**2020 年健康管理师（三级）《基础知识》考前模拟卷**

**一、单选题（以下每道试题有五个备选答案，请从中选择一个最佳答案）**

1.长期护理保单，为了保证长期有效，通常在合同中承诺（ ）。

A.保单的可续保险

B.通常设有免责期条款

C.提供免费豁免

D.保险的赔付期可长可短

E.保证以往的生活方式

2.五脏中属火的是（ ）。

A.肺

B.肝

C.心

D.脾

E.肾

3.疾病筛查、普查属于（ ）。

A.第二级预防

B.第三级预防

C.化学预防

D.第一级预防

E.三级预防策略

4.社会医疗保险一般性原则不包括（ ）。

A.补偿性

B.营利性

C.互助性

D.大数法则

E.强制性

5.健康风险评估的核心是（ ）。

A. 对个人健康状况的量化评估

B. 对未来患病和/或死亡危险性的量化评估

C. 设定问卷

D. 出评估报告

E. 对群体健康状况的量化评估

6.中医理论中，“气”与疾病的关系的叙述哪项是错误的（ ）。

A.气可养人，亦可伤人

B.人体生病是因为感受邪气

C.气机不调可以导致疾病

D.气机不调可表现为气虚

E.气机不调可表现为气郁

7.下面关于运动处方的陈述正确的是（ ）。

A.每个人参加锻炼都需要运动处方

B.运动处方不是药物处方，不需要开处方者承担医疗责任

C.运动处方的目的是为人群提供运动锻炼的指导

D.运动意外危险分层高的人参加锻炼必须有运动处方

E.医生在制定运动处方过程中起辅助作用

8.对于近似正态分布的资料，描述其变异程度选用的指标是（ ）。

A.变异系数

B.离均差平方和

C.极差

D.四分位数间距

E.标准差

9.用“心、眼”细心品味，全面观察，收集和捕捉交流中的各种信息属于（ ）。

A.观察技巧

B.说话技巧

C.听话技巧

D.问话技巧

E.反馈技巧

10.心率一般定义在 60% -75%(HRmax)的身体负荷的相对强度属于（ ）。

A.极小强度

B.小强度

C.中等强度

D.大强度

E.极大强度

11.下列关于健康管理评估的表述不正确的是（ ）。

A.要通过一定的技术手段

B.是对健康管理项目执行的范围、时间、成本和质量的评估

C.是对利益关系预期需要的评估

D.是进行对比、分析、总结的过程的评估

E.是对疾病发生发展结果的评估

12.以下关于需求管理的阐述错误的是（ ）。

A.需求管理实质上是通过帮助健康消费者维护自身健康和寻求，恰当的卫生服务，控制卫生

成本，促进卫生服务的合理利用

B.需求管理的目标是减少昂贵的、临床并非必需的医疗服务，同时改善人群的健康状况

C.需求管理是一个协调医疗保健干预和与病人沟通的系统，它强调病人自我保健的重要性

D.需求管理常用的手段包括：寻找手术的替代疗法、帮助病人减少特定的危险因素并采纳健

康的生活方式、鼓励自我保健广干预等

E.需求管理通常通过一系列的服务手段和工具，去影响和指导人们的卫生保健需求

13 临床预防服务的内容，一般包括（ ）。

A. 健康咨询、健康筛检、免疫接种、临床经济学评价

B. 健康咨询、健康筛检、化学预防

C. 健康咨询、疾病的早期筛检、现患管理、临床经济学评价

D. 健康筛检、免疫接种、化学预防、疾病病因研究

E. 健康咨询、健康筛检、免疫接种、健康评价

14.在市场竞争环境中真正的难点在于，当你发现了正确的营销组合时，它又开始了新的变

化，健康管理专业服务提供者可以通过理赔依据是（ ）。

A.产品组合来改变客户的期望值

B.服务组合来改变客户的期望值

C.服务特性或价格来改变客户的期望值

