防保健。环境包括社会环境和物理环境，在社区高血压预防和控制项目中，建立人群运动场所、制定等。

89. [J] 举例说明健康教育与健康促进计划的具体目标分哪三方面。

答案：健康教育与健康促进计划的具体目标是指为实现总体目标设计的、具体的、两化的指标，在表述中应可以回答谁、实现什么变化、在多长时间内实现这种变化、在什么范围内实现这种变化和变化程度如何五个问题。根据变化内容，可以将具体目标分为：

(1) 教育目标：其变化内容为健康教育的最直接和近期的结果，如知识的变化、信念的改变、态度的改变等。

(2) 行为目标：改变内容是健康相关行为，即通过实施健康教育与健康促进计划预期在健康相关行为上发生的改变。

(3) 健康目标：是执行健康教育与健康促进计划后人群健康状况的改变，需要一个较长的过程。健康目标的选择取决于项目计划的性质、持续时间等。

90. [J] 举例说明健康教育与健康促进计划具体目标应包含的要素。

答案：(1) who：目标人群是谁；  
(2) where：在什么地方；  
(3) what：改变什么；

(4) when：何时发生改变；

(5) how much：改变多少。

例如：在项目执行三年后，使项目地区75%的成年人能做到每年测量一次血压。

91. [J] 举例说明健康教育与健康促进具体目标的类型。

答案：(1) 健康目标：如疾病发病率降低；  
(2) 行为目标：如住院分娩率提高；  
(3) 教育目标：如高血压知识得分提高；  
(4) 政策与环境目标：如制订工间操制度。

92. [J] 举例说明医院健康教育的理念从狭义到广义实现了哪些转变。

答案：(1) 狹义医院健康教育就是患者教育，以病人为中心，针对到医院接受医疗保健服务的患者及其家属开展健康教育，关注患者个人的健康状况和疾病特点。

(2) 广义医院健康教育以健康为中心，以医疗卫生机构为基础，为改善患者及其家属、社区、医院员工的健康相关行为而进行的有组织、有计划、有目的的健康教育。

(3) 医院健康教育从狭义到广义实现的转变有：

从以病人为中心转变到以健康为中心；在时空上，由医院内部扩展到社区；在对象上，由患者及其家属扩展到社区人群和医院员工；在教育内容上，由三级预防扩展到生命的全过程。

93. [J] 举例说明影响健康传播效果的因素与对策。

答案：(1) 传播者；  
(2) 信息；  
(3) 媒介/渠道；  
(4) 受传者：；  
(5) 环境。

94. [J] 举例说明运用健康信念模式分析母乳喂养时“自我效能”的作用。

答案：自我效能是个体对自己能力的评价和判断，即是否相信自己能通过努力成功采纳有利于健康的行为，并取得预期结果。自我

效能高的人，更有可能采纳促进健康的行为。在采纳母乳喂养行为中，母亲的自我效能是其实施该行为与否的重要因素，如果母亲具有决策能力；有自己安排工作时间的便利条件，或有能力促使家人和单位对自己实施母乳喂养给予方便；相信自己可以进行母乳喂养，则说明该母亲自我效能较高，更有可能进行母乳喂养。反之，则会影响这一有益于健康的行为的实现。

95. [J] 举例说明在社区开展糖尿病预防控制健康促进项目的意义。

答案：(1) 随着人口老龄化和人们生活方式的改变，糖尿病越来越成为当前威胁社区居民健康的主要卫生问题之一，其危险因素与人们的日常行为、生活方式密切相关，这些行为多发生在家庭和社区中。

(2) 开展社区糖尿病预防控制项目，可以充分发掘和利用社区的有利条件，如社区的环境条件资源、社区政策、社区活动等，有助于人们行为生活方式的改善。

(3) 依托社区这个场所，也便于开展针对社区人群的各项健康教育活动，如合理膳食、糖尿病患者食物选择与制作等，并取得良好效果。

(4) 开展社区糖尿病预防控制项目，可以有效发挥社区卫生服务的优势，集疾病预防和现有病人治疗为一体，从整体上减少糖尿病对人群健康的影响，提高社区人群生活质量。

96. [Q] 强化因素

答案：强化因素：强化因素是激励行为维持、发展或减弱的因素，主要来自社会支持、同伴影响和领导、亲属及保健人员的劝告，也包括人们对行为后果的感受。分正强、负强化两种，发生在行为之后。

