

2020 年三级健康管理师考试《理论知识》模拟试卷三

单选题

1. 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
2. 健康风险评估的目的是（ ）
A.为人算命
B.计算亚健康指数
C.估计特定事件发生的可能性
D.诊断疾病
E.提供疾病治疗建议
3. 疾病的三种分布是指（ ）
A.年龄分布、性别分布、职业分布
B.性别分布、季节分布、人群分布
C.季节分布、地区分布、地区分布
D.人群分布、年龄分布、地区分布
E.时间分布、空间分布、人群分布
4. 中医学治疗疾病及疗养调补的基本原则是（ ）
A.调整人体阴阳的平衡
B.损其有余
C.补其不足
D.寒者热之
E.热者寒之
5. 中医食养的主要方法具体来说，包括以下方面，除了（ ）
A.食宜清淡
B.以五谷杂粮为主食，辅以豆类、蔬菜、瓜果、植物油之类

C.少食白肉肥甘之品

D.食戒偏嗜
E.少刺激性食物

6. 下列那一项不属于身体功能指标（ ）

A.肢体围度
B.血压
C.肺活量
D.心率
E.最大摄氧量

7. 健康管理师应遵守保密原则，机体措施不包括下列哪项（ ）

A.有责任向个体或群体说明健康管理工作的相关保密原则和规定
B.家属同意下可例外
C.发现个体或群体有危害自身或他人情况，采取必要措施，防止意外事件发生
D.工作中有关信息，包括个案记录、检查资料、信件、录音、录像和其他资料，严格保密情况下妥善保存，不得泄露。
E.只有在个体同意下才能对工作或危险因素干预过程进行录音、录像。

8. 以下关于生活方式管理的叙述中正确的是（ ）

A.旨在控制健康危险因素，将疾病控制在尚未发生之时的一级预防最为重要
B.通过早发现、早诊断、早治疗而防止或减缓疾病发展的二级预防最为重要
C.以及防止伤残，促进功能恢复，提高生存质量，延长寿命，降低病死率的三级预防最为重要
D.一级预防，二级预防和三级预防在生活方式管理中都很重要，其中尤以二级预防最为重要

- E.通过早发现、早诊断、早治疗而防止或减缓疾病发展的一级预防最为重要
9. 困扰健康保险的两大难题是()
A.产品期限和专业化发展
B.赔付率和合作机制
C.赔付风险控制和道德风险
D.道德风险和逆向选择
10. 在下列选项中,实施母乳喂养的促成因素是()
A.母亲了解母乳喂养的好处
B.医生建议母亲进行母乳喂养
C.丈夫鼓励母乳喂养
D.母亲单位有哺乳室
E.母乳喂养作为评选五好家庭的条件之一
11. 世界心理卫生组织指出,70%以上的人会以()来消化自己的情绪。
A.攻击自己身体的方式
B.提升自我的方式
C.伤害他人的方式
D.加强运动
E.向好友倾诉
12. 依据行为改变的阶段理论,健康管理师在第3阶段最主要的工作是()
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
13. 我国成年人膳食中蛋白质提供能量占全日摄入总能量的适宜百分比为()
A.10%以下
B.10~15%
C.15~25%
- D.25%以上
E.15%
14. 描述离散趋势的指标不包括()
A.方差与标准差:
B.极差:
C.中位数:
D.百分位数:
E.变异系数:
15. IFG的诊断标准是()
A. $\geq 7.8 \text{ mmol/L} < 11.1 \text{ mmol/L}$
B. $\geq 7.0 \text{ mmol/L} < 7.8 \text{ mmol/L}$
C. $\geq 6.1 \text{ mmol/L} < 7.0 \text{ mmol/L}$
D. $\geq 5.8 \text{ mmol/L} < 7.8 \text{ mmol/L}$
16. 下列哪项不是典型心绞痛的特点()
A.诱因常为过度活动、情绪激动或夜间
B.针刺样或刀割样疼痛
C.部位多在胸骨后或心前区,常向左肩、左臂放射
D.休息或冠脉扩张剂可缓解
17. 健康管理的大众理念是()
A.治未病
B.中医养生
C.疾病预防和控制
D.病前主动防、病后科学管、跟踪服务不间断
18. 预防医学的主要研究对象是。()
A.动物
B.人群
C.患者
D.个体
E.以上均错
19. 控制健康风险的最重要的措施是()
A.定期体检
B.服用保健品
C.改善(变)健康行为
- 二、单选题
1. 健康管理的宗旨是()
A.促进健康
B.提高生活质量
C.促进身心健康
D.制定量化
E.以上均错
2. 样本是总体的一部分,其特点是()
A.有计划地
B.有意义的
C.有代表性
D.任意一部分
E.典型部分
3. 健康保险行业发展的最终目的是()
A.促进医疗保险
B.为客户提高满意度
C.以健康管理
D.降低赔付率
E.以上均错
4. 健康教育的途径是()
A.信息传播与