D.服务环境来改变客户的期望值

E.服务附加值来改变客户的期望值

15.与冠心病病因无关的因素包括（ ）。

A.高血压

B.溃疡病

C.高脂血症

D.高粘血症

E.糖尿病

16.从锻炼心肺功能的角度考虑，强调相对运动强度达到中等程度以上；从降低体重的角度

考虑，则强调（ ）。

A.能量摄入与消耗达到正平衡

B.能量摄入与消耗达到负平衡

C.相对运动强度达到大强度

D.尽可能多的增加运动量

E.尽可能多的控制饮食摄入

17.关于高血压，说法正确的是（ ）。

A. 原发性高血压为主

B. 继发性高血压占 5-10%

C. 继发性高血压多由肾脏疾病引起

D. 继发性高血压可以治愈

E. 以上都正确

18.关于提问的技巧，说法不正确的是（ ）。

A.提问题时要注意对方的表情和感受，创造轻松愉快的交流气氛

B.对于敏感性问题可以单刀直入的提问

C.要设法使服务对象感到所提问题与自己的利益相关，吸引对方的注意促使其回答问题

D.要了解对方的态度、观点等信息，应该避免使用封闭性问题

E.问题尽量简练、明确，不提复合型问题

19.健康风险评估的三个模块是指（ ）。

A.问卷、危险度计算、评估报告

B.问卷、危险度计算、总结报告

C.问卷、发病率、危险度计算

D.问卷、计划、总结

E.问卷、发病率杜集、总结报告

20.FPG 反应的是哪个细胞的功能（ ）。

A.胰岛β细胞

B.胰岛α细胞

C.胰岛干细胞

D.胰岛ƴ细胞

E.胰岛细胞

21.身体活动强度可分为（ ）。

A.一级、二级、三级、四级

B.低强度、中强度、高强度、极高强度

C.小强度、中强度、大强度

D.普通强度、有强度、高强度、极高强度

E.休闲、普通、有强度、高强度

22.帮助残疾者找到合适的工作属于（ ）。

A.医学康复

B.职业康复

C.教育康复

D.心理康复

E.社会康复

23.属于医疗保险给付保险金条件的是（ ）。

A.客观病历记录

B.依据诊断结果

C.约定疾病的发生

D.约定医疗行为的发生

E.生活能力受损

24.职业道德是用来调整职业个人、职业主体和社会成员之间关系的（ ）。

A.社会意识和行为规范

B.行为准则和行为规范

C.行为准则和社会规范

D.心理意识和行为规范

E.心理意识和行为准则

25.健康管理的研究方法大多来自于预防医学，当今我国预防医学研究的对象是（ ）。

A.已得病的人

B.全社会的人群

C.重视自身健康的人

D.有职业接触危害因素的人

E.健康的人

26.健康教育计划的过程评价应着重关注（ ）。

A.生活方式管理、行为干预的效果

B.项目是否按计划的数量和质量执行

C.目标人群健康相关行为及其影响因素的变化

D.目标人群的参与情况

E.导致目标人群健康状况乃至生活质量的变化

27.属于预防医学基础方法学的学科是（ ）。

A.卫生管理学

B.社会和行为科学

C.卫生化学

D.卫生毒理学和卫生微生物学

E.流行病学和医学统计学

28.下列属于新资源食品的是（ ）。

A.红曲

B.乳酸菌

C.驴肉

D.当归

E.L-阿拉伯糖

29.不属于健康管理的基本策略的是（ ）。

A.生活方式管理

B.团体管理

C.需求管理

D.疾病管理

E.灾难性病伤管理

30.光疗法一般可分为四种疗法，其中不包括（ ）。

A.激光

B.红外线

C.紫外线

D.不可见光

E.可见光

31.在健康风阶评估的概念中，前期暴露因素不包括（ ）。

A.临床检验值(如胆固醇值等)

B.遗传因素(如乳腺癌的家族史等)

C.行为生活方式危险因素(如吸烟等)