97. [Q] 倾向因素

答案：倾向因素：倾向因素先于行为，是产生某种行为的动机、愿望，或是诱发某行为的因素，倾向因素包括知识、信念、态度、价值观等，也包括个人行为技能技巧。是影响健康相关行为的重要因素。

98. [Q]请制定社区高血压预防控制健康教育与健康促进提纲。

答案：（1）高血压病的特点与相关行为危险因素的描述；

（2）健康教育项目目标的描述；

（3）健康教育项目目标人群的描述；

（4）健康教育策略与活动的简要描述；

（5）项目评价的简要描述。

99. [R]人际传播

答案：也称人际交流，是指人与人之间进行直接信息（message）沟通的一类交流活动。这类交流主要是通过语言来完成，但也可以通过非语言的方式来进行，如动作、手势、表情、信号（包括文字和符号）等。

100. [R]人际关系

答案：人际关系：是社会生活实践活动过程中，个人所形成的对其他个体的一种心理倾向及其相应行为，反映了人与人之间心理上的距离。

101. [R]人生三阶段

答案：人生三阶段：WHO西太区提出的人生三阶段的概念，把人的生命进程分为三个阶段：生命的准备、生命的保护、晚年生活质量，旨在最大限度地发挥个人健康潜能。

102. [S]三、问答题

简述患者健康教育的分类。

答案：答：（1）门诊教育

门诊教育是指病人在门诊诊疗过程中实施的健康教育活动。

（2）住院教育

住院教育系指病人在住院治疗期间接受的健康教育。

（3）随访教育

又称出院后教育，是住院教育的延伸和拓展，也是医院开展社区卫生服务的一项内容。

103. [S]三、问答题

简述健康教育与健康促进干预策略。

答案：答：第一，政策策略，从两方面作用于人

群的健康行为。

一是政策可以支持并促使这些行为得以实现；二是政策策略还可以通过影响资源配置、环境改善从而促进健康行为乃至健康。

第二，环境策略

环境策略的作用对象是影响行为的促成因素，从而使人们采纳健康行为的意愿得以实现。

第三，教育策略

教育策略的核心是教育人们形成有益于健康的知识和技能，从影响健康的因素角度讲，既作用于倾向因素，也作用于强化因素。

第四，社区策略，社区策略的主要目的是发动和引导社区人们树立健康意识，关心自身、家庭和社区的健康问题，积极参与社区健康教育活动，养成良好卫生行为和生活方式，以提高自我保健能力和群体健康水平。

104. [S]三、问答题

简述拉斯韦尔五因素传播模式。

答案：答：回答五个问题：“谁（who）、说了什么（says what）、通过什么渠道（through what channel）、对谁（to whom）、取得什么效果（with what effect）”这就是拉斯韦尔五因素传播模式，又称5W模式。

105. [S]三、问答题

简述行为改变的阶段理论把行为转变分为的几个阶段。

答案：答：行为改变的阶段理论，把行为转变分为5个阶段，对于成瘾行为来说，还有第6个阶段即终止阶段。

（1）没有打算阶段；（2）打算阶段；（3）准备阶段；（4）行动阶段；（5）维持阶段；  
（6）终止阶段。

106. [S]社区健康促进

答案：是指通过健康教育和社会支持，改变个体和群体行为、生活方式和环境影响，降低社区的发病率和死亡率，提高社区人民的健康水平和生活质量。社区健康促进的两大

构成要素是：健康教育及其他能促使行为和环境有益于健康改变的一切社会支持系统。

107. [S]社区健康教育

答案：社区健康教育：指以社区为单位，以社区人群为教育对象，以促进居民健康为目标，有组织、有计划、有评价的健康教育活动。其目的是发动和引导社区人民树立健康意识，关心自身、家庭和社区健康问题，积极参与健康教育活动，形成有益于健康的行为和生活方式。

