

学习惠美容师高级竞赛理论题

一、美容业发展趋势

一、判断题

1. 经过了 20 多年的发展，美容行业已经进入了成熟期。(×)
2. 随着市场的细分，专业型美容院将越来越少。(×)
3. 多元化的美容会所成了女性生活中不可缺少的生活空间。(√)
4. 在一些小型美容会所，SPA、芳香疗法等服务项目都被设计在经营范围内。(×)
5. 男士美容首先在日化线上有了较明显的发展。(√)
6. 近几年来，运用生物科技的基因美容产品已日趋成为美容业的新星。(√)
7. 无添加化妆品不再用植物凝胶为主体原料。(×)
8. 外科医生成为引导美容行业的新力量。(×)
9. 中医美容以其特有的文化内涵和理论体系不断得到发展。(√)

二、单选题

1. 美容行业经过近 30 年的发展，已逐渐树立了良好的 (B)。
(A) 技术性 (B) 自律性 (C) 知名性 (D) 国际性
2. 下列说法中，错误的是 (D)。
(A) 美容行业管理体系正待完善 (B) 美容行业协会的监管职能有待加强
(C) 美容市场秩序较为混乱 (D) 美容从业者的素质都很高
3. (A) 行业至今仍处于比较无序发展的状态。
(A) 美容 (B) 餐饮 (C) 旅游 (D) 酒店
4. 美容消费群体逐渐 (B)。
(A) 衰退 (B) 扩大 (C) 缩小 (D) 萎靡
5. 随着 (D) 的提高，爱美人士对于美容服务的要求越来越高。
(A) 全国人数 (B) 收入 (C) 消费 (D) 生活水平
5. 从美容场所的环境和名称上来看，(C) 被更多的诸如“生活馆”“女子会所”“养生馆”等代替。
(A) 女子护肤中心 (B) 养生俱乐部 (C) 美容院 (D) 美体馆
6. 美容店内的环境和服务设施品质提升，更加注重美容服务的 (D)。
(A) 奢华性 (B) 品质性 (C) 地位性 (D) 享受性
7. 在一些 (B) 美容会所，SPA、芳香疗法等服务项目都被设计在经营范围内。
(A) 小型 (B) 大型 (C) 中型 (D) 家庭
8. 要想长久地保留顾客，美容院需要更 (C) 的服务。
(A) 冲动性 (B) 理性化 (C) 人性化 (D) 自然性
9. 美容院在提升服务水平的时候，也要更尊重顾客的 (D) 要求。
(A) 冲动性 (B) 理想化 (C) 任何 (D) 个性化
10. 男士美容生活馆已经在一些大型城市成立，并开始吸引更多 (B) 消费者的注意。
(A) 女性 (B) 男性 (C) 老年 (D) 儿童
11. (A) 美容生活馆已经在一些大型城市成立，并开始吸引更多男士消费者。
(A) 男士 (B) 女士 (C) 老年 (D) 儿童
12. 近几年来，运用 (C) 的基因美容产品已日趋成为美容业的新星。
(A) 化学合成 (B) 物理特性 (C) 生物科技 (D) 以上都错
13. 根据皮肤免疫学原理研制的化妆品已日趋成为 (D) 的新星。
(A) 自然学科 (B) 生物学 (C) 医学界 (D) 美容业
14. 现代女性越来越重视 (A) 的美容方法。
(A) 健康、天然 (B) 健康、化学合成 (C) 健康 (D) 化学合成
15. (C) 越来越重视健康、天然的美容方法。
(A) 老年人 (B) 少儿 (C) 现代女性 (D) 残疾人
16. (D) 成为引导美容行业的新力量。
(A) 外科医生 (B) 妇产科医生 (C) 骨科医生 (D) 皮肤科医生
17. 针灸减肥是在传统中医基础上发展起来的新兴 (C) 方法。
(A) 化妆 (B) 美甲 (C) 美容 (D) 美发

二、咨询与指导

一、判断题

1. 离开了人脑，也会产生人的心理活动。(×)
2. 人的整个反映过程都是一种积极能动的过程。(√)
3. 美具有社会性。(√)
4. 性感是审美过程中最初形成的一种审美感觉。(×)
5. 一般来说，流行只要不违反社会规范，可以允许人们自由的去选择。(√)
6. 心理学是一门年轻的、正在发展中的科学。(√)
7. 美容心理学所指的感觉，是指审美主体对审美客体个别的、局部的审美属性所产生的直接的心里反映(√)
8. 当人在感知某事物时，人的知觉并不是一个被动的过程，而是一个缓慢的过程。(×)
9. 有了新旧知识的相互联系，人的心理活动水平才得以发展。(√)
10. 通过思维（想象），人的认识从感性认识进入到理性认识。(×)
11. 审美注意是对审美对象的一种指向和选择。(√)
12. 思维的三种基本状态是心境、激情和应激。(×)
13. 想像能反应工作、生活的状态。(×)
14. 意志的坚强程度是以克服困难的大小和难易程度为标尺的。(√)
15. 意志过程以随意运动为基础。(√)
16. 美容心理学是一门以心理学为基础，以美发为领域的应用学分支学科。(×)
17. 美容心理学的研究对象包括研究个体容貌对人格形成的影响。(√)
18. 美容心理学需要研究美容过程中人的异常心理，包括变态心理与特殊人格类型，以及与美容有关的人格障碍。(√)
19. 美容师通过心理诊断可以了解顾客的精神心理状态以及气质类型。(√)
20. 在疾病患者群体中，相当多的正常人也存在着体象错误。(×)
21. 名人效应、认同效应和从众效应的获得，可使顾客与美容机构和美容工作者建立起肯定的心理定势。(√)
22. 美容师应肯定顾客求美的内在动力和行为是正确的。(√)
23. 外表吸引力是一种客观的人体美的判定。(×)
24. 美欲就是对美的需求，是求美行为的原动力。(√)
25. 美欲是人们对自身身体的姿态和感觉的总和。(×)
26. 需要是人类进行活动的基本动力，(√)
27. 容貌有缺陷的人受尊重的机会比美貌的人要少。(×)
28. 恋爱不属于内在的求美动机。(×)
29. 顾客进店后，美容师主动上前询问是职责所在，也是与顾客进行交流沟通的极好机会。(√)
30. 专业美容师不用听顾客说，只要向顾客介绍产品。(×)
31. 美容师要为顾客详细讲解美容项目的方法、步骤。(√)
32. 美容师向顾客介绍护理疗程中所要用到产品的安全性、特性及功效，使其放心，(√)
33. 美容师不需要向顾客介绍护理计划的时间安排。(×)
34. 美容师不需要向顾客讲解美容项目的效果、需要见效的时间及顾客配合的理由。(×)
35. 顾客生活或饮食等处理不当，使皮肤问题复发或加重，美容师应耐心讲解为何会出现这种现象，并提出内外兼治的建议。(√)
36. 皮肤护理需要有一个过程，不会随着皮肤的自然代谢规律而有所反映。(×)
37. 顾客与美容师的审美观不一致时，需要美容师用美容产品来进行分析说明。(×)
38. 美容师应力求使自己成为受顾客信任和喜欢的人。(√)
39. 顾客对于投诉处理方案不满意的，则不再予以理会。(×)
40. 初级美容师掌握的美容技术较强。(×)
41. 指导初级美容师时，对每一位学员的细小的错误动作，可以忽略。(×)
42. 讲解是一种最直接的教授方法。(×)
43. 高级美容师示范动作不规范、不到位，但也可指导初级美容师。(×)
44. 中级美容师有一定的技能基础，能够较全面地掌握一般性日常美容服务项目技能。(√)
45. 指导中级美容师的要点是：消除已掌握的技术、技能。(×)
46. 指导中级美容师时，可将学员的某一技能操作过程摄录下来，让其看录像带，分析问题及成因。(√)
47. 在指导中级美容师时，要及时发现操作技能中的问题并给予不正确的指正与辅导。(×)

二、单项选择题

1. (B) 受到剧烈的震荡，会导致人的心理活动异常。
(A) 心情 (B) 人脑 (C) 眼睛 (D) 脸
2. 人对客观现实的反映，总是受所积累的 (D) 和人格心理特征所制约，带有个人独特的色彩。

- (A) 精神基础 (B) 物质基础 (C) 别人的经验 (D) 个人经验
3. 客观现实是人的 (A) 活动的源泉和内容。
(A) 心理 (B) 生理 (C) 眼睛 (D) 四肢
4. 重感情，讲义气，为了救朋友可以上刀山下火海，这是一种最令人感动的悲壮美，属于 (B) 上的美。
(A) 冷漠 (B) 人性 (C) 冲动 (D) 冷静
5. 美既是 (A) 领域中最基本的概念之一，又是日常生活中一种最常见的现象。
(A) 美学 (B) 植物学 (C) 动物学 (D) 物理学
6. 美从来都是人类社会的产物，具有 (D) 性。
(A) 时代 (B) 巧妙 (C) 神秘 (D) 社会
7. (B) 是审美过程中最初形成的一种审美感觉。
(A) 性感 (B) 美感 (C) 知觉 (D) 听觉
8. (C) 意识是在人类长期的审美实践的基础上产生的。
(A) 客观 (B) 主观 (C) 审美 (D) 生理
9. 一个人在社会中不可能封闭起来，独来独往，总要遵循一定的 (D)。
(A) 原则 (B) 准则 (C) 国家法规 (D) 社会规范
10. 社会心理学家发现，流行有 (B) 的差异
(A) 年龄 (B) 年龄与性别 (C) 性别 (D) 长短
11. 流行也可称为 (C)。
(A) 长久 (B) 古板 (C) 社会风尚 (D) 以上都是
12. (D) 是研究心理现象及其发生、发展规律的科学。
(A) 生理学 (B) 道德学 (C) 伦理学 (D) 心理学
13. 心理学是研究心理现象及其发生、发展规律的 (B)。
(A) 技术 (B) 科学 (C) 文化 (D) 课程
14. 人的心理现象由 (C) 和人格两个方面组成。
(A) 生理过程 (B) 理智过程 (C) 心理过程 (D) 安全过程
15. 感觉的特性是 (D)。
(A) 感觉的适应性 (B) 感觉的相互作用 (C) 感觉的发展和补偿 (D) 以上都是
16. 感觉是 (A) 对直接作用于感觉器官的事物的个别属性的反映。
(A) 脑 (B) 眼睛 (C) 鼻子 (D) 唇
17. (C) 是人脑对作用于感觉器官的客观事物整体属性的放映。
(A) 味觉 (B) 视觉 (C) 知觉 (D) 嗅觉
18. 有了新旧知识的相互联系，人的 (D) 水平才得以发展。
(A) 视觉 (B) 性格 (C) 感觉 (D) 心理活动
19. 记忆是 (D) 在人脑中的反映。
(A) 幻想 (B) 未来 (C) 现在发生 (D) 过去经验
20. 思维是人脑对 (B) 概括的、间接的反映。
(A) 理想现实 (B) 客观现实 (C) 想像现实 (D) 情感现实
21. 想像不是凭空产生的，而是 (D)，取自过去的经验。
(A) 情感过程 (B) 注意过程 (C) 审美过程 (D) 源于生活
22. 想像不是凭空产生的，而是源于生活，取自 (A) 的经验。
(A) 过去 (B) 未来 (C) 现在 (D) 幻想
23. (B) 是对审美对象的一种指向和选择。
(A) 审美想像 (B) 审美注意 (C) 审美情感 (D) 审美情绪
24. (C) 是一种心理现象，它伴随着心理过程而存在。
(A) 感觉 (B) 审美 (C) 注意 (D) 疾病
25. 应激可以理解为 (A)。
(A) 压力 (B) 激动 (C) 失控 (D) 注意
26. 情绪和 (B) 一样，具有在人际间传递信息、沟通思想的作用。
(A) 想像 (B) 语言 (C) 记忆 (D) 心境
27. (D) 和语言一样，具有在人际间传递信息、沟通思想的作用。
(A) 想像 (B) 语言 (C) 记忆 (D) 情绪
28. 人的意志行动是有 (D)。
(A) 预定目的 (B) 相应的行动方案 (C) 计划和步骤 (D) 以上都是

29. 意志的 (B) 是以克服困难大小和难以程度为标尺的。
(A) 脆弱成都 (B) 情感行动 (C) 意志行动 (D) 回忆行动
30. (D) 是在克服困难中表现出来的。
(A) 激情 (B) 回忆 (C) 想像 (D) 意志
31. 意志过程以 (D) 为基础。
(A) 非条件反射 (B) 条件反射 (C) 不随意运动 (D) 随意运动
32. 意志过程以随意运动为 (A)。
(A) 基础 (B) 前提 (C) 保障 (D) 根据
33. 美容心理学是一门以 (C) 为基础, 以美容为领域的应用心理学分支学科。
(A) 物理学 (B) 生理学 (C) 心理学 (D) 生物学
34. 美容心理学的研究容貌引起的心理问题包括 (D) 等。
(A) 心理咨询 (B) 心理诊断 (C) 心理疏导 (D) 以上都是
35. (A) 的研究对象包括研究个体容貌对人格形成的影响。
(A) 美容心理学 (B) 教育心理学 (C) 接待心理学 (D) 消费心理学
36. 美容心理离不开人们对美, 尤其是对人体美的 (A)。
(A) 认识和感受 (B) 认识 (C) 感受 (D) 支持
37. (A) 离不开人们对美, 尤其是对人体美的认识和感受。
(A) 美容心理 (B) 教育心理 (C) 接待心理 (D) 消费心理
38. 美容在 (A) 上属于现代生物、心理、社会医学的范畴。
(A) 学术 (B) 教育 (C) 理论 (D) 技术
39. 美容师通过心理诊断可以了解顾客的精神心理状态以及 (A)。
(A) 气质类型 (B) 经济状况 (C) 工作类型 (D) 居住环境
40. 美容师通过心理诊断可以了解顾客的 (C) 心理状态以及气质类型。
(A) 意志 (B) 风度 (C) 精神 (D) 气质
41. 可以通过美容、美体或手术改变 (B)。
(A) 性格 (B) 容貌 (C) 脾气 (D) 以上都是
42. 在求美者群体中, 相当多的正常人也存在着 (D) 错误。
(A) 性格 (B) 脾气 (C) 容貌 (D) 体象
43. 名人效应、认同效应和从众效应的获得, 可使 (B) 与美容机构和美容工作者建立起肯定的心理定势。
(A) 美容师 (B) 顾客 (C) 接待员 (D) 迎宾
44. 美容师应肯定顾客 (A) 是正确的
(A) 求美的内在动力和行为
(B) 求美的消费金额和行为
(C) 求美的内在动力和消费行为 (D) 消费行为和消费金额
45. (A) 不仅是服务行业, 还是美化人类、美化社会的高雅专业。
(A) 美容业 (B) 医学界 (C) 酒店业 (D) 餐饮业
46. (B) 是一种主观的人体美的判定。
(A) 内在吸引力 (B) 外表吸引力 (C) 心理 (D) 语言
47. 马斯洛把 (D) 列为人的最高层次需求。
(A) 生理的需求 (B) 安全需求 (C) 尊重需求 (D) 审美的需求
48. 马斯洛把审美的需求列为人的 (D) 层次需求。
(A) 最低 (B) 第二 (C) 第三 (D) 最高
49. 身体外表是 (A) 的绝对必要的条件, 也是心理交流的非语言系统的唯一媒介。
(A) 人际交往 (B) 技术交流 (C) 技术服务 (D) 以上都是
50. 马斯洛的需要层次理论共有 (B) 层。
(A) 四 (B) 五 (C) 六 (D) 七
51. 人的一切活动都是为了满足 (C)。
(A) 安全 (B) 生理 (C) 需要 (D) 经济
52. 为了获得别人的爱, 人们会采取美化自身的行为, 包括 (D)。
(A) 美容 (B) 做整形 (C) 提高文化修养 (D) 以上都是
53. 在 (A) 中, 外貌是吸引力的最直接因素。
(A) 人际交往 (B) 技术交流 (C) 技术服务 (D) 以上都是
54. (D) 产生的原因是内部需要的存在和外部刺激或诱导。