D.疾病按年龄和性别分类的发病率

E.个人健康状况

32.（ ）是指患者佩戴动态血压监测仪记录的 24 小时血压。

A.动态血压

B.自测血压

C.诊室血压

D.医院血压

E.门诊血压

33.糖尿病的诊断是糖尿病症状加上随机血糖（ ）。

A.≥7.1mmol/L

B.≥9.1mmol/L

C.≥10.1mmol/L

D.≥11.1mmol/L

E.≥12.1mmol/L

34.以下哪项是健康管理的目的（ ）。

A. 是使有限的资源得到最大化的利用，即以最小的投入获得最大的效用

B. 完善健康和福利

C. 减少健康危险因素

D. 预防高危人群患病

E. 完善健康和福利

35.风险是在给定的条件和某一特定时期，事物可能发生的（ ）。

A.不安全性

B.不确定性

C.不可知性

D.偶然性

E.概率大小

36.中医认为正确的四季养生是（ ）。

A.春秋养阳

B.夏季养阴

C.秋冬养阳

D.春秋养阴

E.春夏养阳

37.健康保险行业是金融行业，它的核心业务为（ ）

A.提供健康保障

B.实施风险管控

C.经营健康管理

D.经营健康风险

E.扩大保费规模

38.下面有关代谢当量的陈述错误的是（ ）。

A.可以根据代谢当量和体重估算运动的能量消耗

B.代谢当量是运动时能量消耗与安静代谢率的比值

C.代谢当量可以转换为耗氧量

D.代谢当量反映活动和安静两种状态能量消耗的相对代谢率

E.代谢当量代表运动能量消耗的静值

39.判断超重肥胖的常用指标不包括（ ） 。

A.体质指数

B.腰臀比

C.腰围

D.大腿内侧皮褶厚度

E.身高标准体重

40.超重者高血压的患病率是正常体重的（ ）。

A. 3〜4 倍

B. 2〜3 倍

C. 6〜7 倍

D. 4〜5 倍

E. 5〜6 倍

41.对于基本卫生保健，下列认识不正确的是（ ）

A.基本卫生保健只对发展中国家适用

B.基本卫生保健能够促进整个社会经济的发展

C.基本卫生保健代表了全世界人民的利益，体现了社会的公正和应享有的健康权利

D.一个国家基本卫生保健的水平是社会精神文明的重要标志

E.只有通过基本卫生保健才能做到人人享有社会所提供给预防疾病和促进健康的各项措施

42.基本卫生保健的核心是（ ）。

A.全民医保

B.社区医疗

C.医疗投入

D.卫生公平性

E.预防为主

43.目前对国人进行生活方式管理的重点，不包括哪一项（ ）。

A. 膳食

B. 身体活动

C. 饮酒

D. 吸烟

E. 精神压力

44.根据目前对糖尿病病因的认识，将糖尿病分为 1 型糖尿病、2 型糖尿病、其他特殊类型

糖尿病及妊娠糖尿病 4 个大类。其中 2 型糖尿病占全部糖尿病的（ ）。

A.85%-90%

B.90%-95%

C.85%-95%

D.80%-85%

E.80%-90%

45.队列研究与病例对照研究相同的是（ ）。

A.研究对象按发病是否分为病例组与对照组

B.在时序上是由前向后的，在疾病发生前开始进行属于前瞻性研究

C.经两组暴露率与暴露水平的比较，分析暴露与疾病的联系

D.被研究因素的暴露状况是通过回顾获得的

E.均属于分析性流行病学方法，常用于检验病因假设

46.2 型糖尿病的危险因素不包括（ ）。

A. 遗传因素

B. 饮酒

C. 膳食因素

D. 早期营养

E. 糖耐量损害（IGT）

47.提高健康认知水平的常用方法不包括（ ）。

A.宣传画

B.拓展训练

C.网站

D.公益广告

E.健康知识专家讲座

48.关于脑卒中的描述不正确的是（ ）。

A. 包括蛛网膜下腔出血、脑出血和脑梗死

B. 蛛网膜下腔出血最多见

C. 和冠心病有共同的危险因素

D. 组成脑中风或中风