108. [S]生活方式

答案：是指一系列日常活动的行为表现形式。

109. [S]试比较不设对照组的自身前后比较和非等同比较组设计方案的优缺点。

答案：不设对照组的自身前后比较：设计与操作相对简单，能节省人力、物力和财力资源；当项目周期比较长时，时间因素的影响较大；适宜于评价短周期项目，同时需注重对影响评价因素的控制。

非等同比较组设计方案：通过设立对照组可以有效消除一些混杂因素的影响，但当对照组选择不恰当时，会产生选择偏倚，对照组无法发挥必要的作用；非等同比较组设计方案的实用性较广，但应注重对照组与干预组的可比性。

110. [S]试比较大众传播与人际传播的特点。

答案：a) 大众传播的传播者为职业传播机构，人际传播中，交流双方互为传播者和受传者。

b) 大众传播通常采用电子或印刷媒介，人际传播无需非自然媒介。

c) 大众传播的传播速度快，而人际传播的传播速度慢。

d) 大众传播反馈较慢，而人际传播反馈及时。

e) 大众传播的受传者为社会大众，而人际传播的受传者局限于某些个体或群体。

f) 大众传播信息可以保存，人际传播容易发生信息失真。

111. [S]试比较效应评价与结局评价的异同。

答案：（1）效应评价与结局评价关注的都是健康教育与健康促进干预实施后产生的效果，均可通过不设对照组的干预前后测试或非等同比较组设计进行评价。

（2）效应评价是对健康行为及其影响因素的变化情况进行的评价，常见的指标包括知识知晓率、态度转变率、行为形成率等。属于近期、中期效果评价。

（3）结局评价是对健康状况乃至生活质量改变进行的评价，常用的指标包括发病率、死亡率、生活质量等，属于远期效果评价。

112. [S]试述影响健康传播效果的受众者方面的因素。

答案：健康传播的受众是社会人群，他们有着不同的健康需求和信息需求。传播内容要符合听众的年龄生理与心理特点。根据受众特点制定传播策略是传播学理论在健康传播中的具体应用。

（1）受传者的心理因素。受传者在接受一种新信息或采纳一种新行为时，要经历一个心理发展过程，这一过程大致分为知晓、劝服、采纳、加强四个心理发展阶段。对健康教育者准确地制定传播策略具有指导意义。假若按听众的心理发展阶段制定传播计划，决定信息内容，选择媒介渠道，那么传播效果会更好。

（2）受传者在接受信息传播过程中的共同心理特征：听众对新信息除了表现为选择性注意、选择性理解和选择性记忆三种信息选择性的心理因素外，并有“5求”心理即：①求真（真实可信）；②求新（新鲜新奇引人）；③求短（短小精悍，简单明了）；④求近（与受传者在知识、生活经验、环境、空间及需求欲望接近）；⑤求情厌教（喜欢富有人情味的、动之以情的信息，而厌恶过多的居高临下的说教）。

对此，广告学中有效广告的AIDAS理论值得借

鉴：广告是为了达成AIDA四个阶段，或被称为AIDAS理论的心理过程，使受众达成购买行为。即：A (attention) 使受众注目； I (interest) 使受众发生兴趣； D (desire) 使受众产生欲望； A (action) 使受众采取行动。这是AIDA法则，如果再加上一个S (satisfaction) 使受众满足，便是AIDAS理论。

(3) 受传者的社会经济文化特征医学教育网整理：如民族、年龄、性别、职业、文化水平、宗教、经济状况等背景与人群的生活方式、卫生习惯、卫生知识需求和对新信息的敏感性密切相关。

(4) 受传者的健康状况会直接影响到他对健康信息的需求、选择和迫切的程度。① 特定健康需求：患病生理阶段，有强烈的健康信息需求，常常表现为饥不择食的“有病乱投医”，这正是我们为其提供生活服务和避免其受骗上当的最佳时机；② 潜在健康需求：每个人都有接受健康信息的客观需要，无病时意识不到，此时我们提供一些稍微超前的医学防治知识技能，有助于听众“防患于未然”。