- (A) 恋爱 (B) 适应环境 (C) 寻找工作 (D) 求美动机
55. 上门的顾客形形色色，意图各异，美容师礼貌、友好、详细地询问，不但可以获得顾客的好感，还可以了解其消费目标，也是赢得顾客满意的第 (A) 步。
- (A) 一 (B) 二 (C) 三 (D) 四
56. 美容师在介绍产品时，要 (B) 以便成功销售。
- (A) 传销式的推荐 (B) 有的放矢地推荐 (C) 热情地摆出所有产品 (D) 请顾客主动提出
57. 为了从顾客这里获得 (C)，美容师要精心设计话题。
- (A) 没用的信息 (B) 额外的信息 (C) 有价值的信息 (D) 以上都是
58. 与顾客讲解美容项目的功效和原理时，切忌只谈 (B)，不谈原理，说服力不强，给人不可信之感。
- (A) 产品 (B) 效果 (C) 护理疗程 (D) 过程
59. 与顾客讲解美容项目的 (A) 时，切忌只谈效果，不谈原理，说服力不强，给人不可信之感。
- (A) 功效和原理 (B) 功效和价格 (C) 原理和价格 (D) 产品
60. 美容师要为顾客详细讲解美容项目的 (D)。
- (A) 造价和评估 (B) 方法和评估 (C) 造价和步骤 (D) 方法和步骤
61. (A) 要为顾客详细讲解美容项目的方法、步一和步骤 (D) 方法和步骤。
- (A) 美容师 (B) 后勤人员 (C) 接待人员 (D) 管理人员
62. 美容师向顾客介绍护理疗程中所要用到产品的 (D)，使其放心。
- (A) 安全性 (B) 特性 (C) 功效 (D) 以上都是
63. 美容师要向顾客介绍护理计划的 (C)，让顾客配合。
- (A) 制定步骤 (B) 主要负责人 (C) 时间安排 (D) 表格制作
64. (A) 要向顾客介绍护理计划的时间安排，让顾客配合。
- (A) 美容师 (B) 后勤人员 (C) 接待人员 (D) 管理人员
65. (A) 要向顾客讲解美容项目的效果、需要见效的时间及顾客配合的理由。
- (A) 美容师 (B) 后勤人员 (C) 接待人员 (D) 管理人员
66. 当客人提出美容疑难问题时，需要美容师结合 (D) 为其分析、解答。
- (A) 人际关系 (B) 产品 (C) 市场情况 (D) 美容专业知识
67. 顾客生活或饮食等处理不当，使皮肤问题复发或加重，美容师应耐心 (B) 为何会出现这种现象，并提出内外兼治的建议。
- (A) 护理 (B) 讲解 (C) 不予理会 (D) 以上都错
68. 很多 (C) 问题都会受顾客个人生活、饮食习惯以及身体状况的影响。
- (A) 身体 (B) 四肢 (C) 皮肤 (D) 语言
69. 皮肤护理需要有一个过程，会随着 (D) 的自然代谢规律而有所反映
- (A) 器官 (B) 产品 (C) 毛发 (D) 皮肤
70. (B) 需要有一个过程，会随着皮肤的自然代谢规律而有所反映。
- (A) 化妆 (B) 皮肤护理 (C) 剪发 (D) 美甲
71. 顾客与 (C) 的审美观不一致时，需要美容用专业知识来进行分析说明。
- (A) 父母 (B) 朋友 (C) 美容师 (D) 亲戚
72. 在护理期间应随时观察顾客的 (A)，一旦发现问题，应及时向顾客解释原因，并做出妥当的处理
- (A) 皮肤状态 (B) 表情 (C) 心情 (D) 长相
73. 对美容项目的 (D) 介绍要客观适度，不能过于夸张，以免引起顾客过高的期望值为出现纠纷留下隐患。
- (A) 程序 (B) 流程 (C) 操作 (D) 功效
74. 当顾客 (B) 时，美容师应予以热情接待，耐心倾听
- (A) 表扬 (B) 发泄 (C) 难受 (D) 微笑
75. 对于初级美容师而言，进入角色需要有一个适应过程，在开始阶段，(D) 的速度比较慢
- (A) 好奇 (B) 理解 (C) 掌握技术 (D) 理解和掌握技术要领
76. 对于初级美容师而言，进入 (D) 需要有一个适应过程
- (A) 店内 (B) 美容院 (C) 过程 (D) 角色
77. 初级美容师在工作中容易疏忽的卫生消毒问题有：(D)
- (A) 为前一位顾客做完护理，护理下一位顾客时，不洗手、不消毒
- (B) 取用化妆品前，不对挑棒进行消毒，甚至用手直接从容器中挖取产品
- (C) 为顾客做护理时，忘记戴口罩 (D) 以上都是
78. (A) 学习美容技术，是打基础的阶段，要有扎实的基本功，就要从最基本的动作训练抓起。
- (A) 初级美容师 (B) 中级美容师 (C) 高级美容师 (D) 特级美容师

79. 对初级美容师指导时, 使学员逐步意识到: 美容失误小事, 一旦出现 (A), 将会给消费者带来不可挽回的损失和终身痛苦。

(A) 技术问题 (B) 口误 (C) 伤口 (D) 疼痛

80. 指导 (A) 时, 需抓住学员好奇、求知欲强的心理特点。

(A) 初级美容师 (B) 中级美容师 (C) 高级美容师 (D) 特技美容师

81. 进行 (C) 的一个重要环节就是示范。

(A) 语言沟通 (B) 感情交流 (C) 技术指导 (D) 以上都是

82. 高级美容师能对初级美容师进行认真、耐心、细心、严格的 (C) 与训练。

(A) 讲解 (B) 示范 (C) 技术指导 (D) 语言沟通

83. 高级美容师能对 (A) 进行认真、耐心的技术指导与训练。

(A) 初级美容师 (B) 中级美容师 (C) 高级美容师 (D) 特级美容师

84. (B) 有一定的技能基础, 能够较全面地掌握一般性日常美容服务项目技能

(A) 初级美容师 (B) 中级美容师 (C) 高级美容师 (D) 特级美容师

85. 中级美容师在做 (B) 时, 美容师容易体力不佳。

(A) 脸部按摩 (B) 身体按摩 (C) 手部按摩 (D) 足部按摩

86. (B) 在做身体按摩时, 美容师容易体力不佳。

(A) 初级美容师 (B) 中级美容师 (C) 高级美容师 (D) 特级美容师

87. 指导 (B) 的要点是: 巩固已掌握的技术、技能。

(A) 初级美容师 (B) 中级美容师 (C) 高级美容师 (D) 特级美容师

88. 学员之间的 (B) 既能查出操作者存在的问题, 又能反映出检查者对技能要领掌握的情况

(A) 示范 (B) 互查 (C) 指责 (D) 嘲笑

89. 对 (B) 指导时, 可以通过对学员技能操作动作的检查, 发现其存在的问题, 给予指正。

(A) 初级美容师 (B) 中级美容师 (C) 高级美容师 (D) 特级美容师

90. 在指导中级美容师时, 要及时发现操作技能中的问题并给予 (B) 指正与辅导。

(A) 错误的 (B) 正确的 (C) 耐人寻味的 (D) 以上都对

91. 在指导 (B) 时, 要及时发现操作技能中的问题并给予正确的指正与辅导。

(A) 初级美容师 (B) 中级美容师 (C) 高级美容师 (D) 特级美容师美容院的经营管理

三、美容院的经营管理

一、判断题

1. 选择美容院的地址时需考虑营业的可能性。(√)
2. 市场调查的内容不包括调查人们的需求。(×)
3. 美容院等候区的布置设计应以舒适为目标, 以便于顾客耐心等待。(√)
4. 美容院必备和常用的设施、设备有烤箱。(×)
5. 美容院顾客接待区的桌椅、柜具要有酒店大堂的特点和特色。(×)
6. 美容院的经营管理是将美容院日常店务管理、员工管理、顾客管理及产品管理和仪器设备管理相结合(√)
7. 美容院的产品经营包括店面形象和店内形象。(×)
8. 美容师是团结员工的核心。(×)
9. 防止顾客流失的方法之一是建立详细的客户消费档案。(√)
10. 美容院只需研究顾客的收入及习惯爱好即可, 不必研究其职业和年龄。(×)
11. 美容院与顾客的有效公共关系就是能留住顾客。(√)
12. 勾心斗角的人际关系是以互帮互助为前提的。(×)

二、单项选择题

1. 办理 (B) 时, 应持有卫生许可证、特种行业许可证、身份证等有效证件。
(A) 护照 (B) 营业执照 (C) 社保卡 (D) 以上都是
2. 市场调查的内容包括调查 (D)。
(A) 周围住户 (B) 商场 (C) 人们需求 (D) 以上都是
3. (A) 的内容包括调查周围住户、商场和人们需要等。
(A) 市场调查 (B) 顾客资料 (C) 产品资料 (D) 护理疗程
4. (C) 橱窗陈列通常有五种类型。
(A) 服装店 (B) 酒店 (C) 美容院 (D) 美发店
5. 美容院必备和常用的设施、设备有 (C)。
(A) 染烫机 (B) 烘干仪 (C) 美容床 (D) 烤箱
6. 美容院的 (A) 是根据服务客户的需要和经营定位来选择的。

- (A) 设备 (B) 装修 (C) 工作人员 (D) 颜色
7. 加盟连锁性质的美容院所选用的产品由 (B)。
- (A) 美容院自行决定 (B) 加盟企业统一配置 (C) 美容师决定 (D) 店长决定
8. 加盟连锁性质的美容院所选用的 (B) 由加盟企业统一配置。
- (A) 食物 (B) 产品 (C) 工作人员 (D) 以上都是
9. 美容院 (D) 的桌椅、柜具要有美容行业的特点和特色。
- (A) 店长办公室 (B) 员工休息区 (C) 洗手间 (D) 顾客接待区
10. (D) 顾客接待区的桌椅、柜具要有美容行业的特点和特色。
- (A) 医院 (B) 学校 (C) 酒店 (D) 美容院
11. 经营包括 (D) 和经营范围。
- (A) 经营思想 (B) 经营策略 (C) 经营方式方法 (D) 以上都是
12. 美容院的 (D) 包括店面形象和店内形象。
- (A) 员工经营 (B) 顾客经营 (C) 产品经营 (D) 形象经营
13. 美容院的形象经营包括店面形象和 (D)。
- (A) 仪器设备 (B) 摆设 (C) 店外形象 (D) 店内形象
14. 美容院的 (C) 中，要注意在内部营造一种坦率交流的氛围。
- (A) 杂物管理 (B) 产品管理 (C) 员工管理 (D) 以上都是
15. 防止顾客流失的方法之一是 (D)。
- (A) 新老顾客区别对待 (B) 美容师要急功近利
- (C) 不重视老顾客 (D) 建立详细的客户消费档案
16. 美容院必须遵守的一个准则：使每一个购买你产品的人能成为你的 (A)。
- (A) 终身顾客 (B) 一次性顾客 (C) 问题顾客 (D) 新顾客
17. 美容师在销售产品时，应针对顾客的 (B)。
- (A) 个性特点 (B) 皮肤状况 (C) 服装配饰 (D) 个人喜好
18. 美容院 (B) 的管理包括产品的选用和销售。
- (A) 营业额 (B) 产品 (C) 人员 (D) 资料
19. (A) 对美容院的信息反馈包括产品质量、价格服务等。
- (A) 顾客 (B) 后勤 (C) 接待 (D) 老人
20. 美容院与顾客发展有效的公共关系时，要 (B)。
- (A) 减少消费可信度 (B) 增加消费可信度
- (C) 多送顾客产品 (D) 天天跟顾客电话联系
21. 美容院与顾客发展有效的公共关系时，要增加 (D) 可信度。
- (A) 语气 (B) 动作 (C) 语言 (D) 消费
22. 搞好 (A) 之间的关系包括：不在顾客面前说同事的是非。
- (A) 同事 (B) 父母 (C) 兄长 (D) 朋友

四、美容化妆品知识

一、判断题

1. 欧美在制作化妆品时，特别喜欢用杏红油。(√)
2. 蛋黄油是用溶剂从新鲜蛋黄中取得的脂肪油。(√)
3. 巴西棕榈蜡是具有臭味的非结晶性硬脂块状物。(√)
4. 鲸蜡不溶于乙醚和二硫化碳等有机溶剂。(×)
5. 滑石粉是一种含水硅酸镁的矿物粉磨。(√)
6. 赭石粉是一种白色的微细粉末。(×)
7. 高岭粉溶于水。(×)
8. 膨润土是具有代表性的无机水溶性高分子。(√)
9. 锌白不具有收敛性和杀菌作用。(×)
10. 钛白的遮盖力是锌白的 2~3 倍。(√)
11. 碳酸镁在化妆品制作中可用作牙粉、牙膏或粉扑的原料。(√)
12. 一般乳化剂乳化能力较小、亲水性强、水相黏度大。(√)
13. 合成乳化剂属于人工合成的表面活性剂。(√)
14. 有机染料具有较好的着色力、遮盖力、抗溶剂性和耐火性，可以用于制造口红、胭脂和指甲油。(√)
15. 根据香料的来源和制取方法，可分为天然香料和合成香料。(√)
16. 在制造某种化妆品时所添加赋香剂的百分数可以称为化妆品的赋香率。(√)

17. 短波紫外线在照射到地球表面被距离 25 公里处的高空臭氧层所吸收，不能达到地
18. 芦荟、蜡菊可以防止日晒，保持皮肤正常，并兼有营养和软化皮肤之功用。(√)
19. 珍珠与三七合用可以制成三七珍珠膏，具有养颜、护肤和嫩肤的功效，尤其对面部色素沉着有显著疗效。(√)
20. 灵芝有护肤防皱的功效。(√)
21. 芦荟只能起到滋润的作用，没有防晒的作用。(×)
22. 桑叶有保养和滋润头发的作用，但没有改善皮肤的作用。(×)
23. 杏仁只对色素斑有治疗作用，不能治疗痤疮。(×)
24. 益母草可以预防痤疮和黄褐斑。(√)
25. 硫黄能溶解角质、软化表皮、抗真菌和寄生虫。(√)
26. 甘草可以用于调和化妆品中的所有药性。(√)
27. 何首乌常用于护发、养发、生发的化妆品中。(√)
28. 红花的提取物对于冻疮没有治疗作用。(×)
29. 桔梗主要用于化妆水、化妆膏、皮肤增白剂等化妆品中。(√)
30. 决明子可以用于治疗皮肤病。(√)
31. 辣椒的提取物主要用于头油、生发露，止痒止屑露等毛发类化妆品中。(√)
32. 当归能够防治黄褐斑、雀斑及色素沉着。(√)
33. 地黄不可治疗湿疹和苍癣。(×)
34. 薄荷能治疗瘙痒和减轻湿疹的作用。(√)
35. 维生素 B 族属于脂溶性维生素。(×)
36. 维生素 C 溶于水、乙醇、脂肪。(×)
37. 维生素 D 不溶于油类化妆品。(×)
38. 维生素 E 为浅黄色油状粘稠液体。(√)
39. 雌激素不具有扩大血管的作用。(×)
40. 肾上腺皮质激素具有抗炎症的作用。(√)
41. 氨基酸能治疗痤疮皮肤。(×)
42. 在环境湿度大时，天然调湿因子会增强吸湿性，当环境湿度小时能降低吸湿性。(×)
43. 随着人的年龄增长，自由基不断增加，而超氧化物歧化酶却随年龄增长而减少。(√)
4. 油包水型护肤品渗透性强，水包油型护肤品保湿性强。(×)

二、单项选择题

1. 蓖麻油中含有蓖麻酸脂 (D) 左右，可以溶于乙醇和乙酸。
(A) 40% (B) 50% (C) 70% (D) 90%
2. (D) 年，里波拉氏将羊毛脂肪精致后命名为羊毛脂。
(A) 1987 (B) 1989 (C) 1887 (D) 1889
3. (B) 是从羊毛皮下脂肪中获取的脂类物质。
(A) 椰子油 (B) 羊毛脂 (C) 杏仁油 (D) 蓖麻油
4. 巴西棕榈蜡简称 (B)。
(A) 棕榈蜡 (B) 巴西蜡 (C) 巴棕蜡 (D) 棕树蜡
5. 蜂蜡和 (D) 反应后生成的虫蜡酸钠，可用作乳化剂。
(A) 玻砂 (B) 硝酸 (C) 硼酸 (D) 硼砂
6. 鲸蜡是由抹香鲸 (A) 提取出来的油腻物冷却和压榨后而得到的固体蜡。
(A) 头部 (B) 身体 (C) 腹部 (D) 尾部
7. (A) 是香粉、爽身粉的主要原料。
(A) 滑石粉 (B) 高岭粉 (C) 赭石粉 (D) 钛白粉
8. (C) 是用作粉类制品的原料。
(A) 钛白粉 (B) 高岭粉 (C) 赭石粉 (D) 滑石粉
9. 赭石粉是一种 (A) 色的微细粉末。
(A) 白 (B) 黑 (C) 灰 (D) 黄
10. (A) 又称白土。
(A) 高岭粉 (B) 膨润土 (C) 锌白 (D) 赭石粉
11. (C) 应用于化妆品中可有清爽的感觉。
(A) 碳酸钙 (B) 滑石粉 (C) 膨润土 (D) 高岭粉
12. 膨润土与水有 (A) 的亲合力。

- (A) 很强 (B) 一般 (C) 稍差 (D) 很差
13. (A) 的主要化学成分是氧化锌。
(A) 锌白 (B) 膨润土 (C) 钛白 (D) 高岭粉
14. 钛白的着色力是锌白的 (B) 倍。
(A) 5 (B) 4 (C) 3 (D) 2
15. 钛白的 (A) 是锌白的 4 倍。
(A) 着色力 (B) 遮盖力 (C) 修饰力 (D) 稳定性
16. 碳酸钙是一种 (C) 无臭无味的粉末。
(A) 黄色 (B) 红色 (C) 白色 (D) 无色
17. (A) 加热至 825℃ 会产生分解。
(A) 碳酸钙 (B) 氧化锌 (C) 钛白 (D) 锌白
18. 碳酸镁通常以 (A) 和碳酸钠的作用而制得。
(A) 硫酸镁 (B) 硝酸镁 (C) 硼酸镁 (D) 盐酸镁
19. 碳酸镁遇酸可以释放出 (D)。
氯气 (B) 氢气 (C) 氧气 (D) 二氧化碳
20. 磷酸氢钙在 (C) 摄氏度时开始失水而形成无水磷酸氢钙。
(A) 25 (B) 50 (C) 75 (D) 100
21. (A) 在化妆品中主要用作高级牙膏的摩擦剂。
(A) 磷酸氢钙 (B) 碳酸镁 (C) 钛白 (D) 锌白
22. (A) 的乳化能力强。
(A) 羊毛脂 (B) 杏树胶 (C) 阿拉伯胶 (D) 西黄蓍胶
23. 天然乳化剂一般都是高分子有机化合物，多为水包油型 (A)。
(A) 乳化剂 (B) 固体 (C) 液体 (D) 防腐剂
24. 合成乳化剂属于人工合成的 (A)。
(A) 表面活性剂 (B) 乳化剂 (C) 合成剂 (D) 防腐剂
25. 有机颜料的特点是：染料 (D) 不变，不溶于水和油。
(A) 色彩 (B) 明度 (C) 纯度 (D) 色相
26. 天然鱼鳞片是将 (A) 或者鲱鱼的鳞片用有机溶剂精制而成的。
(A) 带鱼 (B) 鲤鱼 (C) 鲫鱼 (D) 鲳鱼
27. 1856 年，(B) 化学家柏琴在奎宁的合成研究中发现了苯胺紫。
(A) 英国 (B) 美国 (C) 法国 (D) 德国
28. 胭脂虫简称 (D)，是由寄生于仙人掌上雌性胭脂虫干体磨细后用水提取而得的红色染料
(A) 萤火虫 (B) 青虫 (C) 黑虫 (D) 红虫
29. (A) 属于植物性香料。
(A) 玫瑰香 (B) 麝香 (C) 龙涎香 (D) 灵猫香
30. 天然香料可以分为 (D)。
(A) 动物性香料 (B) 植物性香料 (C) 合成香料 (D) 以上都是
31. 一个香精的配方，一般是由主香剂，(C) 和定香剂三部分组成。
(A) 防腐剂 (B) 留香剂 (C) 顶香剂 (D) 稳香剂
32. 天然香料和合成香料的 (A) 都比较丰富，可以单独使用。
(A) 气味 (B) 味道 (C) 颜色 (D) 层次
33. 口红的赋香率是 (A)。
(A) 0.3~2% (B) 1% (C) 3~5% (D) 3~7%
34. 紫外线能促进表皮中 (B) 的形成，能促进全身的新陈代谢。
(A) 维生素 A (B) 维生素 D (C) 维生素 K (D) 维生素 E
35. (C) 在医疗和美容上有广泛的应用。
(A) 日光浴 (B) X 光照射 (C) 红外线照射 (D) 紫外线照射
36. 在 (D) 化妆品中，紫外线吸收剂的使用量一般在 0.1%~10% 之间。
(A) 脱敏 (B) 保湿 (C) 祛痘 (D) 防晒
37. 人参皂苷对 (A) 葡萄球菌等细菌有抑制作用。
(A) 金黄色 (B) 淡黄色 (C) 红色 (D) 湖蓝色
38. 人参皂苷对金黄色葡萄球菌等细菌有 (A) 作用。
(A) 抑制 (B) 活化 (C) 分离 (D) 融合

