第十六章：紧急救助程序

单选题 ( 共11题)

第1题 (分值：10分)

心脏骤停时最常见的心脏节律是？

A：房颤

B：心动过缓

C：室颤

D：室性心动过速

第2题 (分值：10分)

当你怀疑客户出现轻度低血糖事件时，应采取下列哪些行动？

A：帮助客户坐下，如果客户能吞咽的话，给他/她喝一些含糖饮料

B：呼叫紧急医疗救助人员，开始实施心肺复苏并进行自动体外除颤

C：帮助客户坐下，如果有胰岛素的话就注射胰岛素

D：立即呼叫紧急医疗救助人员并持续观察客户

第3题 (分值：10分)

短暂性脑缺血 （TIA）与中风的区别是什么？

A：短暂性脑缺血是由不同的生理机制引起

B：中风不可治愈，但是短暂性脑缺血可治愈

C：短暂性脑缺血的体征持续时间少于一小时

D：与中风相比，短暂性脑缺血严重程度较低并且不那么可怕

第4题 (分值：10分)

下列哪一项体征或症状是罹患热中暑的关键指征并需要紧急治疗？

A：体温升高

B：精神状态改变

C：皮肤红热、多汗

D：疲劳、无力与头痛

第5题 (分值：10分)

人们在紧急心脏事件不愿意进行心肺复苏的主要原因是什么？

A：担心伤者肋骨断裂会引起法律诉讼

B：不确定自己能否正确执行心肺复苏术

C：担心没必要执行心肺复苏术

D：与陌生人口唇接触感觉别扭

第6题 (分值：10分)

下列哪一项软组织损伤的治疗属于私人教练的执业范围？

A：推荐客户服用非甾体抗炎药（NSAIDs）

B：对软组织患处进行按摩

C：对软组织患处进行超声检查

D：教育客户如何使用RICE原则正确地敷冰

第7题 (分值：10分)

为了最大程度地降低心血管事件的风险，健身场地采取的最重要的措施是？

A：让每一位会员完整填写免责声明和知情同意书

B：要求所有会员在开始运动方案前都要接受体检

C：让所有会员完整填写一份病史表格

D：要求所有会员开始运动方案时一律采用低中强度训练

第8题 (分值：10分)

下列属于心脏病发作的体征与症状的是？

A：突发剧烈头痛，一侧身体乏力

B：胸腔内及周围出现刺痛

C：突然丧失意识，呼吸与脉搏消失

D：胸闷，可被误判为胃灼热

第9题 (分值：10分)

脊柱的哪个节段最容易发生灾难性损伤？

A：颈段

B：胸段

C：腰段

D：骶椎

第10题 (分值：10分)

如果你发现一个人在运动时突然跌倒，你首先应该怎么做？

A：向此人询问引起损伤的原因

B：查看任何医用饰品以判断跌倒的原因

C：评估伤者的脉搏与血压

D：评估此人意识是否清醒并询问他/她是否OK

第11题 (分值：10分)

关于1996年发布的《健康保险流通与责任法案》（HIPAA），以下描述正确的一项是？

A：要求对所有健康档案保密，因而能保障个人隐私

B：要求人们向其医生分享健康信息

C：要求人们向其保险代理机构分享健康信息

D：确保通过电子数据库可随时获取人们的健康记录信息

1试题解析： 正确答案C.室颤 心脏骤停时，心脏搏动不规律并且效率低下。心脏骤停时最常见的节律是心室纤维性颤动（室颤），是指心脏出现痉挛性颤抖，心脏搏动太快，以至于心室无法充分充盈与排空，因此推向全身与肺部的血量很少或无血液射出。

2试题解析： 答案A.帮助客户坐下，如果客户能吞咽的话，给他/她喝一些含糖饮料 正确如果客户意识清醒并且能吞咽，可喂服20-30克碳水化合物，如含糖饮料（果汁或普通碳酸饮料）或一包糖或蜜，从而将血糖升至正常水平。

3试题解析： 正确答案C.短暂性脑缺血的体征持续时间少于1小时 短暂性脑缺血与中风的症状非常类似，但只能引起短暂性身体失能，症状持续时间通常低于1小时，并且10-15分钟内症状就会缓解。

4试题解析： 正确答案B.精神状态改变 热中暑的体征与症状包括精神状态改变，比如易怒与攻击性，可发展为情感淡漠、精神混乱、反应消失甚至昏迷。

5试题解析： 正确答案B.不确定自己能否正确执行心肺复苏术 对心脏病发作的见证者进行采访发现，旁观者不打算实施心肺复苏的主要原因是恐慌。尽管一半以上的受访者一生中都曾接受过心肺复苏术培训，但许多人都声称自己害怕会伤害伤者或害怕自己不能很好地执行。担心疾病并不属于其中一个因素，因为大部分施救者都是伤者的家庭成员。

6试题解析： 正确答案D.教育客户如何使用RICE原则进行正确地敷冰 软组织损伤一般采用RICE原则[休息或限制活动（R）、敷冰（I）、按压（C）与抬高（E）]。损伤的诊断与治疗超出了私人教练的执业范围。

7试题解析： 正确答案C.让所有会员完整填写一份病史表格 健身房对于所有新会员都应筛查其心血管事件的风险，可使用简单的调查问卷，如PAR-Q。与表观健康的个体相比，心脏病患者在运动时心血管疾病发作的可能性是前者的10倍。PAR-Q问卷有助于识别那些需要转介就医或需要修改其运动方案的高风险个体。

8试题解析： 正确答案D.胸闷，可被误判为胃灼热 心脏病发作是由于冠脉堵塞所致，冠脉阻碍部分心肌获得足够的血液与氧。当斑块在动脉壁沉积时，会阻碍血液适当地流向心脏，就会引起胸部疼痛（胸痛）。患者常将胸痛描述为胸部压迫或挤压感，可被误判为胃灼热或消化不良。

9试题解析： 正确答案A.颈段 脊柱最上段是颈段，位于颈部，是由7块颈椎构成。这部分脊髓最灵活也最脆弱，损伤的可能性最大。

10试题解析： 正确答案D.评估此人意识是否清醒并询问他/她是否OK 伤者意识清醒，营救者应自我介绍，询问伤者发生了什么问题，并询问是否需要任何帮助（如果伤者意识清醒，则必须获得口头同意才能实施救助）

11试题解析： 正确答案A.要求对所有健康档案保密，因而能保障个人隐私 美国联邦政府1996年发布的《健康保险流通与责任法案》（HIPAA）规定，要控制个人健康信息的存储以确保个人隐私。