E. 是指一组发病急剧的脑血管病

49.诊断 COPD 的金标准是（ ）。

A. 实验室指标

B. 胸部 CT

C. 肺功能测定

D. 血气检查

E. 胸部 x 线检查

50.循证医学针对的对象是（ ）。

A. 病人个体

B. 疾病

C. 治疗方法

D. 病人群体或人群

E. 临床疗效

51.发现乙类传染病后报告时限是（ ）。

A. 2 小时内报告

B. 24 小时内报告

C. 肺炭疽、传染性非典型肺炎、脊髓灰质炎、人感染高致病性禽流感患者或疑似患者 24

小时内报告

D. 肺炭疽、传染性非典型肺炎、脊髓灰质炎、人感染高致病性禽流感患者或疑似患者 12

小时内报告

E. 肺炭疽、传染性非典型肺炎、脊髓灰质炎、人感染 高致病性禽流感患者或疑似患者 2

小时内报告

52.根据中国人体重指数(BMI)的标准，BMI 在≥28Kg/m²者为（ ）

A.轻度肥胖

B.消瘦

C.肥胖

D.超重

E.正常体重

53.依据行为改变的阶段理论，健康管理师在第 1、2 阶段的最主要工作是（ ）。

A. 重点促使人们进行思考，认识到危险行为的危害，权衡改变行为的利弊，从而产生改变

行为的意向和动机

B. 促使人们做出决策，尽快开始改变危害健康的行为

C. 改变环境来消除或减少诱惑

D. 通过自我强化和学会信任来支持行为改变

E. 终止危害行为

54.身体活动按日常活动分类，以下说法错误的是（ ）。

A. 职业性身体活动：通常是指有劳动收入（如工资） 的活动， 包括家政服务等职业行为

B. 业余休闲活动：可以是锻炼

C. 业余休闲活动：不包括看电视

D. 业余休闲活动：也可以是做家务

E. 根据日常生活中身体活动的目的和时间分配，可分为四类

55.下列属于肥胖症高危人群管理措施的是（ ）。

A.改变其知识、观念、态度和行为

B.组织胖友会交流经验

C.家属配合，创造减肥环境

D.做好膳食、体力活动、体重变化的自我监测

E.在医疗单位的配合下监测有关危险因素

56.维生素 D 缺乏引起的疾病最主要的是（ ）。

A. 不育症

B. 暗适应能力下降

C. 脚气病

D. 佝偻病

E. 坏血病

57.医学信息学研究的方法学是（ ） 。

A.医学

B.信息学

C.统计学

D.系统学

E.控制论

58.能为人体提供氮的来源的营养素是（ ）。

A.碳水化合物

B.胡萝卜素

C.抗坏血酸

D.脂肪

E.苯丙氨酸

59.不属于危害健康的行为生活方式的是（ ）。

A. 摄食种类多

B. 高盐饮食

C. 吃隔夜剩菜

D. 不吃早饭

E. 高糖饮食

60.在某市控烟活动中“公共场所禁止吸烟”属于健康促进活动领域中的（ ）。

A.制定促进健康的措施

B.创造支持的环境

C.加强社区的行动

D.发展个人的技能

E.调整卫生服务的方向

61.下列不属于系统软件功能的是（ ）。

A.管理计算机资源

B.监控计算机资源

C.开发其它软件

D.解决各种实际问题

E.维护计算机资源

62.健康管理师职业行为规范应遵循的生命伦理学原则包括（ ）。

A.尊重、不伤害或有利、公平

B.尊重、不伤害或有利、公正

C.尊重、不伤害或有利、效率

D.尊重、不伤害或有利、公开

E.公平、公正、公开

63.老年人身体活动的目的主要是（ ）。

A. 改善心肺功能

B. 降低体脂肪

C. 预防慢性病

D. 提高身体素质

E. 治疗慢性病

64.现代医学根据其研究内容、服务对象和服务方式进行划分，不包括（ ）。

A.基础医学

B.妇产科学

C.临床医学

D.预防医学

E.康复医学

65.健康保险的内在风险因素包括（ ）。

A.社会经济环境变化导致的经营风险

B.医疗机构风险