39. 珍珠粉在化妆品中用量一般为 (D)。
(A) 7~10% (B) 5~7% (C) 3~5% (D) 1~3%
40. (A) 具有润肤美白的功效, 但是不含有微量的矿物元素和氨基酸。
(A) 珍珠粉 (B) 钛白粉 (C) 高岭粉 (D) 散粉
41. 灵芝在我国石代素有 (B) 之称。
(A) 神花 (B) 仙草 (C) 杂草 (D) 天然
42. 蜂蜜是 (A) 液体。
(A) 弱酸性 (B) 强酸性 (C) 弱碱性 (D) 强碱性
43. (C) 可以防止皮肤被灼伤和晒黑。
(A) 樟脑 (B) 石膏 (C) 芦荟 (D) 泽泻
44. 芦荟可以防止皮肤被 (D)。
(A) 烫伤和灼伤 (B) 割伤和烫伤 (C) 烫伤和晒黑 (D) 灼伤和晒黑
45. 桑叶所含的 (D) 能促进细胞生长, 刺激真皮细胞分裂, 产生新的表皮
(A) 孕激素 (B) 肾上腺皮质激素 (C) 雌激素 (D) 脱皮激素
46. (B) 是唐代武则天喜用的美容药物。
(A) 玫瑰花 (B) 益母草 (C) 珍珠 (D) 人参
47. 杏仁是唐代武则天喜用的 (A) 药物。
(A) 美容 (B) 排泄 (C) 顺气 (D) 调理
48. 益母草具有 (C), 活血养血的功效。
(A) 驱蚊虫 (B) 助睡眠 (C) 润肤去皱 (D) 以上都是
49. (C) 为蔷薇科植物。
(A) 天花粉 (B) 益母草 (C) 玫瑰花 (D) 茯苓
50. 玫瑰花主要含挥发油、苦味质、(D) 等成分。
(A) 脂肪油 (B) 有机酸 (C) 红色素 (D) 以上都是
51. 硫黄能够治疗痤疮、(D) 等。
(A) 酒渣鼻 (B) 疥虫 (C) 体癣 (D) 以上都是
52. (A) 有广泛的配伍性, 常与其他活性剂共用, 可加速皮肤对它们的吸收而增效。
(A) 甘草酸 (B) 枸杞 (C) 天麻 (D) 白附子
53. 甘草酸可用于防晒、(D) 等化妆品中。
(A) 增白 (B) 调理 (C) 生发护发 (D) 以上都是
54. 何首乌中含有 (C), 能营养发根, 促使头发黑色素生成。
(A) 矿物质 (B) 维生素 (C) 卵磷脂 (D) 大黄酸
55. 红花具有 (A) 的功效, 能有效的促进血液循环, 润泽肌肤。
(A) 活血化瘀 (B) 只可祛痰 (C) 滋补肝肾 (D) 理顺气机
56. 红花可以防止 (B) 灼射对皮肤的损害。
(A) 夜光 (B) 阳光 (C) 灯光 (D) 以上都是
57. (A) 与当归合用, 可有效治疗面部色素斑。
(A) 桔梗 (B) 红花 (C) 芦荟 (D) 玫瑰
58. (A) 是很好的防腐剂和着色剂。
(A) 决明子 (B) 辣椒 (C) 苦参 (D) 连翘
59. 决明子是很好的防腐剂和 (C)。
(A) 抗氧化剂 (B) 腐蚀剂 (C) 着色剂 (D) 氧化剂
60. (C) 能扩张微血管, 促进血液循环, 使皮肤发红发热。
(A) 苦参 (B) 决明子 (C) 辣椒 (D) 连翘
61. 当归提取物能够抑制 (C) 活性, 具有滋润和改善干燥皮肤的作用。
(A) 梅可尔细胞 (B) 朗格汉斯细胞 (C) 酪氨酸酶 (D) 氨基酸
62. 当归具有 (D) 的功效。
(A) 活血化瘀 (B) 美白祛斑 (C) 乌须生发 (D) 以上都是
63. 地黄性味平和, 刺激性 (B), 具有清热解毒、抗菌消炎等作用。
(A) 大 (B) 小 (C) 一般 (D) 无
64. (B) 用于洗发香波内, 洗后有清凉舒适的感觉。
(A) 辣椒 (B) 薄荷 (C) 玫瑰花 (D) 大黄
65. 薄荷有很好的 (C) 功效。

- (A) 抗敏 (B) 美白 (C) 防腐 (D) 祛斑
66. 维生素 A 不溶于 (D)。
(A) 油脂 (B) 乙醚 (C) 乙醇 (D) 水
67. (A) 的熔点为 63~64 摄氏度。
(A) 维生素 A (B) 维生素 B (C) 维生素 C (D) 维生素 D
68. 下列使用于化妆品的 B 族维生素有 (B)。
(A) C6 (B) B5 (C) B2 (D) 烟酸
- 69 维生素 C 不溶于 (B)。
(A) 碱 (B) 乙醚 (C) 水 (D) 酸
70. 维生素 C 为 (B) 或微黄色结晶性粉末。
(A) 米色 (B) 白色 (C) 红色 (D) 黑色
71. 维生素 D 溶于 (D) 化妆品。
(A) 醇类 (B) 碱类 (C) 水 (D) 油类
72. (D) 又名骨化醇。
(A) 维生素 A (B) 维生素 B (C) 维生素 C (D) 维生素 D
73. (D) 又名生育酚。
(A) 维生素 A (B) 维生素 B (C) 维生素 C (D) 维生素 E
74. (B) 不属于允许使用的雌性激素。
(A) 雌二醇乙炔基雌二醇 (B) 孕酮 (C) 雌酮 (D) 乙烯雌酚
75. (D) 主要用于乳膏、化妆水或生发水等化妆品。
(A) 孕激素 (B) 雄激素 (C) 雌激素 (D) 肾上腺皮质激素
76. 肾上腺皮质激素具有 (D) 的作用。
(A) 抗炎症 (B) 抗过敏症 (C) 抗肉芽 (D) 以上都是
77. 氨基酸能改善 (C) 皮肤。
(A) 过敏 (B) 痘痘 (C) 老化 (D) 以上都是
78. 化妆品生产依据皮肤天然调湿因子的功能与成分在护肤品中加入了吸湿性强的物质, 就是 (C)。
(A) 防腐剂 (B) 抗氧剂 (C) 保湿剂 (D) 色素剂
79. 自由基是人体内不配对的电子, 对细胞组织有很强的损伤作用, 可导致皮肤 (D)。
(A) 敏感 (B) 健康 (C) 发红 (D) 衰老
80. (B) 是人体内不配对的电子, 对细胞组织有很强的损伤作用, 可导致皮肤衰老。
(A) 电流 (B) 自由基 (C) 二氧化碳 (D) 以上都是
81. 皮脂腺与汗腺分泌物混合形成一层薄薄的 (B)。
(A) 油脂 (B) 皮脂膜 (C) 水分 (D) 角质
82. (C) 与汗腺分泌物混合形成一层薄的皮脂膜。
(A) 血管 (B) 毛孔 (C) 皮脂腺 (D) 以上都是
83. 健康皮肤表面 P 值在 4.5~6.6 之间呈 (D)。
(A) 强碱性 (B) 弱碱性 (C) 强酸性 (D) 弱酸性
84. 健康皮肤表面 P 值在 (D) 之间。
(A) 4.5~5 (B) 5~5.6 (C) 5.6~6 (D) 4.5~6.6

五、美容营养学基础

一、判断题

1. 血液运输脂肪时, 由蛋白质与脂肪结合形成脂蛋白形式输送。(√)
2. 动物蛋白质的消化率一般高于植物蛋白质。(√)
3. 体内长期蛋白质摄入不足会影响机体器官的功能, 但不会导致皮肤生理功能的减退。(×)
4. 蛋白质摄入过多, 其产生的酸性物质会刺激皮肤, 引起早衰, 加重肝肾负担。(√)
5. 蛋白质的食物来源可分为植物性蛋白和动物性蛋白两大类。(√)
6. 脂肪酸是由碳、氢、氧、氮及硫组成的一类化合物。(×)
7. 反式脂肪酸是组织细胞的组成成分。(×)
8. 脂肪组织分布于皮下起着保护的作用, 还可防止皮肤干裂, 毛发脆断。(√)
9. 脂肪类食物不宜食入过多, 每天不应超过 50g 油脂, 以免引起肥胖及心血管疾病。(×)
10. 双糖是由两分子单糖缩合而成, 常见的有蔗糖、葡萄糖和半乳糖。(×)
11. 脂肪是神经系统和心肌的主要能源, 也是肌肉活动时的主要燃料。(×)
12. 膳食纤维摄入过多, 不会影响其他营养物质的消化和吸收。(×)

13. 维生素在体内既不供给热能，也不构成人体组织。(√)
14. 维生素 D 溶于水，对热、碱不稳定，所以需大量补充维生素 D。(×)
15. 烟酸缺乏会出现对称性皮炎，分布于身体暴露和易受摩擦部位。(√)
16. 微量元素对于人体的生长、发育、营养、健康、疾病、衰老等生理过程没有影响。(×)
17. 胃内的酸度大，可提高铁的溶解性，从而提高了食物中铁的利用率。(√)
18. 水的硬度对日常生活的健康保健没有影响。(×)
19. 人们渴望皮肤有光泽，有弹性，希望青春常驻，这就特别要注意水的补充。(√)
20. 银杏叶中含有丰富的黄酮类化合物，称银杏苦内酯。(√)
21. 食物在烹调方法可以根据自己的口味而定。(×)
22. 硒是重要的抗氧化剂，能使头皮不过分湿润。(×)
23. 卵磷脂可提供皮肤所需的矿物质，维护皮肤健康。(×)
24. 在摄入核酸含量丰富的食品时，最好同时吃适量富含维生素的青菜和水果，有利于核酸的吸收和保证营养均衡。(√)
25. 色斑皮肤在进行美容护理的同时，不可以增强营养的补充。(×)
26. 为改善敏感性皮肤，可以饮酒。(×)

二、单项选择题

1. 营养学将蛋白质分为完全蛋白、半完全蛋白和 (C)。
(A) 肌蛋白 (B) 乳白蛋白 (C) 不完全蛋白 (D) 卵白蛋白
2. (B) 是人体氮唯一来源，碳水化合物和脂肪不能代替。
(A) 水 (B) 蛋白质 (C) 维生素 (D) 脂肪
3. 当人体能量摄入不足时，(B) 可以氧化分解释放出能量。
(A) 碳水化合物 (B) 蛋白质 (C) 维生素 (D) 水
4. 蛋白质的一个重要的 (C) 功能就是参与肌肉的收缩。
(A) 化学 (B) 物理 (C) 生理 (D) 生物
5. 蛋白质含量是评价食物蛋白质营养价值的 (A)。
(A) 基础 (B) 前提 (C) 结果 (D) 根据
6. 蛋白质一热能营养不良是由于 (B) 和热能缺乏而引起的。
(A) 水 (B) 蛋白质 (C) 维生素 (D) 脂肪
7. (A) 是构成人体组织的主要成分，能促进生长发育，修补身体组织，并补充代谢的消耗
(A) 蛋白质 (B) 碳水化合物 (C) 脂肪 (D) 维生素
8. (B) 是皮肤等组织的重要成分。
(A) 水 (B) 蛋白质 (C) 维生素 (D) 脂肪
9. 优质的 (B) 主要存在于大豆及其制品和肉类中。
(A) 水 (B) 蛋白质 (C) 维生素 (D) 脂肪
10. 胆固醇是人体主要的固醇类 (A)。
(A) 化合物 (B) 化学物 (C) 生理物质 (D) 氧化物
11. (C) 是组织细胞的组成成分。
(A) 单不饱和脂肪酸 (B) 饱和脂肪酸 (C) 必需脂肪酸 (D) 反式脂肪酸
12. (D) 是人体必需的营养素之一，在供给人体能量方面起着重要作用
(A) 水 (B) 蛋白质 (C) 维生素 (D) 脂类
13. 适量的 (D) 可保持适度的皮下脂肪，有皮肤丰富、富有弹性和光泽的作用。
(A) 水 (B) 蛋白质 (C) 维生素 (D) 脂肪
14. 脂肪的最好来源是 (B)。
(A) 动物性食物 (B) 植物性食物 (C) 油炸食物 (D) 烧烤食物
15. 膳食中的脂肪分为 (B) 种。
(A) 一 (B) 二 (C) 三 (D) 四
16. (B) 分为淀粉和非淀粉多糖两类。
(A) 单糖 (B) 多糖 (C) 双糖 (D) 少糖
17. (B) 是人类获取能量的最经济 and 最主要的来源。
(A) 脂肪 (B) 碳水化合物 (C) 蛋白质 (D) 维生素
18. 碳水化合物是人类获取能量的最经济 and 最主要的 (C)。
(A) 基础 (B) 根据 (C) 来源 (D) 前提
19. (A) 是机体热能的主要来源。

- (A) 碳水化合物 (B) 蛋白质 (C) 维生素 (D) 微量元素
20. (C) 可减低肠道对胆固醇的重吸收, 降低血脂。
(A) 蛋白质 (B) 水 (C) 膳食纤维 (D) 脂肪
21. (D) 是膳食纤维的主要来源。
(A) 鸡蛋 (B) 肉类 (C) 海鲜 (D) 蔬菜
22. (C) 中淀粉的来源主要是粮谷类和薯类食物。
(A) 蛋白质 (B) 水 (C) 膳食纤维 (D) 脂肪
23. 属于脂溶性维生素的是 (D)。
A) 维生素 A (B) 维生素 D (C) 维生素 E (D) 以上都是
24. (D) 主要存在于各种油料种子及植物油中。
(A) 维生素 A (B) 维生素 C (C) 维生素 D (D) 维生素 E
25. 维生素 C 又名 (B), 易溶于水。
(A) 抗细胞素 (B) 抗坏血酸 (C) 红虫 (D) 抗癌素
26. (A) 可维持上皮细胞的正常分化, 使皮肤柔软细嫩。
(A) 维生素 A (B) 维生素 C (C) 维生素 D (D) 维生素 E
27. 碘属于人体必需 (D)。
(A) 蛋白质 (B) 脂肪 (C) 维生素 (D) 微量元素
28. 以下 (D) 的含锌量最为丰富
(A) 糙米 (B) 鸡蛋 (C) 杏仁 (D) 牡蛎
29. (D) 是人体必需微量元素, 是微量元素中最容易缺乏的。
(A) 钙 (B) 铁 (C) 锌 (D) 镁
30. (A) 能防治痤疮、皮肤干燥和各种丘疹。
(A) 锌 (B) 铜 (C) 铁 (D) 钙
31. 铜和铁都是 (B) 的重要原料。
(A) 造肝 (B) 造血 (C) 造脾 (D) 造脏
32. 以下 (C) 不属于水的生理功能。
(A) 调节体温 (B) 输送养料和排泄废物
(C) 参与构成重要的生命物质 (D) 参与氧化还原反应
33. 皮肤角质层的含水量 (A), 松散的结构难以锁住水分。
(A) 较低 (B) 较高 (C) 极低 (D) 极高
34. (A) 是一种无副作用、持久的减肥剂。
(A) 水 (B) 果汁 (C) 茶 (D) 牛奶
35. 人体 (C) 不足时, 大肠内的水分被调节走, 会造成便秘。
A) 蛋白质 (B) 脂肪 (C) 水分 (D) 维生素
36. (C) 的质量对人体的健康至关重要。
(A) 蛋白质 (B) 脂肪 (C) 水 (D) 维生素
37. (D) 是最主要的天然抗氧化剂之一。
(A) 维生素 B2 (B) 维生素 C (C) 维生素 B6 (D) 维生素 E
38. 因为限制热量的摄入会导致许多营养素的缺乏, 而 (B) 会增加各种营养素的消耗所以必须额外补充。
(A) 减少运动量 (B) 增大运动量 (C) 多喝水 (D) 少喝水
39. 采用低热能膳食结构, 通过减少热能摄入量消耗体内 (C), 要限制脂类物质和碳水化合物的供给量, 使热能供给量低一些。
(A) 维生素 (B) 水分 (C) 脂肪 (D) 蛋白质
40. (D) 可以帮助改善头发的血液循环。
(A) 维生素 E (B) 维生素 A (C) 维生素 B (D) 维生素 C
41. (A) 对于维持上皮组织的正常结构的完善, 促进生长发育起重要作用。
(A) 维生素 A (B) 维生素 B (C) 维生素 C (D) 维生素 D
42. (B) 可平衡供给皮肤健康所需的矿物质。
(A) 维生素 (B) 海藻 (C) 脂肪 (D) 蛋白质
43. (D) 加上额外的维生素 B12 具有应激和抗老化作用。
(A) 维生素 A (B) 维生素 C (C) 维生素 D (D) 复合维生素 B
44. (D) 能加强与保护皮肤组织的健康。
(A) 维生素 D (B) 维生素 C (C) 维生素 B (D) 维生素 A

45. (A) 能加强与保护皮肤组织的健康。
(A) 维生素 A (B) 维生素 B (C) 维生素 C (D) 维生素 D
46. (B) 是新陈代谢中重要的辅酶, 保持内环境的平衡, 抗压力、抗应激。
(A) 维生素 A (B) B 族维生素 (C) 维生素 C (D) 维生素
47. (C) 有抗氧化的作用。
(A) 维生素 B (B) 维生素 C (C) 维生素 E (D) 以上都是
48. (D) 有助于防止皮肤过早老化。
(A) 糖 (B) 蛋白质 (C) 矿物质 (D) 核酸
49. 膳食纤维有助于清理体内垃圾, 减少肠道对 (B) 的吸收。
(A) 水分 (B) 毒素 (C) 油分 (D) 营养
50. 膳食纤维有助于清理 (C), 减少肠道对毒素的吸收。
(A) 体内水分 (B) 体外水分 (C) 体内垃圾 (D) 体外垃圾
51. 增加 (A) 的摄入量对改善敏感性皮肤有一定的作用。
(A) 高蛋白 (B) 水分 (C) 维生素 (D) 脂肪美容仪器