- D.购买保险
E.体育锻炼
20. 测量身体活动水平的大小,应考虑选择的指标是()
A.代谢当量、每周运动的天数、每次运动时间
B.最大心率百分比、每次运动时间、每周运动的天数
C.代谢当量、每次运动时间、每周运动的天数
D.最大心率百分比,每天运动累计时间、每周运动的天数
E.每周运动的天数,每天运动累计时间,每次运动时间
21. 个人健康及生活方式相关的信息,发现健康问题,为评价和干预管理提供基础数据是()
A.收集健康信息,进行健康监测
B.健康危险因素评价
C.健康危险因素干预管理与健康促进
D.制定量化的改善目标及行动计划
22. 样本是总体的()
A.有价值的部分
B.有意义的部分
C.有代表性的部分
D.任意一部分
E.典型部分
23. 健康保险行业引入健康管理服务与技术的最终目的是()
A.促销保险产品
B.为客户提供专业化的服务,提高客户的满意度
C.以健康管理服务产品作为利润增长点
D.降低赔付风险、保障经营效益
24. 健康教育的主要手段是()
A.信息传播与政策制定
- B.政策制定与社会动员
C.社会动员与行为干预
D.信息传播与行为干预
25. 依据行为改变的阶段理论,健康管理师在第4、5阶段最主要工作是()
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;通过自我强化和学会信任来支持行为改变
D.重点提高人们的自我效能与知识和技能
26. 下列关于人体基本结构哪项是不准确的?
()
A.细胞是身体的基本构成单位;
B.上皮组织有连接支持和营养作用;
C.形态功能相同的细胞构成组织;
D.两种或两种以上组织构成器官;
E.功能相关的器官构成系统。
27. WHO根据21世纪的现状提出了21世纪的世界卫生目标,其中不包括()
A.使所有的人增加健康生活的时间,缩小各社会群体之间在健康水平方面的差距
B.90%以上的儿童体重符合相应年龄组的体重标准
C.改善妇女健康与福利,孕产妇死亡率下降50%
D.促进所有人保持健康生活方式与健康行为
28. 生命质量是一个内涵丰富的概念,它包括许多内容,但不包括下列哪项内容()
A.个人的生理健康
B.心理素质
C.奋斗目标
D.自立能力
E.社会关系



29. 某医院接受工地送来急诊病人10名，其主要症状为头晕、头痛、恶心、口唇、指甲轻度紫钳、全身皮肤紫钳、呼吸困难，极有可能是（ ）
A.沙门氏菌食物中毒
B.扁豆中毒
C.金黄色葡萄球菌食物中毒
D.毒蕈中毒
E.亚硝酸盐食物中毒
30. 世界卫生组织推荐的有益健康的身体活动是（ ）
A.中等强度、10分钟以上、一天一次
B.中等强度、30分钟以上、一天一次
C.轻到中等强度、10分钟以上、一天几次
D.中等强度、10分钟以上、一天二次
E.轻到中等强度、30分钟以上，一天二次
31. 关于电子病历的概述不正确的是（ ）
A.也叫计算机化病案记录
B.具有超越纸张病历的机能
C.电子病历不一定包括纸张病历的所有内容
D.用数字设备如计算机、健康卡等储存、管理、保存、传输和重现病人的医疗记录
32. 以下关于社区的说法错误的是（ ）
A.社区是指若干社会群体或社会组织聚集在某一地域里所形成的一个生活上相互关联的大集体
B.行政区与社区在地域上是重合的
C.社区的边界是比较模糊的
D.以社区为范围开展健康促进和疾病防治有非常明确的针对性
33. 假设检验的基本原理是（ ）
A.小概率
B.小概率事件
C.小概率事件原理
D.反证法
- E.以上均错
34. 某人研究新生儿黄疸的病因，选择了100例确诊的病例，和同期医院没有黄疸的新生儿100例，然后调查产母的分娩卡片以及产前和产时各种情况。这种研究方法是（ ）
A.双向性队列研究
B.前瞻性研究
C.临床随访研究
D.病例对照研究
35. 以下不属于COPD的高危人群是（ ）
A.经常饮酒者
B.有长期吸烟者
C.慢性咳嗽、咳痰症状者
D.儿时反复下呼吸道感染
E.经常接触刺激性工业粉尘
36. 具备基本职业道德的健康管理师的行为规范首先必须遵循生命伦理的三大基本原则，分别是（ ）
A.尊重，不伤害；有利，公正
B.保护客户个人隐私，服务细微，分类对待
C.健康效益永远优先于其他效益，得奖和负担公平分配，知情同意
D.健康效益永远优先于其他效益，利益和负担公平分配，保护客户个人隐私
E.保护客户个人隐私，服务细微，知情同意
37. 在美国一般来说，人寿保险和社会福利机构会提供下列哪种策略（ ）
A.生活方式管理
B.需求管理
C.疾病管理
D.灾难性伤病管理
38. 健康管理师二级应具备多少种能力（ ）
A.48种
B.21种
C.25种
D.37种
44. 以下不会引起高血脂的是（ ）
A.玉米油
B.猪油
C.牛油
D.羊油