113. [S] 说明健康教育计划设计中的社会诊断。

答案：社会诊断是生物—心理—社会医学模式的具体体现。其诊断的重点内容包括社区人群的人口学特征、人群的生产、生活环境及其生活质量。

包括：(1) 社会环境：社会政策环境；社会与经济环境；社会文化环境；卫生服务系统特征；资源情况。；人群生活质量。

114. [T] 体力活动

答案：体力活动(Physical Activity, PA)的概念很广，并且易与其它概念混淆。已经被普遍接受的是Caspersen等人的定义：“任何由骨骼肌收缩引起的导致能量消耗的身体运动”。

115. [W] 危害健康行为

答案：危害健康行为：是指个体或群体偏离个人、他人、社会的健康期望的一组行为，这些

行为是后天习得的，稳定的，并且对健康有不良影响。

116. [W] 为什么说健康教育是行之有效的治疗手段？

答案：首先，通过健康教育，可提高病人对医护人员的信任感和依从性。有助于患者遵从医嘱，主动配合治疗。

其次，通过健康教育，实现对病人的心理保健，可满足病人的心理需求，消除病人及家属的不良心理反应，帮助他们以积极的、平和的心态对待疾病，帮助他们建立战胜病魔的信心。

第三，许多疾病与不良生活方式和卫生行为习惯密切相关，在治疗疾病中，除药物治疗外，必须坚持饮食控制、适当锻炼等非药物方法。

117. [ ]. 为什么说健康教育与健康促进很好地体现了三级预防的思想？

答案：一级预防为病因预防，表现为采取积极有效的措施进行病因预防，如帮助人们建立健康的行为生活方式、有效利用免疫接种等预防保健服务、提供安全的食品和饮用水等。二级预防体现在早发现、早诊断、早治疗，预防疾病的发展，促进疾病的治愈。通过健康教育可以帮助人们做到定期体检、在察觉有疾病征兆时及时就诊，合理利用卫生服务。

三级预防指的是及时有效的治疗与康复，预防并发症和伤残，恢复社会生活和劳动能力，提高生命质量。健康教育与健康促进对于慢病而言，本身就是有效的治疗因素。此外，健康教育与健康促进还能为康复提供设备等环境支持和政策的支持。可见，是对“三级预防”的最好诠释。

118. [W] 为什么说健康教育与健康促进是医疗服务的组成部分和有效治疗手段？

答案：医院健康教育贯穿在三级预防中，是提高患者和社区群众健康意识和自我保健能

力，改善从医行为和提高医疗质量的重要手段。首先，通过健康教育可以提高病人对医护人员的信任感和依从性，使病人主动配合治疗，促进康复，提高医疗质量。其次，通过健康教育，实现对病人的心理保健，帮助病人树立战胜疾病的信心，满足病人的心理需求。

第三，健康教育本身就是一种治疗手段，在慢性非传染性疾病中，指导病人合理膳食、适当锻炼，提高自我保健能力，是有效易行的非药物治疗手段。

119. [W] 为什么说医院健康教育是行之有效的治疗手段？

答案：首先，通过健康教育，可提高患者对医护人员的信任感和依从性。有助于患者遵从医嘱，主动配合治疗。

其次，通过健康教育，实对患者的心理保健，可满足患者的心理需求，消除患者及家属的不良心理反应，帮助他们以积极的、平和的心态对待疾病，帮助他们建立战胜病魔的信心。再次，许多疾病与不良生活方式和卫生行为习惯密切相关，在治疗疾病中，除药物治疗外，必须坚持饮食控制、适当锻炼等非药物方法。

120. [X] 效应评价

答案：是要评估健康教育/健康促进项目导致的目标人群健康相关行为及其影响因素的变化。与健康结局相比，健康相关行为的影响因素及行为本身较早发生改变，故效应评价又称为近中期效果评价。

121. [X] 心理咨询

答案：心理咨询：是给询者以指导和帮助的过程，帮助来询者解决心理上的疑难问题，解脱其心理上的痛苦，改善人际关系，提高应对各种事物的能力，从而促进其主动调节与适应环境的能力，促进身心健康发展。

122. [X] 形成评价

答案：形成评价：是一个为健康教育计划设计和发展提供信息的过程，包括为制定干预

计划所做的需要评估及为计划设计和执行提供所需的基础资料。

123. [X] 学校健康促进

答案：学校健康促进：强调通过学校、家长和学校所属社区内所有成员的共同努力，给学生提供完整的、积极的经验和知识结构，包括设置正式和非正式的健康教育课程，创建安全健康的学习环境，提供合适的健康服务，让家长和更广泛的社区参与，共同促进学生健康。