六、美容仪器

一、判断题

1. 太空舱一般可分为远红外太空舱、水疗 SPA 太空舱、水疗能量综合舱、音乐理疗太空舱 (✓)
2. 太空舱的远红外线发射的能量, 在 30 分钟后即可使人体消耗数百卡路里的热量。 (✓)
3. 身体矮小者不可使用太空舱。 (×)

三、单项选择题

1. 太空舱按 (C) 可分为坐式和全躺式。
(A) 颜色 (B) 外壳 (C) 大小 (D) 高低
2. 太空舱的远红外线发射的能量, 在 (C) 分钟后即可使人体消耗数百卡路里的热量。
(A) 10 (B) 20 (C) 30 (D) 50
3. 太空舱发生的 (A) 温度保持在 40~65℃。
(A) 远红外线 (B) 紫外线 (C) 辐射 (D) 日光
4. 太空舱的面部清风系统是利用 (B) 增强皮肤弹性。
(A) 氮气 (B) 负离子气 (C) 氢气 (D) 以上都是
5. (D) 的面部清风系统是利用负离子气增强皮肤弹性。
(A) 阴阳电离子仪 (B) 奥桑喷雾 (C) 减肥仪 (D) 太空舱
6. 下列 (D) 不可使用太空舱。
(A) 高血压患者 (B) 酒醉的人 (C) 精神病患者 (D) 以上都是
7. 太空舱的注意事项, 以下说法错误的是 (D)。
(A) 身体矮小者可以使用太空舱 (B) 高血压患者不可使用太空舱
(C) 精神病患者不可使用太空舱 (D) 身体高大者不可使用太空舱芳香美容与 SPA 护理

七、芳香美容与 SPA 护理

一、判断题

1. 芳香疗法的作用主要在透过香气来对人体产生作用。 (✓)
2. 吸入的精油到达小脑扁桃体、海马时可强化消化系统, 改善肠胃不适。 (×)
3. 《本草纲目》是中国最早的一部医学经典著作。 (×)
4. 人体心理活动与生理活动是一个密不可分的整体。 (✓)
5. 自然的气, 充塞于人们整个的活动空间, 而气的品质好坏自然影响着人的情绪。 (×)
6. 进行全身性泡澡时精油加入的越多则效果越好。 (×)
7. 香薰法是利用植物精华液的天然性, 抗病性, 抗感染性及防腐效能, 采用不同的方式作出改善。 (✓)
8. 芳香精油是一种萃取自植物的花、叶、种子、树皮等的挥发性芳香物质, 是植物的血液, 也是植物的荷尔蒙, 称为液体黄金。 (✓)
9. 精油一加一大于二的功能, 针对某一状况, 两种精油混合的作用远远大于一种精油的作用。 (✓)
10. 碳氢化合物在叶绿体中首先形成。 (×)
11. 精油一旦进入细胞, 可促进细胞的新陈代谢, 排出细胞代谢后的废物及毒素。 (✓)
12. 肠胃痉时可用精油舒缓。 (✓)
13. 精油必须稀释后才能使用。 (×)
14. 脂吸法用来萃取花朵, 所得的精油不是很纯, 所以也不贵。 (×)
15. 月见草油富含维生素 A 和维生素 E, 是天然抗氧化剂, 可巩固微血管、促进循环。 (×)
16. 精油不用稀

释就可以直接使用。(×)

17. 精油绝对不可以接触眼睛，稀释后可以。(×)

18. 为顾客调配精油时不需要考虑顾客喜好的香气，只要美容师喜欢就行。(×)

19. 采用火可测试精油的可燃性，也可辨别真假精油。(√)

20. 香薰灯可用来进行美容室内熏香。(√)

21. 抚触按摩是一种重要的沟通方式，美容师在按摩过程中应注意顾客的反应，帮助顾客进行放松。(√)

22. 美容师可擅自指导客人进行内服精油。(×)

23. 为顾客做完芳香护理后，可让顾客立刻起身离开。(×)

24. 使用具有促进身体代谢功能的精油，通过按摩，分解燃烧脂肪，达到塑身的目的。(√)

25. 脾是人体最小的淋巴器官，具有免疫应答的功能。(×)

26. 淋巴引流护理时，施行的动作频率可快一点，不可太慢。(×)

27. 结核病患者能接受全身香薰淋巴按摩。(×)

28. 古埃及人用热水泡澡时，会加入香薰精油，完毕后，会再用香薰用品进行全身按摩
(√)

29. 足浴时加入 2-4 滴茶树精油可治疗香港脚及灰指甲等。(√)

30. 香薰水疗法的种类包括芬兰浴法。(×)

31. SPA 浸洗时间不可太短或过长，一般 30-50 分钟。(×)

二、单项选择题

1. (D) 是由方香和疗法二个名词衍生而来的。

(A) 面部排毒 (B) 刮痧 (C) 美体护理 (D) 芳香疗法

2. 一般来说，精油可以在 (B) 分钟内完全被皮肤吸收。

(A) 20 (B) 30 (C) 40 (D) 50

3. 运用 (A) 使身体达到健康美丽的方法称为香薰法。

(A) 植物精油 (B) 动物油脂 (C) 中药 (D) 水分

4. (C) 人运用精油的防腐功效于制造“木乃伊”上。

(A) 古罗马 (B) 古希腊 (C) 古埃及 (D) 中国

5. 当吸入的精油到达 (B) 时产生脑内啡，可以止痛制造快乐幸福，具催情作用。

(A) 蓝斑 (B) 脑下垂体 (C) 丘脑 (D) 丘脑下部

6. 当吸入的 (A) 到达脑下垂体时产生脑内啡，可以止痛制造快乐幸福，具催情作用。

(A) 精油 (B) 水分 (C) 脂肪 (D) 香水

7. 针对呼吸道感染时，用 (C) 精油 1 滴做熏蒸法，可缓解或预防感染情形。

(A) 薰衣草 (B) 茉莉 (C) 茶树 (D) 迷迭香

8. 按摩可以产生较多的脑内啡及脑肽这两类 (B) 物质。

(A) 骨骼 (B) 神经 (C) 肌肉 (D) 水分

9. (A) 是人出生时发展的第一个知觉。

(A) 触觉 (B) 痛觉 (C) 压力觉 (D) 味觉

10. 在冰水中滴入 (C) 精油来减轻发烧现象。

(A) 玫瑰 (B) 依兰 (C) 薄荷 (D) 天竺葵

11. 在 (B) 中滴入薄荷精油来减轻发烧现象。

(A) 热水 (B) 冰水 (C) 温水 (D) 烫水

12. 亚健康状态如果不及时加以调整，很快就会进入 (A) 状态。

(A) 疾病 (B) 健康 (C) 美丽 (D) 衰老

13. (C) 状态如果不及时加以调整，很快就会进入疾病状态。

(A) 非健康 (B) 健康 (C) 亚健康 (D) 正常

14. 身心的不适与精神的困惑，只需以数滴 (C) 便可以改变，却没有服用药物所引起的副作用。

(A) 爽肤水 (B) 香水 (C) 精油 (D) 化妆品

15. (A) 的原理是通过吸入等方式影响人体的精细体、体能及生理。

(A) 香薰法 (B) 物理疗法 (C) 蒸发 (D) 萃取

16. 纯度为 100% 的精油是 (A) 精油。

(A) 单方 (B) 复方 (C) 基础 (D) 混合

17. 精油暴露在 (D) 中，会很快挥发掉。

(A) 面霜 (B) 化妆品 (C) 水 (D) 空气

18. 精油的分子质量比 (B) 小 1000 倍。

- (A) 植物 (B) 人体细胞 (C) 动物 (D) 化学物质
19. (A) 的精油其香味持续性最差。
(A) 高度挥发性 (B) 中度挥发性 (C) 低度挥发性 (D) 无挥发性
20. 芳香精油不但可以促进细胞的再生能力，还可以帮助 (C) 愈合。
(A) 肌肉 (B) 细胞 (C) 伤口 (D) 骨骼
21. 芳香精油不但可以促进细胞的 (A)，还可以帮助伤口愈合。
(A) 再生能力 (B) 衰弱能力 (C) 补水能力 (D) 排毒能力
22. 精油可以帮助 (C) 间的氧气与养分的交换，帮助体内微循环系统加速排除有毒物质。
(A) 毛发和皮肤 (B) 皮肤和神经 (C) 血液和细胞 (D) 血液和皮肤
23. 精油对精神方面的疗效，其实是 (C) 的，必须视情况而定。
(A) 不一定 (B) 绝对性 (C) 相对性 (D) 不知道
24. 精油对 (B) 方面的疗效，其实是相对性的，必须视情况而定。
(A) 皮肤 (B) 精神 (C) 头发 (D) 身体
25. 将几种单方精油与基础油调和在一起使用的精油为 (D)。
(A) 单方精油 (B) 合成精油 (C) 复方精油 (D) 复方稀释精油
26. 将几种 (D) 精油与基础油调和在一起使用的精油为复方稀释精油。
(A) 薰衣草 (B) 茉莉 (C) 玫瑰 (D) 单方
27. 压榨法是专门用于制造 (C) 类的精油。
(A) 花 (B) 树叶 (C) 柑橘 (D) 树根
28. 姜油对皮肤的功效是 (D)。
(A) 淡斑靓肤 (B) 美白肌肤 (C) 修复敏感 (D) 消散淤血
29. (B) 精油可改善蜂窝组织炎。
(A) 橙花 (B) 葡萄柚 (C) 玫瑰 (D) 柠檬
30. (D) 不是真正的油脂，而是一种植物蜡，也具有不会腐臭的特质。
(A) 橄榄油 (B) 玫瑰果油 (C) 月见草油 (D) 荷荷芭油
31. 荷荷芭油不是真正的油脂，而是一种植物蜡，也具有不会 (A) 的特质。
(A) 腐臭 (B) 挥发 (C) 变质 (D) 以上都是
32. 精油在香薰法中运用得最普遍的方法是 (D)。
(A) 沐浴法 (B) 饮用法 (C) 按摩法 (D) 熏蒸法
33. 在烧伤后立刻在皮肤上涂 (B) 精油，可以促进伤口愈合，避免疤痕的出现。
(A) 柠檬 (B) 薰衣草 (C) 迷迭香 (D) 玫瑰
34. 储存精油采用的容器为 (C)。
(A) 塑料瓶 (B) 透明玻璃瓶 (C) 深色玻璃瓶 (D) 金属铜瓶
35. 每 5ml 的基础油中加入 3 滴的 (A)，其浓度比例为 3%。
(A) 单方精油 (B) 复方精油 (C) 基础油 (D) 稀释油
36. 有大量的精油时，须倒入较小的容器内，以免起 (C) 反应。
(A) 变质 (B) 起泡 (C) 氧化 (D) 细菌滋生
37. 精油的调配必须经过专业的训练才能进行，依照安全 (A) 调配。
(A) 比例 (B) 多少 (C) 指标 (D) 高低
38. 将精油擦在 (A) 上，观察其是否很快被人体吸收，以证明所使用的精油渗透力是否强。
(A) 皮肤 (B) 头发 (C) 纸上 (D) 棉花
39. 一般用 (A) 或褐色的玻璃瓶存放精油，使其免受紫外线的照射。
(A) 蓝色 (B) 红色 (C) 白色 (D) 黄色
40. 芳香按摩动作要一气呵成，在按摩头部、胸部、腿部及手臂时，动作不要在 (B) 中断。
(A) 肌肉处 (B) 关节处 (C) 脸部 (D) 穴位处
41. 芳香护理时应注意环境的 (D) 及灯光的柔和性。
(A) 流通 (B) 档次 (C) 高雅性 (D) 温暖舒适性
42. 根据客人的 (D)，正确选用精油。
(A) 皮肤状态 (B) 精神状态 (C) 需要 (D) 以上都是
43. (C) 是面部芳香护理的前奏，可以消除疲劳，促进循环，使面部护理功效更为显著。
(A) 打开毛孔 (B) 去角质 (C) 背部指压 (D) 面膜
44. 背部指压是面部芳香护理的 (A)，可以消除疲劳，促进循环，使面部护理功效更为显著。
(A) 前奏 (B) 基础 (C) 结束 (D) 保障

45. 具有 (B) 作用的精油可促进新陈代谢, 增强皮肤保水能力, 淡化细纹。
A) 循环 (B) 再生 (C) 分解 (D) 以上都是
46. 淋巴结有阻截、消灭 (A) 的能力, 防止病菌扩散, 对机体起保护作用。
(A) 细菌 (B) 细胞 (C) 肿瘤 (D) 肝病
47. 淋巴系统由 (D) 组成。
(A) 淋巴管道 (B) 淋巴器官 (C) 淋巴组织 (D) 以上都是
48. 踝部、臀部及大腿部位出现蜂窝炎时, 产生的有毒物质, 会引起 (C) 障碍。
(A) 消化系统 (B) 泌尿系统 (C) 淋巴回流 (D) 内分泌功能
49. 踝部、臀部及大腿部位出现蜂窝炎时, 产生的 (A) 物质, 会引起淋巴回流障碍。
(A) 有毒 (B) 分解 (C) 合成 (D) 化学
50. (D) 皮肤最适合施行淋巴引流
(A) 老化 (B) 暗疮 (C) 敏感 (D) 以上都是
51. 淋巴按摩时不可用力 (A) 而伤及皮肤。
(A) 过大 (B) 过小 (C) 过轻 (D) 过缓
52. 淋巴按摩的 (A) 要按照淋巴液的流向, 没有来回动作。
(A) 方向 (B) 幅度 (C) 轻重 (D) 面积
53. 在欧洲, (A) 的文化是由罗马人发扬光大的。
(A) 泡澡 (B) 饮食 (C) 艺术 (D) 以上都是
54. 水疗法是任何人都可进行的 (A)。
(A) 保健方法 (B) 治疗方法 (C) 医学方法 (D) 享受形式
55. 水疗法是 (D) 都可进行的保健方法, 而且没有副作用。
(A) 老年人 (B) 女性 (C) 男性 (D) 任何人
56. 浸浴法适用于身体的 (D)。
(A) 胸部 (B) 脸部 (C) 头部 (D) 上下肢
57. (A) 以后是进行全身按摩的最佳时间。
(A) 沐浴 (B) 吃饭 (C) 运动 (D) 下班
58. 香薰足浴可以消除 (B) 疲劳。
A) 手部 (B) 腿部 (C) 腹部 (D) 背部
59. 饭前饭后 (A) 分钟内不宜进行水疗。
(A) 30 (B) 40 (C) 50 (D) 60
60. (D) 不可做香薰水疗。
(A) 高血压患者 (B) 心脏病患者 (C) 精神病患者 (D) 以上都是减肥与塑身

八、减肥与塑身

一、判断题

1. 单纯性肥胖又称为原发性肥胖。(√)
2. 遗传性肥胖属遗传原因, 并且与家庭饮食结构及生活习惯无关。(×)
3. 正确的检测站姿: 从正面看, 顾客应显得轻松自在, 身体挺直要僵硬着。(×)
4. 为了使站立时所做的身体分析更完善, 美容师还必须从侧面观察, 以获得整体的资料。(√)
5. 手工测量分析体型主要包括身高测量, 围度测量、血液测量及骨骼测量。(×)
6. 测量身高时顾客应穿皮鞋, 足跟并拢。(×)
7. 测量体重时, 顾客着内衣或裸体站在电子秤上, 美容师从左面读数。(×)
8. 用卷尺为顾客测量大腿围度时, 让顾客两腿弯曲站立。(×)
9. 肌肉力量测量时, 测量手臂的方法与腿部的测量方法完全不一样。(×)
10. 进行徒手按摩可借助亲切的接触, 消除顾客的不安情绪, 帮他们放松心情。(√)
11. 局部减肥塑身清洁时, 清洁的方向为有外向内, 由上向下。(×)
12. 按摩可使毛细血管闭合, 使皮肤增加吸收率及渗透力。(×)
13. 减肥化妆品的主要成分包括中草药和化学药物。(√)
14. 女性月经期可以使用减肥产品。(×)
15. 大横穴是在脐下 2 寸处, 归属足太阴脾经。(×)
16. 肺俞穴归属足阳明胃经。(×)
17. 合谷穴可以治疗牙痛, 头痛及大便干燥。(√)
18. 髌骨内上缘上 2 寸为梁丘穴。(×)
19. 三阴交穴归属足阳明胃经。(×)

20. 美容师立于俯卧顾客的头顶部时，要面向客人。(√)
21. 按摩时客人不用换穿美容院专用一次性内裤及乳罩。(×)
22. 为顾客做肩部按摩时双手置于颈部两侧，拇指在上，食指至小指在下，用虎口卡住肩胛提肌。(√)
23. 背部按摩站右侧时，美容师双手虚握拳，扣于背部，前后交错搓按背部。(√)
24. 做腰部按摩时，用双手大鱼际与小鱼际着力，分别交错从腰部两侧向中间缓慢揉进
25. 小腿部减肥穴位有中脘、关元中府、天枢。(×)