C.开放保险市场带来的风险

D.产品设计承保以及理赔过程中的一系列风险

E.投保方逆选择和道德风险

66.科学地制定健康体检套餐最主要应该专虑（ ）。

A.家属要求

B.自身健康状况

C.经济水平

D.医院条件

E.家族史

67.三级预防的主要对象是（ ）。

A.患病人群

B.高危人群

C.残疾人群

D.健康人群

E.老年人群

68.我国恶性肿瘤的主要危险因素依次为（ ）。

A. 吸烟、HBV 感染、膳食不合理、职业危害

B. HBV 感染、吸烟、膳食不合理、职业危害

C. 吸烟、膳食不合理、职业危害、HBV 感染

D. 吸烟、HBV 感染、职业危害、膳食不合理

E. 吸烟、职业危害、HBV 感染、膳食不合理

69.社会医疗保险对医疗机构的费用支付的最大特点是（ ）。

A.严格控制

B.第三方支付

C.起付线的设置

D.报销比例不同

E.费用审核

70.不属于糖尿病的常见干预指标的是（ ）。

A.同型半胱氨酸

B.体质指数

C.任意时间血浆葡萄糖水平

D.空腹血浆葡萄糖水平

E.糖化血红蛋白

**二、多选题（以下每道试题有五个备选答案，其中正确答案为两个或者两个以上）**

71.关于健康风险评估，以下叙述正确的是（ ）。

A. 是以大量基础流行病学数据与个人数据比较推估个人患病或死亡风险的运算过程

B. 以大量流行病学数据与个人数据比较推估个人患病或死亡风险的运算过程

C. 健康风险评估是进行有效健康服务计划和疾病诊断管理重要手段

D. 健康风险评估是进行有效的健康服务计划的重要手段

E. 健康风险评估是进行卫生行政管理的重要手段

72.下列有关食品安全标准的规定中正确的是（ ）。

A.食品安全标准的制定与药品安全制定可采用一个标准

B.没有食品安全国家标准的可以定制食品安全地方标准

C.食品安全国家标准由国务院卫生行政部门负责制定公布

D.食品安全标准属于保密内容不得向外泄

E.没有国家标准或地方标准应当制定企业标准在本企业内部使用

73.调查问卷保存的环境要求包括（ ）。

A.潮湿的环境

B.留有空间以备扩充

C.必需的档案保管设施设备

D.便于取用和查阅

E.设施设备要保证文件能防盗防晒防火

74 以下关于基本卫生保健的定义正确的是（ ）。

A. 是最基本的卫生保健

B. 人人都能得到的卫生保健

C. 人民群众和政府都能负担得起

D. 体现社会平等权利的卫生保健

E. 政府积极参与的

75.运动训练前需要进行的常规体格检查包括（ ）。

A.病史

B.血压

C.脉搏

D.关节

E.X 线摄片

76.心电图检查适用于（ ）。

A.心脏疾病诊断

B.抢救

C.手术麻醉

D.药物作用监测

E.电解质紊乱监测

77.以下哪些为描述离散趋势的指标（ ）。

A.标准差

B.极差

C.标准误差

D.方差

E.变异系数

78.腔镜手术广泛用于哪些专业疾病的诊断与治疗（ ）。

A.神经外科

B.血管外科

C.肿瘤外科

D.胃肠外科

E.肝胆外科

79.以下关于相对危险性的正确理解（ ）。

A. 反映的是相对于一般人群危险度的增减量

B. 反映的是相对于一般人群危险度的增量

C. 反映的是相对于一般人群危险度的减量

D. 人群危险度可以来自一个国家或地区的按年龄和性别统计的死亡率表

E. 把人群的平均危险度定成 1，被评估者的相对危险性就是大于 1 或小于 1 的数字

80.健康信息录入时要对录入员进行培训，培训的内容包括（ ）。

A 问卷的信效度评价

B.调查表的编码

C.逻辑差错的设置要求

D.数据库文件的保存

E.数据库结构

81.身体活动干预应该收集的信息有（ ）。

A.运动史

B.运动技能

C.体质

D.生活习惯