124. [Y] 一级目标人群

答案：指健康教育与健康促进项目希望他们实施所建议的健康行为，以促进其健康状况的人群。

125. [Y] 医院健康促进

答案：是健康教育和能促进病人或群体行为和生活方式改变的政策、法规、经济及组织等社会支持的综合。

126. [Y] 医院健康教育（广义）

答案：医院健康教育（广义）：是以健康为中心，以医疗保健机构为基础，为改善患者及其家属、社区成员和医院职工的健康相关行为所进行的有组织、有计划、有目的的教育活动。

127. [Y] 医院健康教育（狭义）

答案：医院健康教育（狭义）：狭义的医院健康教育又称临床健康教育或患者健康教育，是以病人为中心，针对到医院接受医疗保健服务的患者及其家属所实施的健康教育活动，目的是针对患者个人的健康状况和疾病特点，通过健康教育实现三级预防，促进身心健康。

128. [Y] 以青少年控烟项目为例，简述健康促进干预策略。

答案：(1) 教育策略：核心是教育人们形成有益于健康的认知和技能，从影响健康的因素角度讲，既作用于倾向因素，也作用于强化因素。如在学校开设健康教育课，纳入控烟教育的内容。

(2) 环境策略：影响行为的促成因素，即物质环境、条件，从而使人们采纳健康行为的意愿得以实现。如学校周边的商店不向青少年售

烟。

(3) 政策策略：①政策可以支持并促使健康行为得以实现。②政策策略还可以通过影响资源配置，环境改善从而促进健康行为乃至健康。如学校制订学生守则，规定青少年禁止吸烟，

129. [Y]以青少年控烟项目为例，简述健康教育与健康促进干预策略。

答案：(1) 教育策略：核心是教育人们形成有益于健康认知和技能，从影响健康的因素角度讲，既作用于倾向因素，也作用于强化因素。如在学校开设健康教育课，纳入控烟教育的内容。

(2) 环境策略：影响行为的促成因素，即物质环境、条件，从而使人们采纳健康行为的意愿得以实现。如学校周边的商店不向儿童青少年售烟。

(3) 政策策略：①政策可以支持并促使这些行为得以实现。②政策策略还可以通过影响资源配置、环境改善从而促进健康行为乃至健康。如学校制订学生守则，规定青少年禁止吸烟。

130. [Y]以社区控烟项目为例，简要说明效应评价的指标。

答案：效应评价要评估健康教育/健康促进项目导致的目标人群健康相关行为及其影响因素的变化，具体来说就是评价实施健康教育与健康促进干预后，倾向因素、促成因素、强化因素及目标人群行为的变化情况。

就社区控烟项目而言，效应评价指标包括：

- (1) 烟草危害知识知晓率；
- (2) 是否制订控烟相关政策；
- (3) 人群赞同公共场所禁止吸烟的比例；
- (4) 戒烟率。(或被动吸烟率)

131. [Y]影响高血压患者坚持服药行为的倾向因素、促成因素和强化因素有哪些？

答案：倾向因素：如高血压病人自身对高血压病知识的了解程度；相信坚持服药可以控制血压等。

促成因素：病人就医方便；医生定期询问服药情况；有比较经济实惠的降压药物，自己可以承受长期医药费。

强化因素：血压控制后，自身健康状况有所改善，生活质量提高；家人的支持和提醒。

132. [Y]影响评价效果的时间因素

答案：影响评价效果的时间因素：在健康教育计划执行或评价期间发生的重大的、可能对目标人群产生某种影响的事件称为时间因素（历史因素），可能加强或减弱健康教育计划本身的效果。

133. [Z]自我传播

答案：自我传播：指个人接受外界信息后，在头脑内进行信息加工处理的心理过程。

134. [Z]自我效能

答案：自我效能：是个体对自己能力的评价和判断，即是否相信自己能通过努力成功采纳健康行为，并取得期望的结果。自我效能高的人，更有可能采纳有益于健康的行为。