二、单项选择题

1. (A) 又称为原发性肥胖。
A) 单纯性肥胖 (B) 获得性肥胖 (C) 继发性肥胖 (D) 病理性肥胖
2. (D) 缺乏时，会妨碍脂肪代谢，进而积于体内导致肥胖。
(A) 蛋白质 (B) 矿物质 (C) 维生素 C (D) 维生素 B 族
3. (C) 可因中枢神经系统或内分泌系统病变而引起，故又称为“病理性肥胖”。
(A) 单纯性肥胖 (B) 获得性肥胖 (C) 继发性肥胖 (D) 病理性肥胖
4. 正确的检测 (A) 应为：在不勉强身体任何部位的情形下放松站立。
(A) 站姿 (B) 坐姿 (C) 仰姿 (D) 卧姿
5. 目测体型分析：首先注意顾客身体的比例，然后 (A) 分别从各局部进行观察。
(A) 从上至下 (B) 从下至上 (C) 从中间至两边 (D) 从两边至中间
6. (A) 体型分析：首先注意顾客身体的比例，然后从上至下分别从各局部进行观察。
(A) 目测 (B) 手工测量 (C) 肌肉测量 (D) 三围测量
7. 第 (C) 腰椎棘突尖端的点即为腰点。
(A) 三 (B) 四 (C) 五 (D) 六
8. 测量身高时顾客应 (D)，足跟并拢。
(A) 穿高跟鞋 (B) 屈腿 (C) 挺腹 (D) 赤足
9. 测量 (A) 的正确方法是从头顶点至地面的垂直距离。
(A) 身高 (B) 坐高 (C) 体重 (D) 头长
10. 测量 (B) 时，用地秤或电子秤，先将指针调整至零点。
(A) 身高 (B) 体重 (C) 坐高 (D) 头长
11. 围度测量工具用卷尺或 (D)。
(A) 手 (B) 三角尺 (C) 直尺 (D) 软尺
12. 皮褶是指皮下脂肪的 (B)。
(A) 轻重 (B) 厚度 (C) 部位 (D) 稀疏
13. 皮褶是指 (D) 的厚度
(A) 皮下组织 (B) 真皮 (C) 表皮 (D) 皮下脂肪
14. 肌肉力量试验腿部时，顾客侧卧，先抬起上腿，接着抬起下腿与 (A) 并拢，然后缓缓将双腿一起放下。
A) 上腿 (B) 下腿 (C) 左脚 (D) 右脚
15. (D) 测量时腹部时，可让顾客做仰卧起坐
(A) 身高 (B) 体重 (C) 三围 (D) 肌肉
16. 测量体重时必须 (B)。
(A) 细致 (B) 精确 (C) 细心 (D) 耐心
17. 为顾客测量体重时，应采取 (A) 的方式进行操作，并尊重顾客的习惯。
(A) 专业 (B) 模糊 (C) 粗鲁 (D) 非专业
18. 美容师可以通过徒手按摩的方式了解顾客的肌肉与 (D) 的情况。
(A) 肌肉系统 (B) 神经系统 (C) 骨骼系统 (D) 循环系统
19. 美容师可以通过徒手按摩的方式了解 (B) 的肌肉与循环系统的情况。
(A) 美容师 (B) 顾客 (C) 店长 (D) 以上都是
20. 减肥者换穿美容院专用一次性 (B)。
(A) 拖鞋 (B) 纸内裤 (C) 内衣 (D) 睡衣
21. 按摩可增强皮肤的吸收率和药物对皮肤的 (D)，使药物发挥最大效果。
(A) 抵抗力 (B) 免疫力 (C) 融合度 (D) 渗透力
22. (A) 可增强皮肤的吸收率和药物对皮肤的渗透力，使药物发挥最大效果。
(A) 按摩 (B) 清洁 (C) 去角质 (D) 涂水
23. 大黄素可分解燃烧脂肪，达到 (C) 作用。
(A) 健身 (B) 护肤 (C) 减肥 (D) 健胸

24. 女性月经期、(B) 及哺乳期均不宜使用减肥产品。
(A) 发育期 (B) 生育期 (C) 更年期 (D) 老年期
25. 女性月经期、(D) 及哺乳期均不宜使用减肥产品。
(A) 发痘痘时 (B) 压力大 (C) 长色斑 (D) 生育期
26. 气海穴归属 (A)，在脐下 1.5 寸处。
(A) 任脉 (B) 督脉 (C) 经外奇穴 (D) 大肠经
27. 魄户穴归属足太阳 (C) 经。
(A) 胆 (B) 胃 (C) 膀胱 (D) 三焦
28. 肺俞穴在第三胸椎棘突下，旁开 (C) 寸处。
(A) 0.5 (B) 1 (C) 1.5 (D) 2
29. 曲池穴归属 (B)。
(A) 足太阳膀胱经 (B) 手阳明大肠经 (C) 足阳明胃穴 (D) 经外奇穴
30. 髌骨外上缘上 2 寸为 (A) 穴。
(A) 梁丘 (B) 血海 (C) 关元 (D) 气海
31. 风市穴归属 (C)。
(A) 足太阳膀胱经 (B) 手阳明大肠经 (C) 足少阳胆经 (D) 经外奇穴
32. 三阴交穴在内踝高点上 (C) 寸，胫骨内侧面后缘。
(A) 1 (B) 2 (C) 3 (D) 4
33. (B) 是经脉和络脉的总称。
(A) 穴位 (B) 经络 (C) 肌肉 (D) 神经
34. 经脉是经脉和 (A) 的总称。
(A) 络脉 (B) 肌肉 (C) 神经 (D) 穴位
35. 按摩减肥主要是在 (D) 患者的腹部、四肢、腰背部臀部等部位进行按摩。
(A) 厌食症 (B) 肝病 (C) 癌症 (D) 肥胖症
36. 在按摩床上铺 (B) 的床单。
(A) 客人用过 (B) 一次性 (C) 没洗 (D) 没消毒
37. (C) 在按摩前最好进行桑拿浴。
(A) 美容师 (B) 店长 (C) 客人 (D) 以上都是
38. 为顾客做肩部按摩时，美容师站 (A)，双手拇指分别置于双肩背部，食指至小指放于双肩上，卡住两肩三角肌的部位。
(A) 头位 (B) 左侧 (C) 右侧 (D) 脚位
39. 为顾客做背部按摩时，美容师站左侧位，左手按在右手上扣于尾骨上侧，用力推至 (C)，再从左臀部推至左肩、右臀部推至右肩，复位。
(A) 头部 (B) 肩部 (C) 颈部 (D) 腰部
40. 为顾客做腰部按摩时，掌面紧贴于 (D) 皮肤，做环状摩擦至皮肤发热为止。
(A) 背部 (B) 腹部 (C) 臀部 (D) 腰部
41. 做 (B) 按摩时，掌面紧贴于腰部皮肤，做环状摩擦至皮肤发热为止。
(A) 腹部 (B) 腰部 (C) 手部 (D) 腿部
42. 做臀部按摩站左侧位时，右手 (B) 的指肚分别点于尾骨两侧，同时打圈。
(A) 拇指与中指 (B) 拇指与食指 (C) 食指与中指 (D) 中指与小指
43. 做臀部按摩站 (B) 时，右手拇指与食指的指肚分别点于尾骨两侧，同时打圈。
(A) 头位 (B) 左侧 (C) 右侧 (D) 脚位
44. 足三里穴是 (B) 部的减肥穴位。
(A) 大腿 (B) 小腿 (C) 腹部 (D) 背部
45. 在为顾客做 (D) 减肥时，腿部皮肤应先清洁
(A) 脸部 (B) 手部 (C) 腹部 (D) 腿部
46. 减肥的环境应使客人有 (C)。
(A) 亲切感 (B) 柔和感 (C) 安全感 (D) 美感
47. 客人患有腹腔内器官疾病时禁止做 (C) 按摩。
(A) 脸部 (B) 手部 (C) 腹部 (D) 腿部

九、中医美容

一、判断题

1. 阴阳是对自然界万物的属性的概括。(×)

2. 事物的阴阳属性是绝对的、不变的。(×)
3. 阴阳交感是生命活动产生的基本条件。(√)
4. 阴阳的相互抑制、相互约束主要体现于阴阳相互消长的过程中。(√)
5. 阴阳在互根基础上的资生、促进的互用关系，称为阴阳的互用。(√)
6. 阴阳的消长平衡体现了平衡是绝对的，消长是相对的规律。(×)
7. 心为五脏之一，位于胸腔偏右，横膈之上，肺之下。(×)
8. 一般来说，心脏患疾，其病情往往在夏季缓解。(√)
9. 喜乐过度有益于心主血脉等生理功能。(×)
10. 肺气具有向下通降和使呼吸道保持洁净的生理功能。(√)
11. 秋季气候干燥，容易伤害肺津，引起口鼻干燥、干咳少痰的症状。(√)
12. 脾的主要生理功能为主运化、主统血、主升清。(√)
13. 脾的气机运动特点是以降为主。(×)
14. 肌肉的适当运动有利于脾之运化，使食欲增加。(√)
15. 肝的主要生理功能为主疏泄与主统血。(×)
16. 肝为娇脏，易受外界邪气的侵袭。(×)
17. 肾的主要生理功能是主藏精，促进生长、发育与生殖，主水，主纳气。(√)
18. 肾的疏泄作用可以维持人体呼吸运动的平稳和深沉。(×)
19. 肾精不足会造成小儿智力低下，甚至痴呆。(√)
20. 胆的生理功能为分泌胆汁和主决断、调节情志。(×)
21. 小肠上端接阑门与胃相通，下端接幽门与大肠相连。(×)
22. 大肠吸收水分过多，对人体的排便没有影响。(×)
23. 膀胱与肾由足太阳经与足少阴经相互络属而构成表里关系。(√)
24. 脾与肾之间的关系主要表现在先天与后天相互促进及水液代谢方面。(√)
25. 心与小肠在生理关系上相互为用。(√)
26. 六腑之间的相互关系主要体现于食物的消化、吸收和排泄过程中的相互联系和密切配合。(√)
27. 经脉是经络系统的分支，络脉是经络系统的主干。(×)
28. 浮络是最细小的络脉，分布全身，难以计数。(×)
29. 分布于四肢内侧面的经脉为阳经，分布于四肢外侧面的经脉为阴经。(×)
30. 足三阳经均起于足趾末端，经下肢外侧及躯干走向头面部。(×)
31. 手太阴肺经、手少阴心经与手厥阴心包依次分布于上肢外侧的前缘、中线、后缘。(×)
32. 奇经八脉包括督脉、任脉、冲脉、带脉、阴跷脉、阳跷脉、阴维脉、阳维脉。(√)
33. 阳维、阴维脉左右成对，对分布于腿膝内外侧的阴经和阳经有协调作用。(×)
34. 任脉的主要功能是调节阳经气血，反映脑、髓和肾的功能。(×)
35. 十二经别一般从十二经脉的四肢部分别出，进入体腔，呈向心性循环。(√)
36. 别络的分布有一定的部位，其中任脉之络分布于背部、督脉之络分布于腹部。(×)
37. 经筋的功能活动有赖于十二经脉气血的满养，并受十二经脉的调节。(√)
38. 经脉呈网状分布，络脉呈线状分布。(×)
39. 五行的“行”是指运动和变化的规律。(×)
40. 凡具有温热、明亮、上升的性质或作用的事物和现象，都归属于火。(√)
41. 五行相克的次序是：木克金、金克火、火克水、水克土、土克木。(×)
42. 五行的制化调节，体现了任何两行之间的关系都是单向的。(×)
43. 刮痧的方向一般是由下而上、由外而内，顺序刮痧。(×)
44. 运用刮痧可使皮肤的新陈代谢加强，减少或消除皱纹。(√)
45. 长方形刮板较宽大、厚重。(√)
46. 面部刮痧的第二步是涂按摩乳。(×)
47. 用鱼形刮板的侧面点按印堂穴。(×)
48. 刮法不是刮痧的基本手法。(×)
49. 刮动法是用刮痧板边缘按经络或一定的方向轻轻刮拭。(√)

二、单项选择题

1. (A) 的最初涵义是很相互的，是指日光的向背，向日为阳，背日为阴。
(A) 阴阳 (B) 明亮 (C) 日月 (D) 明暗
2. “水性寒而下走，火性热而炎上，故水属阴，“火属阳”表现了阴阳的 (D)。
(A) 普遍性 (B) 整体性 (C) 相对性 (D) 关联性

3. (A) 的普遍性表现在可以解释自然界一切事物或现象的发生、发展、运动和变化。
(A) 阴阳 (B) 明亮 (C) 日月 (D) 明暗
4. (A) 是生命活动产生的基本条件。
(A) 阴阳交感 (B) 经络 (C) 肌肉 (D) 血液
5. 春夏温热、秋冬寒冷是自然界阴阳之气相互制约，相互消长的 (C)。
(A) 前提 (B) 基础 (C) 结果 (D) 保障
6. 阴阳的 (C) 是阴阳转化的内在根据。
(A) 交感互藏 (B) 对立制约 (C) 互根互用 (D) 消长平衡
7. (D) 是阴阳运动变化的形式，具体表现在此消彼长、此长彼消、此消彼消、此长彼长。
(A) 阴阳互藏 (B) 阴阳交感 (C) 阴阳转化 (D) 阴阳消长
8. 人体在 (A) 生理状态下，阴阳两个对立面是处在互相制约、互相消长的动态平衡之中。
(A) 正常 (B) 不正常 (C) 疲劳 (D) 兴奋
9. 阴阳转化是在 (A) 的基础上发生的。
(A) 阴阳消长 (B) 阴阳互用 (C) 阴阳交感 (D) 阴阳对立
10. 阴阳的消长是其转化的前提，而阴阳的转化则是消长发展的 (C)。
(A) 基础 (B) 根本 (C) 结果 (D) 保障
11. (A) 的主要生理功能为主藏神和主血脉。
(A) 心 (B) 肝 (C) 脾 (D) 肺
12. 属于心的生理特性有 (A)。
(A) 主通明 (B) 主升发 (C) 主通降 (D) 主升清
13. 心在五行属 (D)，故心为阳脏。
(A) 金 (B) 木 (C) 水 (D) 火
14. 从舌质的 (A) 即可以判断心主血脉的生理功能。
(A) 色泽 (B) 味道 (C) 质感 (D) 粗糙度
15. 肺的五行属性为 (D)。
(A) 木行 (B) 火行 (C) 水行 (D) 金行
16. (D) 具有向下通降和使呼吸道保持洁净的生理功能。
(A) 心 (B) 肝 (C) 脾 (D) 肺
17. 五脏分别与自然界的四时阴阳相联系，其中 (D) 与秋气相通应。
(A) 心 (B) 肝 (C) 脾 (D) 肺
18. (A) 的功能失常，常引发鼻与喉的病变。
(A) 肺 (B) 肝 (C) 肾 (D) 脾
19. (D) 的生理功能与情志活动的忧有关。
(A) 心 (B) 肝 (C) 脾 (D) 肺
20. (C) 的五行属性为土行。
(A) 心 (B) 肝 (C) 脾 (D) 肺
21. 脾有 (A) 的生理特性。
(A) 喜燥恶湿 (B) 喜润恶燥 (C) 恶抑郁 (D) 以上都是
22. (C) 主运化水液的功能不正常，人体内出现水湿停聚的病理状态。
(A) 心 (B) 肝 (C) 脾 (D) 肺
23. (C) 的生理功能与情志活动的思有关。
(A) 心 (B) 肝 (C) 脾 (D) 肺
24. 肝的五行属性为 (D)。
(A) 水行 (B) 火行 (C) 土行 (D) 木行
25. (B) 的五行属性为木。
(A) 心 (B) 肝 (C) 脾 (D) 肺
26. 肝与人体气血津液的运行输布及人体情志活动的关系 (D)。
(A) 普通 (B) 较差 (C) 较好 (D) 十分密切
27. 人体的筋膜有赖于 (C) 的充分滋养，才能强健有力，活动自如。
(A) 心血 (B) 肺气 (C) 肝血 (D) 脾气
28. (A) 的生理功能与情志活动的怒有关。
(A) 肝 (B) 脾 (C) 肺 (D) 心
29. (D) 的五行属性为水。

- (A) 心 (B) 肝 (C) 肺 (D) 肾
30. 五脏分别与自然界的四时阴阳相联系，其中肾与 (B) 相通应。
(A) 夏气 (B) 冬气 (C) 春气 (D) 秋气
31. 耳的听觉功能与 (D) 的精气盛衰有密切关系。
(A) 脾 (B) 肺 (C) 肝 (D) 肾
32. 骨的生长发育与肾精关系 (A)。
(A) 密切 (B) 一般 (C) 较好 (D) 较差
33. 贮藏胆汁属于 (A) 的生理功能。
(A) 胆 (B) 大肠 (C) 小肠 (D) 胃
34. 胃喜润恶燥的生理特性与 (B) 一样。
(A) 脾 (B) 肺 (C) 肝 (D) 肾
35. 胃的五行属性为 (D)。
(A) 金 (B) 水 (C) 木 (D) 土
36. (C) 不属于小肠功能失常所表现的症状。
(A) 腹泻便溏 (B) 消化不良 (C) 口苦呕逆 (D) 完谷不化
37. (B) 的生理功能失常，会引起消化吸收功能失常，还可导致二便排泄的异常。
(A) 大肠 (B) 小肠 (C) 胃 (D) 胆
38. (C) 属于大肠的生理功能。
(A) 排泄胆汁 (B) 腐熟水谷 (C) 传导糟粕 (D) 泌别清浊
39. 中医把 (A) 分为广肠和回肠两部分。
(A) 大肠 (B) 小肠 (C) 胃 (D) 胆
40. (D) 属于膀胱的生理功能。
(A) 腐熟水谷 (B) 泌别清浊 (C) 传导糟粕 (D) 贮存尿液
41. 贮存尿液属于 (C) 的生理功能。
(A) 小肠 (B) 大肠 (C) 膀胱 (D) 三焦
42. (C) 属于三焦的生理功能。
(A) 传导糟粕 (B) 贮存尿液 (C) 通行元气 (D) 泌别清浊
43. 通行元气是 (D) 的生理功能。
44. (C) 之间的关系主要表现为呼吸和水液代谢两方面。
(A) 肝与脾 (B) 心与肾 (C) 肺与肾 (D) 肺与脾
45. 肺与肾之间的关系主要表现在 (B) 方面
(A) 一 (B) 两 (C) 三 (D) 四
46. 脏与腑的表里关系中，正确的是 (A)。
(A) 脾与胃 (B) 肺与小肠 (C) 心与大肠 (D) 肾与三焦
47. (B) 的关系主要表现在消化与情志方面。
(A) 肺与肾 (B) 肝与胆 (C) 肝与脾 (D) 心与肾
48. (D) 不属于六腑。
(A) 三焦 (B) 胆 (C) 小肠 (D) 心脏
49. (B) 属于六腑。
(A) 心 (B) 三焦 (C) 肝 (D) 肺
50. (A) 是经脉和络脉的总称。
(A) 经络 (B) 浮络 (C) 孙络 (D) 十五络
51. (D) 是络脉中较大和主要的络脉。
(A) 经络 (B) 浮络 (C) 孙络 (D) 别络
52. (D) 包括手三阴经、足三阴经、手三阳经和足三阳经。
(A) 任脉 (B) 督脉 (C) 经络 (D) 十二经脉
53. 起于或止于手部，主要循行于上肢的经脉称为 (A)。
(A) 手经 (B) 足经 (C) 神经 (D) 浮络
54. 同名的手、足阳经在 (B) 交接。
(A) 上肢末端 (B) 头面部 (C) 下肢末端 (D) 胸腔内脏
55. 足之三阴，从足走 (A)。
(A) 腹 (B) 背 (C) 腿 (D) 手
56. 阴经为里，属于脏；阳经为 (A)，属于腑。