E.兴趣爱好

82.临床医学分科越来越细带来的问题包括（ ）。

A. 关注疾病，忽略患者

B. 关注本专科，忽略其他专科

C. 医疗费用高

D. 难以提供连续的照顾

E. 重治疗，轻预防

83.健康管理的基本职业守则有（ ）。

A.首先应该让个体或群体了解自身的权利和义务

B.不得以性别、年龄、职业、民族、国籍、宗教信仰、价值观等方面歧视个体或群体

C.应与个体或群体对健康管理工作的重点进行讨论并达成一致意见，并签订书面协议

D.应该让个体或群体了解健康管理工作的性质特点

E.始终遵守信息公开的原则

84.体检中常用的健康风险评估指标有（ ）。

A.HDL-C 和 LDL-C

B.总胆固醇

C.血压

D.甘油三酯

E.体重

85.以下属于健康管理服务特性的有（ ）。

A.无形性

B.不可分割性

C.不稳定性

D.客户的参与程度

E.易逝性

86.临床实验室检查主要内容包括（ ）。

A.影像检查

B.生化学检查

C.免疫学检查

D.体液与排泄物检查

E.血液学检查

87.健康成年人的运动建议为（ ）。

A.中等强度有氧运动，每周 5-7 天

B.高强度锻炼，每周至少 3 天

C.中等强度有氧运动，每周至少 3 天

D.高强度锻炼，每周 5 天

E.每天进行低强度运动

88.各类残疾程度分级标准为（ ）。

A.残疾一级为极重度

B.残疾二级为重度

C.残疾三级为中度

D.残疾四级为轻度

E.残疾五级为极轻度

89.血压的特点有（ ）。

A. 有时间波动性

B. 有年龄差异

C. 存在个体差异

D. 有季节波动性

E. 无性别差异

90.在做到平衡膳食的基础上，高血压患者的饮食要特别强调（ ）。

A.减少膳食脂肪摄入量

B.限制钠摄入量

C.增加蔬菜水果摄入量

D.增加膳食纤维的摄入量

E.减少饱和脂肪酸的摄入量

91.影响健康的因素主要有哪四大类（ ）。

A. 行为因素

B. 不良生活方式

C. 环境因素

D. 生物学因素

E. 健康服务因素

92.以下属于物理疗法的是（ ）。

A. 电疗

B. 超声波疗法

C. 高压氧

D. 放疗

E. 推拿

93.FITT-VP 原则包括（ ）。

A. 运动频率

B. 运动强度

C. 运动时间

D. 运动类型

E. 身体活动量和进度

94.网络成瘾的特征（ ）。

A. 痴迷状态

B. 欣快感

C. 虚空状态

D. 成瘾性

E. 与现实的冲突

95.吸烟可增加哪些疾病的危险性（ ）。

A.癌症

B.外伤性疾病

C.严重肺部疾病

D.心脏病

E.卒中

96.个人健康信息汇总报告的内容包括（ ）。

A.疾病的风险等级

B.膳食情况

C.个人疾病史、家族史

D.运动情况

E.吸烟、饮酒情况

97.高血压的非药物治疗包括（ ）。

A.健康饮食

B.戒烟限酒

C.增加身体活动

D.管理体重

E.健康教育

98.以下关于相对危险性的正确理解（ ）。

A. 反映的是相对于一般人群危险度的增减量

B. 反映的是相对于一般人群危险度的增量

C. 反映的是相对于一般人群危险度的减量

D. 人群危险度可以来自一个国家或地区的按年龄和性别统计的死亡率表

E. 把人群的平均危险度定成 1，被评估者的相对危险性就是大于 1 或小于 1 的数字

99.个人健康管理档案的个人基础资料包括（ ）。

A. 人口学资料

B. 健康行为资料

C. 使用费用的资料

D. 临床资料

E. 心理评价资料

100.健康风险评估的主要作用有（ ）。

A.评估干预措施有效性

B.健康管理人群分类

C.帮助个体综合认识健康危险因素

D.鼓励和帮助人们修正不健康的行为

E.制定个体化的健康干预措施