- (A) 表 (B) 里 (C) 处 (D) 内
57. 十二经脉循行中, (C) 起于食指桡侧。
(A) 手太阳经 (B) 手少阴经 (C) 手阳明经 (D) 手少阴经 5
58. 足太阳经起于目内眦, 向上到达额部, 左右交汇于 (A)。
(A) 头顶部 (B) 手部 (C) 鼻部 (D) 唇部
59. 关于奇经八脉的说法, 以下说法正确的是 (D)。
(A) 分布有特定规则 (B) 与脏腑有直接的属络关系
(C) 互为表里相合关系 (D) 纵横交错, 穿插循行于十二经脉间
60. (C) 是指十二经脉之外的“别道奇行”的八条经脉。
(A) 经脉 (B) 络脉 (C) 奇经八脉 (D) 任督二脉
61. 奇经八脉中, (D) 入颅络脑, 与奇恒之腑具有密切的关系。
(A) 带脉 (B) 任脉 (C) 冲脉 (D) 督脉
62. (D) 均起于胞中, 督脉入颅络脑, 与奇恒之腑具有密切的关系。
(A) 冲脉 (B) 任脉 (C) 督脉 (D) 以上都是
63. 奇经八脉中, (C) 有“阳脉之海”之称。
(A) 带脉 (B) 冲脉 (C) 督脉 (D) 任脉
64. 奇经八脉中, (A) “总督诸阴”有“阴脉之海”之称。
(A) 任脉 (B) 督脉 (C) 经外奇穴 (D) 冲脉
65. 带脉起于季肋, 斜向下行到带脉穴, 绕身 (D), 环行与腰腹部。
(A) 1/3 周 (B) 半周 (C) 2/3 周 (D) 一周
66. (B) 就是别行的正经。
(A) 经络 (B) 经别 (C) 经脉 (D) 络脉
67. 分布在皮肤表面的络脉称为 (A)。
(A) 浮络 (B) 孙络 (C) 别络 (D) 大络
68. (D) 是通过阴经别络走向阳经别络与阳经别络走向阴经别络来加强表里经之间的联系。
(A) 浮络 (B) 经别 (C) 经络 (D) 别络
69. (A) 的功能活动有赖于十二经脉气血的濡养, 并受十二经脉的调节。
(A) 经筋 (B) 经别 (C) 浮络 (D) 孙络
70. 与十二经脉及络脉的循行分布不同之处在于, 十二皮部的分布呈 (C)。
(A) 点状 (B) 线状 (C) 片状 (D) 网状
71. 皮部的分布范围比经络更为 (C)。
(A) 细致 (B) 狭窄 (C) 广泛 (D) 难懂
72. (B) 不属于经络沟通联系作用的表现。
(A) 脏腑与官窍之间的联系 (B) 官窍与外周肢节之间的联系
73. (A) 能运行气血和协调阴阳, 可使机体的功能活动保持相对的平衡。
(A) 经络 (B) 骨骼 (C) 肌肉 (D) 以上都是
74. 自然界的一切事物和现象都可用 (A) 属性来进行划分。
(A) 五行 (B) 金 (C) 木 (D) 火
75. 凡具有肃杀、收敛、沉降等性质的事物和现象, 都归属于 (C)。
(A) 木 (B) 水 (C) 金 (D) 土
76. 凡具有生化、承载、受纳等性质的事物或现象, 都归属于 (C)。
(A) 金 (B) 木 (C) 水 (D) 火
77. 五行 (A) 是指一事物对另一事物具有促进、助长和资生的作用。
(A) 相生 (B) 相克 (C) 相助 (D) 相辅
78. 五行的胜复调节过程中, 如果水气太过则会发生 (D)。
(A) 金气偏衰 (B) 木气偏胜 (C) 土气偏衰 (D) 火气偏衰
79. 五行的胜复调节过程中, 如果 (C) 太过则会发生火气偏衰。
(A) 木气 (B) 土气 (C) 水气 (D) 火气
80. 在五行相生关系中, 存在着母与子的关系, 以下说法错误的是 (B)。
(A) 水为母, 木为子 (B) 木为母, 火为子
(C) 火为母, 土为子 (D) 土为母, 水为子
81. 五行中任何一行出现“太过”或“不及”时, 都可能对其他 (D) 行产生相乘或相侮作用。
(A) 一 (B) 二 (C) 三 (D) 四

82. (C) 不属于刮痧时患者常采用的体位。
(A) 侧卧位 (B) 仰卧位 (C) 站立位 (D) 俯伏坐位
83. 关于刮痧，以下说法正确的是 (B)。
(A) 病人可在饥饿时进行刮痧 (B) 刮拭时要顺一个方向刮
(C) 刮痧手法应该忽轻忽重 (D) 刮痧后病人可以立即进行运动
84. 刮痧的功效有 (D)。
(A) 祛除邪气 (B) 调整气血 (C) 疏通经络 (D) 以上都是
85. (A) 刮板较宽大、厚重。
(A) 长方形 (B) 三角形 (C) 鱼形 (D) 梳形
86. 洁面是面部刮痧的第 (A) 步
(A) 一 (B) 二 (C) 三 (D) 四
87. 用鱼形刮板的 (A) 点按印堂穴。
(A) 鱼嘴 (B) 鱼尾 (C) 侧面 (D) 正面
88. 用 (C) 的侧面围绕嘴周上下来回拉抹。
(A) 梳子 (B) 美容刷 (C) 刮痧板 (D) 手掌
89. 出痧后 (D) 分钟以内不要用冷水洗脸及手足。
(A) 10 (B) 15 (C) 20 (D) 30
90. 对于骨骼、关节等部位的刮痧，应用刮板 (D) 刮拭。
(A) 背面 (B) 正面 (C) 侧面 (D) 棱角
91. 用鱼形刮板针嘴或鱼尾锐面在 (C) 轻轻用力向下点压，有醒神开窍、活血通络的作用。
(A) 骨骼 (B) 肌肉 (C) 穴位 (D) 经络
92. (D) 是用刮痧板平面拍打、施压、侧拍或平拍。
(A) 刮动法 (B) 点扭法 (C) 揉刮法 (D) 拍打法
93. 拍打法是用刮痧板平面 (D) 或平拍。
(A) 拍打 (B) 施压 (C) 侧拍 (D) 以上都是

十、中医四季美容养生

一、判断题

1. 春天的冷暖骤然变化，使人机体的免疫与防御功能增强。(×)
2. 为应春之生气，当以主动运动、持之以恒为主要。(√)
3. 黑木耳富含钙，对人体肌肉、心、脑等细胞的功能起主导作用 (√)
4. 每到春季，发生肝病或肝病复发的病人会较其他季节少。(×)
5. 夏季的气候特点即炎热，是一个酷暑蒸人的季节。(√)
6. 潮湿、阴暗的地方对身体不利，要尽量趋利避害 (√)
7. 多吃时令蔬菜瓜果，既可满足人体所需营养，又可预防中暑 (√)
8. 暑热的气候容易使人烦躁，所以要注意养性，避免心急燥热 (√)
9. 秋季，是指从立秋到立冬这一段时间，即阳历七、八、九月。(×)
10. 主呼吸而与大气相通，外合毛皮，故外界燥邪极易伤肺所主之地。(√)
11. 鸭梨生食能清火，蒸熟能滋阴。(√)
12. 秋季应注意调节情绪，多参加一些有益于身心健康的娱乐活动。(√)
13. 冬季寒气凝滞收引，易导致人体气机、血运不畅，而使许多旧病复发或加重。(√)
14. 冬季寒气凝滞生发，易致人体气机、血运不畅。(×)
15. 冬季若人们不能应时保暖，就可能使抵抗力下降、心、胃、肺等脏器的功能紊乱。(√)
16. 冬季要加强体育锻炼，避免因植物神经功能失调而引起的紧张、易怒、抑郁等状态。(√)

二、单项选择题

1. 春季有 (B)，气温升高，乍暖还寒的特点。
(A) 多雨 (B) 多风 (C) 多雾 (D) 多云
2. 春季为我国气候中 (D) 交替、多变的季节。
(A) 风雪 (B) 阴晴 (C) 风雨 (D) 冷暖
3. 风邪属于 (C) 邪，最容易损伤人的肝，尤其易造成肝阴不足。
(A) 水 (B) 暑 (C) 阳 (D) 阴
4. 春季在衣着上，宜宽松舒展、柔软保暖，不可顿减，要 (B)。
(A) 少穿 (B) 多捂 (C) 凉爽 (D) 厚实
5. 春季切忌过分活动，以免汗出太多，伤及人身之 (A)。

- (A) 阳气 (B) 阴气 (C) 正气 (D) 卫气
6. 春季摄取富含 (A) 的绿色卷心菜、花菜、芝麻等, 以提高人体免疫功能。
(A) 维生素 E (B) 维生素 C (C) 维生素 A (D) 维生素 D
7. (C) 尤应重视精神调摄, 心情舒畅, 切忌愤然恼怒。
(A) 冬季 (B) 秋季 (C) 春季 (D) 夏季
8. 思虑过度, 日夜忧愁不解, 会影响 (B) 的疏泄功能。
(A) 心脏 (B) 肝脏 (C) 脾脏 (D) 肺脏
9. 以下哪个不是夏季的节气 (D)。
(A) 芒种 (B) 小满 (C) 夏至 (D) 雨水
10. (A) 人体阳气运行畅达于外, 气血趋向于体表。
(A) 夏季 (B) 秋季 (C) 冬季 (D) 春季
11. (D) 是一个人阳气最足、生命力最旺盛的时候。
(A) 冬季 (B) 秋季 (C) 春季 (D) 夏季
12. 夏天宜穿 (C) 色服装, 以防辐射。
(A) 深 (B) 红 (C) 浅 (D) 黑
13. 夏季清淡的饮食能 (D)。
(A) 清热 (B) 防暑 (C) 补液 (D) 其他各项都对
14. 黄梅时节, 多雨潮湿, 湿气伤脾胃, 所以要少食 (C), 以免外湿影响消化功能。
(A) 辛辣 (B) 生冷 (C) 油腻 (D) 以上都不是
15. 夏季切忌烦躁不能自制, 因躁生热, 从而 B) 内生。
(A) 肝火 (B) 心火 (C) 胃火 (D) 肺热
16. 秋季的气候特点是由热转寒, 处于 (A) 的阶段。
(A) 阳消阴长 (B) 阴消阳长 (C) 阴阳平衡 (D) 阴平阳秘
17. 人们常把初秋比喻为“秋老虎”, 其意思是指 (B) 易伤人。
(A) 暑气 (B) 燥气 (C) 寒气 (D) 湿气
18. (D) 以后燥气过盛, 与风相合形成风燥之邪。
(A) 立秋 (B) 处暑 (C) 白露 (D) 秋分
19. 秋日晚风凉肃, 所以要“(C), 与鸡俱兴。”
(A) 早睡早起 (B) 早卧早起 (C) 晚卧早起 (D) 晚卧晚起
20. (D) 之后不宜经常赤身露体, 贪求一时之凉快。
(A) 白露 (B) 秋分 (C) 寒露 (D) 霜降
21. 脾胃虚弱的人可以晨起 (D) 以益胃生津。
(A) 喝咖啡 (B) 喝水 (C) 吃面包 (D) 食粥
22. 秋气肃杀, 人的情绪易 (A)。
(A) 悲愁 (B) 激动 (C) 开心 (D) 暴躁
23. (B) 精神调养的原则是神气要收敛, 思维要趋于平静, 精神不要向外张扬。
(A) 夏天 (B) 秋天 (C) 冬天 (D) 春天
24. 冬季是万物生机 (A)、闭藏的季节。
(A) 潜伏 (B) 发芽 (C) 生长 (D) 以上都不是
25. (C) 人体阳气收藏, 气血趋向于里。
(A) 夏季 (B) 秋季 (C) 冬季 (D) 春季
26. 冬季 (B) 的人就容易出现四肢冰冷的感觉。
(A) 营气不足 (B) 血气不足 (C) 津液不足 (D) 以上都不是
27. 冬季养生的重要原则是“(C) 防寒”。
(A) 养肾 (B) 养肝 (C) 养胃 (D) 养肺
28. (C) 起居方面, 要“早卧晚起、必待日光”。
(A) 夏天 (B) 秋天 (C) 冬天 (D) 春天
29. 冬天饮食以滋阴潜阳、增加 (C) 为主。
(A) 甜味 (B) 咸味 (C) 热量 (D) 脂肪
30. 冬天人体脑垂体分泌的褪黑素相对减少, 因此常常容易 (A)。
(A) 情绪低落 (B) 轻松愉快 (C) 暴躁易怒 (D) 以上都不是
31. 冬天人体脑垂体分泌的褪黑素相对 (B), 因此常常容易情绪低落。
(A) 增加 (B) 减少 (C) 平衡 (D) 变化

十一、美甲

一、判断题

1. 指甲表面的花卉图案的装饰由传统的手绘演变成了简单易行的贴花纸粘贴和转印。(√)
2. 水移贴花纸的吸水性差。(×)
3. 玻璃碗和小镊子不属于指甲贴花所需要的工具和材料。(×)
4. 贴花的特点是成本低、速度快、款式多和易组合。(√)
5. 底油、彩色甲油和亮油是彩线粘贴需要用到的工具。(√)
6. 彩线粘贴在彩妆甲中运用得较多。(×)
7. 镶嵌饰物可以使用胶水或甲油等黏合剂直接粘合。(√)
8. 镶嵌饰物需要使用各种小型装饰品和尖嘴钳等。(×)
9. 镶嵌饰物技法在彩妆甲中使用较少。(×)
10. 悬挂饰物所需要的工具有桔木棒、胶水、各种小吊饰、尖嘴钳等。(×)
11. 悬挂饰物的特点包括操作简便、装饰性强、取材丰富、易拆卸。(×)
12. 水晶指(趾)甲因其晶莹剔透,像水晶一样而得名。它是由特殊的化学材料,通过相互间的化学反应固化而成。(√)
13. C弧定型器是制作水晶指(趾)甲的专用材料和工具。(√)
14. 制作法式水晶甲时,用打磨砂条由粗面到细面对指甲表面进行抛光。(×)

二、单项选择题

1. (C)是很简单的装饰指(趾)甲的技法。
(A)彩线粘贴 (B)镶嵌饰物 (C)贴花 (D)悬挂饰物
2. 水移贴花纸最基本的材料是(B)。
(A)大膜底纸 (B)小膜底纸 (C)贴花纸 (D)背胶贴花纸
3. 背胶贴花纸(C)有自带的粘胶。
(A)正面 (B)侧面 (C)背面 (D)没有
4. 指甲贴花所需要的工具和材料包括水移贴花纸、(A)和亮油等
(A)小剪刀 (B)桔木棒 (C)彩色甲油 (D)各色装饰彩线
5. 下列属于贴花的特点是(D)。
(A)成本低 (B)速度快 (C)款式多 (D)以上都是
6. (C)的特点是成本低、速度快、款式多、易组合。
(A)彩线粘贴 (B)镶嵌饰物 (C)贴花 (D)悬挂饰物
7. (B)无需胶水可直接粘贴在指甲表面,以分割指甲位置。
(A)镶嵌饰物 (B)彩线粘贴 (C)悬挂饰物 (D)指甲贴花
8. 彩线粘贴无需(C)直接粘贴在指甲表面以分割指甲位置。
(A)甲油 (B)彩线 (C)胶水 (D)以上都是
9. 彩线粘贴需要用到的工具不包括(D)。
(A)桔木棒 (B)各色装饰彩线 (C)小剪刀 (D)胶水
10. (A)需要用到的工具有底油、亮油、彩线和小剪刀。
(A)彩线粘贴 (B)镶嵌饰物 (C)悬挂饰物 (D)指甲贴花
11. (A)的特点是易操作、成本低和不易过时等。
(A)彩线粘贴 (B)镶嵌饰物 (C)悬挂饰物 (D)指甲贴花
12. 镶嵌饰物是指粘贴摆放在指甲表面上的所有小型的(D)。
(A)指甲 (B)胶水 (C)甲油 (D)装饰品
13. (C)不是镶嵌饰物所需要的工具。
(A)桔木棒 (B)小镊子 (C)尖嘴钳 (D)胶水
14. (B)需要使用胶水、剪刀、彩色甲油等。
(A)彩线粘贴 (B)镶嵌饰物 (C)悬挂饰物 (D)指甲贴花
15. (B)的特点是取材丰富、装饰性强、操作简单。
(A)彩线粘贴 (B)镶嵌饰物 (C)悬挂饰物 (D)指甲贴花
16. 悬挂饰物是将小吊饰在指甲(A)的位置打孔并悬挂。
(A)前缘 (B)中部 (C)根部 (D)侧缝
17. 悬挂饰物是将(C)在指甲前缘的位置打孔并悬挂。
(A)彩线 (B)甲油 (C)小吊饰 (D)装饰物
18. (D)不是悬挂饰物时所需要用到的工具。

- (A) 尖嘴钳 (B) 小镊子 (C) 亮油 (D) 玻璃碗
19. (D) 所需用的工具是底油、彩色甲油、亮油和打孔钻等。
(A) 彩线粘贴 (B) 镶嵌饰物 (C) 指甲贴花 (D) 悬挂饰物
20. (D) 在生活彩妆甲中运用较少。
(A) 彩线粘贴 (B) 镶嵌饰物 (C) 指甲贴花 (D) 悬挂饰物
21. 制作水晶甲时，水晶粉颗粒与颗粒之间总会产生空气，这些空气会形成固化以后的气泡，要减少这些气泡需要注意 (A) 点。
(A) 3 (B) 4 (C) 5 (D) 6
22. 涂抹水晶甲酯的第一笔是将水晶甲酯放置在 (A) 处，水晶甲酯球要大，液体含量多，用笔身从中间向两边。
(A) 指甲前缘 (B) 指甲板的上半部分 (C) 指甲板的中间部分 (D) 指甲板的后半部分
23. 涂抹水晶甲酯的第 (A) 笔是将水晶甲酯放置在指甲前缘处，水晶甲酯球要大，液体含量多，用笔身从中间向两边拍。
(A) 一 (B) 二 (C) 三 (D) 四
24. 制作法式水晶甲前，共有 (B) 个准备步骤。
(A) 6 (B) 7 (C) 8 (D) 9
25. 制作法式水晶甲的准备步骤的第 (A) 步是清洁自己的双手。
(A) 一 (B) 二 (C) 三 (D) 四
26. (A)、预约下一次服务时间也是法式水晶甲的规范操作程序之一。
(A) 建立顾客档案 (B) 给顾客做护肤 (C) 给顾客做发膜 (D) 以上都是

十二、整体造型

一、判断题

- 指 1. 化妆平面效果图可以较为直观、生动、准确地体现美容化妆师的意图，(√)
2. 化妆平面效果图着色技法与真正的彩妆技巧有很大区别。(×)
3. 人像摄影妆的最大特点就是有针对性。(√)
4. 数码妆的特点是粉底要柔和、细腻。(√)
5. 宴会妆的特点是妆面简洁明朗，用色单纯，线条清晰。(×)
6. 职业妆适宜发丝清晰，整齐明朗的发型。(√)
7. 传统发型以求实为主要内容，发型凌乱。(×)
8. 传统发型适于性格外向，好动的人。(×)
9. 发丝清晰，发型整齐不是传统卷发梳理的要求。(×)
10. 现代发型发丝自然、紧实，显得浪漫而活泼。(×)
11. 发型动静相宜，虚实相应是传统发型的束发要求。(×)
12. 拧绳手法的最大作用是可以将头发的长度拉长。(×)
13. 色彩搭配时尽量采用同一色系中各种明度不同的色彩，按照程度进行搭配，以便创造出和谐之感。(√)
14. 服装可以美化人，同样也可以丑化人。(√)
15. 国外有些心理学家研究认为，人的气质与精神状况、文化素养、审美水平、衣着装扮都有一定的联系。(√)

二、单项选择题

1. 化妆平面效果图是在实施化妆造型 (A) 的设计图稿。
(A) 前 (B) 后 (C) 中 (D) 结束
2. 下列不属于绘制化妆平面效果图用的纸是 (C)。
(A) 绘图纸 (B) 白卡纸 (C) 照片纸 (D) 水彩纸
3. 白卡纸表面为 (B) 色、质地硬挺，易着色。
(A) 黑 (B) 白 (C) 灰 (D) 黄
4. 绘制化妆平面效果图的最后一步是 (D)。
(A) 面部部基本轮廓 (B) 修饰面部轮廓 (C) 找出发际线的位置 (D) 局部刻画
5. 绘制化妆平面效果图的第 (B) 步是画面部的基本轮廓。
(A) 一 (B) 二 (C) 三 (D) 四
6. 化妆师可以将 (B) 相结合，在颜色的处理上突出效果。
(A) 妆面与手部 (B) 妆面与服装 (C) 服装与手部 (D) 服装与布料
7. 传统相机拍摄与数码相机拍摄最大的差别在于 (A)。
(A) 色彩包容性 (B) 细节 (C) 层次 (D) 渐变

8. 传统妆的特点是 (D)。
(A) 面部立体感 (B) 五官修饰 (C) 以精细为主 (D) 以上都是
9. 外景妆的发饰一般以 (A) 为主。
(A) 鲜花 (B) 珠片 (C) 羽毛 (D) 钻
10. (B) 的发饰一般以鲜花为主。
(A) 内景妆 (B) 外景妆 (C) 冷妆 (D) 暖妆
11. 职业妆的妆型略带棱, 化妆色彩以 (B) 为主。
(A) 冷色 (B) 中性色 (C) 暖色 (D) 黑色
12. (C) 的化妆色彩以中性色为主。
(A) 新娘妆 (B) 晚宴妆 (C) 职业妆 (D) 时尚妆
13. (A) 的眼部要强调凹凸结构, 但用色要浅。
(A) 职业妆 (B) 晚宴妆 (C) 舞台妆 (D) 梦幻妆
14. 传统发型以静为主, 发型轮廓 (C)。
(A) 夸张 (B) 散乱 (C) 清晰 (D) 野性
15. 传统发型适于 (D)。
(A) 幼儿 (B) 青年人 (C) 中年人 (D) 老年人
16. 传统发型适于着 (A) 服装。
(A) 传统 (B) 奔放 (C) 夸张 (D) 野性
17. 束发的梳理要求每束发的发卷高低 (A), 适于脸型。
(A) 匀称 (B) 不匀称 (C) 杂乱 (D) 落差大
18. 现代发型的梳理不受模式的约束, 追求与 (A) 的协调效果。
(A) 个性 (B) 性别 (C) 相貌 (D) 年龄
19. 现代发型以 (D) 为美的追求目的。
(A) 古板 (B) 安静 (C) 民族 (D) 自然、富有活力
20. 现代发型适于 (B)。
(A) 幼儿 (B) 青年人 (C) 中年人 (D) 老年人
21. (C) 富有活力, 朝气蓬勃, 配上多姿多彩的现代发型, 可充分展示青春美。
(A) 老年人 (B) 中年人 (C) 青年人 (D) 幼儿
22. 直发类发型以 (B) 为主要造型基础。
(A) 刮拭 (B) 修剪 (C) 传统 (D) 梳理
23. (B)、发髻和发辫是盘 (束) 发的三种基本形式。
(A) 烫发 (B) 发结 (C) 卷发 (D) 剪发
24. (C) 的三种基本形式是发结、发髻和发辫。
(A) 盘发 (B) 束发 (C) 盘发和束发 (D) 卷发
25. 直式滚卷手法制作的发髻位置相当于 (D)。
(A) 与肩齐 (B) 鼻翼的高度 (C) 唇部高度 (D) 眉的高度
26. 直式滚卷手法制作的 (B) 位置相当于眉的高度。
(A) 发结 (B) 发髻 (C) 发辫 (D) 以上都是
27. (D) 的色彩若为多色、艳色或具有花哨的图案, 则会令人侧目。
(A) 正装 (B) 休闲装 (C) 运动装 (D) 时尚装
28. (B) 体型的人应穿着具有膨胀感色彩的衣服。
(A) 肥胖 (B) 瘦小 (C) 腿短且弯曲者 (D) 腿偏短者
29. 瘦小体型的人应穿着具有 (A) 感色彩的衣服。
(A) 膨胀 (B) 显瘦 (C) 缩小 (D) 以上都是
30. 配饰对于 (B) 就如同装修对于房子, 能增添无限美感。
(A) 项链 (B) 服装 (C) 首饰 (D) 妆面

十三、美容专业英语

一、判断题

1. wait a moment 的意思是请坐。(×)

二、单项选择题

1. 维生素的英语是 (B)
(A) wear (B) vitamin (C) silver (D) needle
2. test 是的中文意思是 (C)

- (A) 考试 (B) 目测 (C) 测试 (D) 地点
3. “您应多吃一些含有维生素 A 和维生素 B2 的食品。”这句话翻译成英语是 (D)
- (A) You should regularly do more eye massage
- (B) You must get enough sleep.
- (C) You can put eye cream around the eyes regularly.
- (D) You must eat food with vitamin A and vitamin B2
4. “You must get enough sleep.” 翻译成中文是 (D)。
- (A) 跟着你走 (B) 感觉很好 (C) 你需要护理 (D) 你应保证充足的睡眠

十四、理论知识考试模拟试卷 美容师（三级）理论知识试卷

注意事项

- 1、考试时间：90 分钟。
 - 2、请首先按要求在试卷的标封处填写您的姓名、准考证号和所在单位的名称。
 - 3、请仔细阅读各种题目的回答要求，在规定的位置填写您的答案。
 - 4、不要在试卷上乱写乱画，不要在标封区填写无关的内容评分人。
- 一、判断题（第 1 题~第 60 题。将判断结果填入括号中。正确的填“√”错误的填“×”。

每题 0.5 分，满分 30 分

1. 经过了 20 多年的发展，美容行业已经进入了成熟期。(×)
2. 男士美容首先在日化线上有了较明显的发展。(√)
3. 美既是美学领域中最基本的概念之一，又是日常生活中一种最常见的现象。(√)
4. 从众行为既有积极意义，也有消极意义。(√)
5. 人的心理过程和人格毫不相干。(×)
6. 想像是凭空产生的。(×)
7. 人的意志行动是没有预定目的的。(×)
8. 美容的社会属性决定美容工作者必须懂得心理学。(×)
9. 用既专业又通俗易懂的语言为顾客讲解美容项目的功效和原理。(√)
10. 做美容护理可以在短时间内立即达到想要的效果。(×)
11. 美容技能中的技术操作水平，不影响服务的质量。(×)
12. 卫生消毒不到位、不彻底仍是中级美容师普遍存在的问题。(√)
13. 加盟连锁性质的美容院所选用的产品由加盟企业统一配置(√)
14. 美容师在销售产品时，应针对顾客的个人喜好。(√)
15. 碳酸钙可以分为轻质碳酸钙和重质碳酸钙，两种碳酸钙的化学成分不同。(×)
16. 磷酸氢钙都不溶于水。(×)
17. 我国化妆品卫生法规中允许使用的着色剂有一千多种。(×)
18. 定香剂本身是不易挥发的香料，但它能抑制其他易挥发香料的挥发。(×)
19. 用人参提取液制成的人参霜，能美白皮肤，但是没有保湿抗皱的作用。(×)
20. 蜂蜜可以促进新陈代谢、滋润皮肤、减少皱纹、消除色素沉着。(√)
21. 玫瑰具有调香护发的功效。(√)
22. 维生素 A 是脂溶性维生素。(√)
23. 微碱性环境可抑制细菌的繁殖，使皮肤保持一定的张力。(×)
24. 不完全蛋白所含必需氨基酸种类齐全，可以维持生命、促进生长发育。(×)
25. 糖类摄入过多，会转化为中性脂肪，贮存在体内，导致肥胖的发生。(√)
26. 人体缺铜可引起皮肤干燥、粗糙，头发干枯，面色苍白，生殖功能衰弱，抵抗力降低等。(√)
27. 体内保持充足的水分，才能使皮肤柔软、丰腴、润滑，富有光泽和弹性。(√)
28. 镁可加强免疫功能，刺激头发生长。(×)
29. 皮肤油腻的顾客应多摄取富含必需脂肪酸的食物。(×)
30. 使用水疗太空舱的蒸汽前，可先在身体上涂数按摩膏(×)
31. 人与人之间带有善意的接触，则有安慰、鼓励、亲昵镇定的功能。(√)
32. 沐浴后，当汗液没有完全排出的时间段里，可以做香薰护理。(×)
33. 人的鼻子、喉及肺部对芳香疗法十分敏锐，尤其以按摩方式更佳。(×)
34. 用植物花朵采集精油时，一般在植物开花或蓓蕾阶段采集。(√)
35. 调配精油时须用品质最好的精油和矿物油调配。(×)
36. 淋巴的成分与血浆相似，是血浆成分渗入细胞间隙形成组织液后，再渗入毛细淋巴管中形成的。(√)

37. 在蒸气浴或“三温暖”中可以加入香薰精油。(×)
38. 通过皮褶测量可以判断个体的胖瘦和推算脂肪的含量。(√)
39. 对于全身性减肥塑身护理,美容师应掌握好测量体重的大概时间。(×)
40. 刺激穴位会有酸痛及肿的感觉。(×)
41. 做臀部按摩站左侧位时,右手拇指与食指的指肚分别点于尾骨两侧,同时打圈。(√)
42. 局部皮肤有外伤可以做减肥按摩。(×)
43. 任何情况下,阴阳都可以相互转化。(×)
44. 在任何情况下,悲伤和忧愁都会导致人体发病。(×)
45. 大喜可以伤肝,表现为面红目赤、心烦易怒。(×)
46. 胃的生理功能为主受纳腐熟水谷和主通降。(√)
47. 中焦的主要生理功能是布散水谷精微以充养全身。(×)
48. 手少阴经起于心中,走出后属心系,向下穿过膈肌,络小肠。(√)
49. 奇经八脉中,任脉、督脉、带脉均起于胞中。(×)
50. 十二经脉中的每一经脉都分别属络于一脏一腑,从而加强了为表里的一脏一腑之间的联系。(√)
51. 相侮是按五行的相克次序发生过强的克制。(×)
52. 刮痧过程中,美容师不用询问顾客的感觉,按标准手法操作即可。(×)
53. 彩线粘贴是通过用相同材质的材料加工而成的彩色线条。(×)
54. 悬挂饰物时,可以直接用胶水或甲油等黏合剂直接粘合。(×)
55. 法式水晶甲的操作程序均是从左手到右手,从每只手的小指依次做到大拇指。(√)
56. 水彩颜料不属于绘制化妆平面效果图用的颜料。(×)
57. 内景妆的色彩柔和,发型精致,而外景妆的色彩鲜亮,发型自然。(√)
58. 现代发型适于着正装。(×)
59. 盘(束)发是我国传统发型之一。(√)
60. “感觉怎么样?”翻译成英语是“Would you like bust treatment too?”(×)

二、单项选择题(第1题—第140题,选择一个正确的答案,将相应的字母填入题内的括号中。每题0.5分,满分70分。)

1. 美容行业经过近(B)年的发展,已逐渐树立了良好的自律性。
(A) 20 (B) 30 (C) 40 (D) 50
2. 从美容场所的环境和名称上来看,(C)被更多的诸如“生活馆”“女人会所”“养生馆”等代替。
(A) 女子护肤中心 (B) 养生俱乐部 (C) 美容院 (D) 美体馆
3. 相对于传统的美容观念,现代女性消费者开始更注重(B)全方位的美容体验。
(A) 健康 (B) 健康和身心 (C) 身体 (D) 心理
4. 现如今比较风行的药妆类和化妆品,是在(A)的指导下研发的
(A) 专科医生 (B) 美容专家 (C) 营养学家 (D) 大众
5. (B)不是在传统中医基础上发展起来的新兴美容方法
(A) 针灸减肥 (B) 面部护理 (C) 中药面膜 (D) 耳烛
6. 心理的发生,发展是以(B)的发育为物质基础的
(A) 身体 (B) 脑 (C) 骨骼 (D) 细胞
7. 美是一种客观存在的(D)的属性
(A) 人物 (B) 物体 (C) 立体 (D) 事物
8. 从众是指个人的观念与行为由于群体的引导或压力,而向与多数人相一致的方向变化的(A)现象
(A) 现象 (B) 事物 (C) 物体 (D) 心理
9. 人的心理现象由心理过程和(B)两个方面组成
(A) 性别 (B) 人格 (C) 人际 (D) 年龄
10. 下列(B)属于知觉的特性是
(A) 必要性 (B) 理解性 (C) 可能性 (D) 短暂性
11. (A)是人脑对客观现实概括的、间接的反映。
(A) 思维 (B) 注意 (C) 想像 (D) 记忆
12. (C)的三种基本状态是心境、激情和应激。
(A) 思维 (B) 记忆 (C) 情绪 (D) 注意。
13. 意志的(B)是以克服困难的大小和难易程度为标尺的
(A) 脆弱程度 (B) 坚强程度 (C) 想像程度 (D) 回忆程度
14. 美容心理学是一门以心理学为基础,以(B)为领域的应用心理学分支学科。

- (A) 美发 (B) 美容 (C) 美甲 (D) 化妆
15. (C) 决定美容工作者必须懂得心理学。
(A) 美容的社会属性 (B) 美容的经济属性
(C) 美容的医学属性 (D) 美容的心理属性
16. 名人效应、认同效应和从众效应的获得，可使顾客与美容机构和美容工作者建立起肯定的 (A)。
(A) 心理定势 (B) 合作关系 (C) 社会定势 (D) 社会效应
17. 外表吸引力是一种 (A) 的人体美的判定。
(A) 主观 (B) 客观 (C) 主动 (D) 被动
18. (B) 是人际交往的绝对必要的条件，也是心理交流的非语言系统的唯一媒介。
(A) 身体健康 (B) 身体外表 (C) 身高 (D) 服装
19. 内在求美动机包括 (D)。
(A) 恋爱 (B) 寻找工作 (C) 适应环境 (D) 以上都是
20. 上门的顾客形形色色，意图各异，美容师礼貌、友好详细地询问，不但可以获得顾客的 (B)，还可以了解其消费目标，也是赢得顾客满意的第一步
(A) 讨厌 (B) 好感 (C) 异样 (D) 冷言冷语
21. (A) 向顾客介绍护理疗程中所要用到产品的安全性、特性及功效，使其放心。
(A) 美容师 (B) 后勤人员 (C) 接待人员 (D) 管理人员
22. 美容师要向顾客讲解美容项目的效果、(B) 及顾客配合的理由。
(A) 美容项目的制定 (B) 需要见效的时间
(C) 美容项目的成本 (D) 美容项目的管理
23. 顾客主观认为立竿见影才是做美容应该达到的奇效，否则就会提出质疑。遇到这种情况，美容师应根据美容原理以及 (D) 特性进行讲解，使顾客尊重科学。
(A) 美容产品 (B) 护理疗程 (C) 美容师的技术 (D) 皮肤生理
24. 顾客与美容师的审美观不一致时需要美容师用 (B) 来进行分析说明
(A) 价值观 (B) 专业知识 (C) 经济观 (D) 审美观
25. 对于处理纠纷，以下说法错误的是 (D)。
(A) 当顾客发泄时，美容师应予以热情接待，耐心倾听
(B) 根据问题的严重程度及公司相关规定及时给出解决办法
(C) 随时与顾客保持联系，便于出现问题时能予以及时解决，让顾客感到放心
(D) 顾客对于投诉处理方案不满意的，则不再予以理会
26. 中级美容师有一定的技能基础，能够较全面地掌握一般性日常 (B) 项目技能。
(A) 清洁工作 (B) 美容服务 (C) 美容管理 (D) 财务管理
27. 指导中级美容师的要点是：巩固已掌握的 (C)。
(A) 技术 (B) 技能 (C) 技术、技能 (D) 以上都错
28. 高级美容师在进行技术指导时，要能及时 (C)，并及时纠正。
(A) 沟通 (B) 示范 (C) 发现问题 (D) 以上都是
29. 以下 (C) 不是选择美容院地址时需考虑的因素。
(A) 营业的可能性 (B) 便利的可能性
(C) 天气的可能性 (D) 连锁的可能性
30. 美容院等候区的布置设计应 (A)，以便于顾客耐心等待。
(A) 以舒适为目标
(B) 以方便为主
(C) 以注重隐私为主 (D) 注重供应冷热水
31. (B) 是将美容院日常店务管理、员工管理、顾客管理及产品管理和仪器设备管理相结合。
(A) 酒店的经营管理
(B) 美容院的经营管理
(C) 加盟公司的经营管理 (D) 产品供应商的经营管理
32. (B) 是团结员工的核心。
(A) 清洁工 (B) 管理者 (C) 前台 (D) 美容师
33. 顾客对美容院的信息反馈包括 (D)。
(A) 产品质量 (B) 价格服务 (C) 管理水平 (D) 以上都是
34. (D) 是以互帮互助为前提的。
(A) 勾心斗角的人际关系 (B) 相互利用的人际关系

- (C) 不友好的人际关系 (D) 良好的人际关系
35. (B) 不属于植物性油脂。
(A) 椰子油 (B) 羊毛脂 (C) 杏仁油 (D) 蓖麻油
36. 小烛树蜡同蓖麻油的相溶性 (C)。
(A) 一般 (B) 较差 (C) 很差 (D) 很好
37. 滑石粉不溶于水, (B) 性质较稳定
(A) 物理 (B) 化学 (C) 生物 (D) 稳定
38. 高岭粉的颜色是 (A)
(A) 纯白或淡灰色 (B) 黑色 (C) 红棕色 (D) 粉红色
39. (A) 是一种白色不定型的粉末。
(A) 锌白 (B) 高岭粉 (C) 赭石粉 (D) 滑石粉
40. 表面活性剂可以分成阴离子、阳离子、两性离子和 (B) 等四类
(A) 等离子 (B) 非离子 (C) 水离子 (D) 电离子
41. (A) 的赋香率是 15%20%
(A) 香水 (B) 口红 (C) 眼影 (D) 粉底
42. (B) 的紫外线吸收剂在浓度较高时有分解现象。
(A) 香豆素类 (B) 肉桂酸类 (C) 对氨基苯甲酸类 (D) 水杨酸类
43. (B) 是我国特有的一种利用天然滋补品配制的营养性化妆品。
(A) 三七膏 (B) 灵芝霜 (C) 珍珠膏 (D) 人参霜
44. (D) 是弱酸性液体, 能与金属起氧化反应, 因此不能用金属容器保存。
(A) 玉竹 (B) 薏米 (C) 人参 (D) 蜂蜜
45. 桑叶所含的脱皮激素能促进细胞生长, 刺激真皮细胞分裂, 产生新的 (A)
(A) 表皮 (B) 真皮 (C) 皮下组织 (D) 毛孔
46. (B) 具有润肤去皱、活血养血的功效。
(A) 芦根 (B) 益母草 (C) 麦冬 (D) 茯苓
47. (B) 能制成膏霜, 治疗痤疮性皮肤。
(A) 茯苓 (B) 硫黄 (C) 玫瑰花 (D) 鹿茸
48. (A) 是一种很好的头发调理剂。
(A) 何首乌 (B) 钛白 (C) 芦荟 (D) 锌白
49. 桔梗与当归合用, 可有效治疗 (D)。
(A) 敏感 (B) 皱纹 (C) 痤疮 (D) 面部色素斑
50. (A) 还能有效地防治冻疮和冻伤。
(A) 辣椒 (B) 芦荟 (C) 玫瑰 (D) 桑树
51. (B) 可以用于洗发香波, 止痒头油, 妇女浴剂等化妆品中
(A) 防风 (B) 地黄 (C) 冬瓜子 (D) 薄荷
52. 维生素 B 属于 (A) 维生素
(A) 水溶性 (B) 脂溶性 (C) 普通 (D) 以上都错
53. 维生素 E 不溶于 (C)
(A) 油脂 (B) 乙醚 (C) 水 (D) 乙醇
54. 雌激素可以刺激 (C) 的发育。
(A) 肌肉 (B) 指甲 (C) 头发 (D) 以上都是
55. 使用于化妆品的氨基酸中不包括 (B)
(A) 色氨酸 (B) 柠檬酸 (C) 蛋氨酸 (D) 苏氨酸
56. 天然调湿因子具有极强的 (A)
(A) 亲水性和保湿性 (B) 亲水性和防护性
(C) 保湿性和防护性 (D) 防护性和抑制性
57. (D) 是指蛋白质经消化吸收后, 进入机体可以储留和利用的部分。
(A) 化学评分 (B) 蛋白质消化率 (C) 蛋白质含量 (D) 生物学价值
58. 蛋白质一热能营养不良是由于蛋白质和 (B) 缺乏而引起的
(A) 脂肪 (B) 热能 (C) 氨基酸 (D) 碳水化合物
59. 优质的蛋白质主要存在于大豆及其制品和 (C) 中。
(A) 蔬菜 (B) 水果 (C) 肉类 (D) 谷物
60. (D) 是人体主要的固醇类化合物。

- (A) 固醇 (B) 糖脂 (C) 磷脂 (D) 胆固醇
61. (C) 可促进生长发育, 增进皮肤微血管的健全
(A) 蛋白质 (B) 维生素 (C) 脂肪酸 (D) 碳水化合物
62. (A) 是不能被水解的最简单的碳水化合物。
(A) 单糖 (B) 双糖 (C) 低聚糖 (D) 多糖
63. 以下 (C) 不属于脂溶性维生素。
(A) 维生素 A (B) 维生素 D (C) 维生素 C (D) 维生素 K
64. (B) 有使皮肤保持洁白细嫩的功能, 并有促进伤口愈合、强健血管和骨骼的作用
(A) 维生素 A (B) 维生素 C (C) 维生素 D (D) 维生素 E
65. 以下 (C) 属于人体必需微量元素
镁 (B) 钙 (C) 碘 (D) 铅
66. 水的 (D) 对人体的健康至关重要
A) 代谢 (B) 多少 (C) 温度 (D) 质量
67. (B) 是生物黄酮类化合物, 来源于茶叶。
(A) 蛋白质 (B) 茶多酚 (C) 维生素 A (D) 维生素 E
68. 在摄入核酸含量丰富的食品时, 最好同时吃适量富含维生素的青菜和水果, 有利于
(A) 的吸收和保证营养均衡
(A) 核酸 (B) 糖 (C) 水分 (D) 脂肪
69. 优质蛋白质可增强人体免疫力, 改善 (D) 系统
(A) 循环 (B) 排泄 (C) 呼吸 (D) 内分泌
70. 太空舱一般可分为远红外太空舱、(D)。
(A) 水疗 SPA 太空舱 (B) 水疗能量综合舱
(C) 音乐理疗太空舱 (D) 以上都是
71. 芳香疗法是由芳香和 (B) 二个名词衍生而来的
(A) 疗效 (B) 疗法 (C) 香气 (D) 香氛
72. 古埃及人运用精油的 (A) 功效于制造“木乃伊”上。
(A) 防腐 (B) 驱魔 (C) 挥发 (D) 渗透
73. 将精油滴入盛器随身携带, 透过香气的挥发影响神经内分泌及 (A)。
(A) 呼吸系统 (B) 分泌系统 (C) 骨骼系统 (D) 循环系统
74. 纯度为 (D) 的精油是单方精。
(A) 40% (B) 50% (C) 80% (D) 100%
75. (B) 在叶绿体中首先形成。
(A) 脂类 (B) 醇类 (C) 醛类 (D) 酚类
76. 精油有加速 (D) 的排毒、解毒功能, 可加速淋巴液的流动。
(A) 脂肪 (B) 水分 (C) 血液 (D) 淋巴结
77. (A) 是专门用于制造柑桔类的精油。
A) 压榨法 (B) 萃取法 (C) 蒸馏法 (D) 脂吸法
78. 将精油滴在手帕上直接用鼻子吸, 主要达到 (C) 目的及对呼吸系统产生保健作用。
(A) 止痛 (B) 消炎 (C) 提神 (D) 调节内分泌
79. 经常在眼部周围涂经过稀释的复方精油按摩会 (C)。
(A) 产生细小皱纹 (B) 帮助睡眠 (C) 减少皱纹产生 (D) 促进眼部分泌
80. 用项链的宝石坠接近被测精油如宝石坠按逆时针转动, 说明是 (D)。
(A) 单方精油 (B) 复方精油 (C) 矿物油 (D) 化学香精
81. 一般用蓝色或褐色的玻璃瓶存放精油, 使其免受 (B) 的照射。
(A) 红外线 (B) 紫外线 (C) 灯光 (D) 月光
82. 精油不可直接接触到 (D) 或皮肤的敏感及娇嫩部位。
(A) 皮肤 (B) 脚部 (C) 背部 (D) 粘膜组织
83. 独特的精油分子能淡化肌肤表皮沉淀的 (A), 轻松达到美白肌肤的效果。
(A) 黑色素 (B) 脂肪 (C) 灰尘 (D) 角质
84. 淋巴按摩应遵循淋巴液的流向往淋巴结方向推, 但避免直接作用在 (D) 上
(A) 血管 (B) 肌肉 (C) 淋巴管 (D) 淋巴结
85. 在欧洲, 泡澡的文化是由 (B) 发扬光大的
(A) 印度人 (B) 希腊人 (C) 罗马人 (D) 英国人

86. 将躯体, 手、脚浸泡在香薰精油或中药药液中有 (C) 的作用。
(A) 促进饮食 (B) 帮助睡眠 (C) 使血液循环畅通 (D) 改善消化不良
87. 实际体重超出标准体重的 10-20% 者为 (A)
(A) 轻度肥胖 (B) 中度肥胖 (C) 重度肥胖 (D) 消瘦
88. 正确的检测站姿是: 膝盖应略微弯曲, 两脚略微向外打开, 不可向内形成 (C) 脚。
(A) 平行 (B) 外八字 (C) 内八字 (D) 斜侧
89. 手工测量分析体型主要包括身高测量、围度测量和 (B)
(A) 肥胖测量 (B) 体重测量 (C) 骨骼测量 (D) 血液测量
90. 测量体重时, 顾客着内衣或裸体站在电子秤上, 美容师从 (C) 读。
(A) 左面 (B) 右面 (C) 正前方 (D) 后面
91. 围度测量用 (C)。
(A) 米尺 (B) 钢尺 (C) 卷尺 (D) 米尺或钢尺
92. 使用 (A) 的酒精棉片对产品封口处及美容师的双手进行消毒
(A) 75% (B) 85% (C) 95% (D) 100%
93. (B) 不可以用于减肥。
(A) 大黄素 (B) 蛋白质 (C) 辣椒素 (D) 绞股蓝
94. 关元穴在脐下 (B) 寸处
(A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 5
95. (A) 穴归属手阳明大肠经。
(A) 曲池 (B) 气海 (C) 人中 (D) 三阴交
96. 三阴交穴归属 (B)。
(A) 足阳明胃经 (B) 足太阴脾经 (C) 足少阳胆经 (D) 督脉
97. 通过局部减肥按摩, 流通气血、促进脂肪的分解代谢与热能的消耗, 从而达到 (B) 的目的。
(A) 健胸 (B) 减肥 (C) 护肤 (D) 美甲
98. 为顾客做肩部按摩时, 双手食指至小指同时向内打圈至颈部, 然后用力拉抹回位至双肩 (B) 部位。
(A) 颈阔肌 (B) 三角肌 (C) 背阔肌 (D) 胸肌
99. 做背部按摩时, 双手平扣于颈下, (D) 着力, 沿肩胛骨外缘自内而外打大圈按摩后复位。
(A) 拇指 (B) 中指 (C) 小指 (D) 全掌
100. (B) 表示阴阳的对立和消长是事物本身所固有的。
(A) 孤阴不生, 独阳不长 (B) 一阴一阳谓之道
(C) 万物负阴而抱阳 (D) 阴胜则阳病, 阳胜则阴病
101. (C) 是发生交感作用的条件。
(A) 阴阳统一 (B) 阴阳对立 (C) 阴阳和谐 (D) 阴阳互补
102. “动极者镇之以静, 阴亢者胜之以阳” 表现了阴阳的 (B)。
(A) 相互转化 (B) 相互消长 (C) 相互对立 (D) 相互交感
103. (A) 之间不存在互根互用的关系, 就不可能发生相互之间的转化。
(A) 阴阳 (B) 经络 (C) 肌肉 (D) 血液
104. 心的五行属性为 (B)。
(A) 木行 (B) 火行 (C) 土行 (D) 水行
105. 心的生理功能正常与否, 可以反映于 (B) 的色泽变化。
(A) 指甲 (B) 面部 (C) 口唇 (D) 头发
106. 肺有 (B) 的生理特性。
(A) 喜燥恶湿 (B) 喜润恶燥 (C) 喜条达 (D) 恶抑郁
107. 脾的五行属性为 (C)。
(A) 水行 (B) 火行 (C) 土行 (D) 金行
108. (D) 的生理功能正常, 可以保持肌肉丰满, 健壮有力
(A) 肾 (B) 肝 (C) 肺 (D) 脾
109. (B) 可使肝气亢奋, 出现面红目赤、头胀头痛、心烦易怒等症状。
(A) 兴奋 (B) 暴怒 (C) 悲伤 (D) 恐惧
110. 肾的五行属性为 (B)。
(A) 木行 (B) 水行 (C) 土行 (D) 火行
111. 肾为先天之本, 主藏 (C)。
(A) 气 (B) 血 (C) 精 (D) 阴阳

112. (B) 不属于胆的生理功能。
(A) 调节情志 (B) 分泌胆汁 (C) 贮藏胆汁 (D) 排泄胆汁
113. 经脉的“经”有 (A) 之意。
(A) 路径 (B) 通路 (C) 网络 (D) 小道
114. 十二经脉中阴经又分为太阴经、少阴经和 (C)。
(A) 盛阴经 (B) 阴明经 (C) 厥阴经 (D) 中阴经
115. 关于经络的表里关系，以下说法正确的是 (A)
(A) 足少阳经与厥阴经互为表里 (B) 手太阳经与太阴经互为表里
(C) 足阳明经与少阴经互为表里 (D) 手少阳经与少阴经互为表里
116. (B) 起于季肋，斜向下行到带脉穴，绕身一周，环行于腰腹部。
(A) 冲脉 (B) 带脉 (C) 督脉 (D) 任脉
117. 十二经别的循行，多从四肢肘膝以上部位别出，称为 (A)。
(A) 离 (B) 合 (C) 出 (D) 入
118. 手足三阳的经筋分布于 (C)。
(A) 肢体的内侧 (B) 腹腔 (C) 肢体的外侧 (D) 胸腔
119. (A) 不属于五行的概念所包含的内容。
(A) 五行的来源 (B) 事物和现象的五行归类 (C) 五行的特性 (D) 五行的含义
120. 关于五行的相克，以下说法正确的是 (B)。
(A) 木克水 (B) 水克火 (C) 火克土 (D) 土克金
121. 每次刮痧治疗的时间应以 (C) 分钟为宜。
(A) 10~15 (B) 15~20 (C) 20~25 (D) 25~30
122. (C) 外形一端似梳，另一端似菱角。
(A) 三角形刮板 (B) 长方形刮板 (C) 梳形刮板 (D) 鱼形刮板
123. 面部刮痧的第三步是 (C)。
(A) 洁面 (B) 去角质 (C) 涂抹按摩乳 (D) 刮痧
124. 用鱼形刮板的头或身侧面，用力向上 (B) 肌肉，有消除赘肉、增加弹性的作用。
(A) 揉 (B) 提托 (C) 扭 (D) 按
125. 不用胶水直接粘贴在指甲表面以做装饰的方法称为 (B)。
(A) 彩线粘贴 (B) 贴花 (C) 甲油勾绘 (D) 镶嵌饰物
126. 指甲贴花需要的工具是 (D)。
(A) 玻璃碗 (B) 小剪刀 (C) 小镊子 (D) 以上都是
127. (D) 不是彩线黏贴的特点。
(A) 不易过时 (B) 成本低 (C) 易操作 (D) 组合多样
128. (A) 是指粘贴摆放在指甲表面上所有小型的装饰品
(A) 镶嵌饰物 (B) 彩线粘贴 (C) 悬挂饰物 (D) 指甲贴花
129. (B) 不是镶嵌饰物的特点。
(A) 组合多样 (B) 成本低 (C) 操作简便 (D) 取材丰富
130. (B) 的特点是成本高、装饰性极强、可循环使用、易拆卸。
(A) 镶嵌饰物 (B) 悬挂饰物 (C) 彩线粘贴 (D) 水晶甲
131. 制作 (B) 时，水晶粉颗粒与颗粒之间总会产生空气，这些空气会形成固化以后的气泡。
(A) 贴片甲 (B) 水晶甲 (C) 指甲彩绘 (D) 指甲饰物
132. 制作法式水晶甲时，需涂抹 (B) 次消毒干燥粘合剂。
(A) 1 (B) 2 (C) 3 (D) 4
133. 化妆平面效果图是由 (A) 设计稿表现出来，以体现各类化妆造型的特点。
(A) 平面 (B) 立体 (C) 三维 (D) 动画
134. 化妆师可以将妆面与服装相结合，在 (C) 的处理上突出效果。
(A) 渐变 (B) 背景 (C) 颜色 (D) 光线
135. 职业妆的眼部要强调凹凸结构，但用色要 (D)。
(A) 浓 (B) 重 (C) 深 (D) 浅
136. 传统发型以 (B) 为主，发型轮廓清晰，边缘无散乱的碎发。
(A) 飘逸 (B) 静 (C) 动 (D) 乱
137. 束发的梳理要求每束发的发卷高低匀称，适于 (C)。
(A) 唇型 (B) 眼型 (C) 脸型 (D) 眉型

138. (C) 发型已修剪为主要造型基础。
(A) 束发类 (B) 卷发类 (C) 直发类 (D) 以上都是
139. 正式场合穿着的正装，其色彩有规可循，如 (D)。
(A) 三色原则 (B) 基本色彩 (C) 黑白灰 (D) A 和 B
140. 帽与衣的配色讲究整体性和协调性，如同类色相配、同花色相配和 (A) 等。
(A) 弱对比相配 (B) 冷色调相配 (C) 暖色调相配 (D) 纯色调相配

学习惠美容高级题库