39. 检验诊断灵敏度是指（ ）
A.某检验项目确认无某种疾病的能力
B.某检验项目对某种疾病具有鉴别、确认的能力
C.患者中获得假阳性的百分数
D.患者中获得假阴性的百分数
E.鸡油
40. 为了帮助患者获得知识和技能，最大限度获得躯体、精神和社会功能的一个主动、动态的过程就是（ ）
A.康复服务
B.康复评定
C.康复治疗
D.康复预防
41. 健康危险因素评价的步骤不包括（ ）
A.收集死亡专率资料
B.收集个体健康危险因素资料
C.将危险因素转换成危险分数
D.计算组合危险分数、计算存在死亡危险
E.评价个人疾病史
42. 关于循证医学的概念下列哪项不符合（ ）
A.应用最多的有关信息
B.通过谨慎、明确的确认和评估
C.做出明智和科学的医学决策
D.目前最可靠的循证医学证据来自“临床指南”
43. 健康服务营销管理的特殊问题是（ ）
A.服务场所和服务医生的问题
B.对第三方责任的问题
C.产品的有限差异化问题
D.维持质量的问题
44. 以下不合胆固醇的油脂是（ ）
A.玉米油
B.猪油
C.牛油
D.羊油
45. 加强健康保险专业管理平台的建设，并不需要建立（ ）
A.专业管理制度
B.操作规程
C.专员制度
D.运行系统
E.核保核赔办法
46. 健康管理师三级应具备多少种能力（ ）
A.17种
B.21种
C.25种
D.37种
47. 为确定疾病防治工作的重点，制定防治措施和对策提供依据的是（ ）
A.个体评价
B.群体评价
C.团队评价
D.患者评价
48. 诊断试验的指标可分为客观指标，主观指标和半客观指标，下列哪项属于主观指标？（ ）
A.能用客观仪器测定的指标
B.很少依赖诊断者的主观判断
C.用体温计测定体温
D.用X线片观察肺部或骨骼病变等
E.疼痛、乏力、食欲不振等主诉
49. 关于六腑下列哪项是对的（ ）
A.肺、胃、大肠、小肠、膀胱、胆囊
B.大肠、小肠、胃、脾、膀胱、胆囊
C.大肠、小肠、胃、脾、膀胱、三焦
D.胃、大肠、小肠、膀胱、胆囊、三焦
50. 对于HFA认识不正确的是（ ）
A.是指“2000年人人享有卫生保健”
B.这是一个单一有限的目标

C.不是指到2000年就不再有人生病或成为残疾
D.人们运用更好的方法去预防疾病

51. 以下关于医疗保险说法不正确的是()
A.保险金的给付条件与疾病诊断不直接相关
B.可分为费用补偿型和定额给付型
C.基本型医疗保险是与社会基本医疗保险制度衔接的
D.风险因素多,经营管理复杂

- 52.“命门之火”是指()
A.心阳
B.脾阳
C.肝阳
D.肾阳

53. 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()
A.婴幼儿
B.婴幼儿母亲
C.村级医生
D.妇幼保健人员
E.儿科医生

54. 下列哪项不是中医辨证论治的主要辩证方法()
A.脏腑辨证
B.八纲辨证
C.六经辨证
D.四诊合参

55. 当暴露是疾病发生的保护因素时()
A.RR=1
B.RR=0
C.RR<1
D.RR>1

多选题

1. 饮食养生的要点包括()
A.注意饮食禁忌
B.和五味
C.有节制
D.注意饮食卫生
E.因人因时制宜
2. 社区人群患病资料包括()
A.社区人群发病率
B.社区人群患病率
C.社区人群病残率
D.社区人群疾病构成
E.社区人群疾病谱
3. 病例对照研究的特点主要有()
A.研究开始时已有一批可供选择的病例
B.研究对象按发病与否分成病例组与对照组
C.被研究因素的暴露状况是通过回顾获得的
D.是由因果的推理顺序
E.经两组暴露率或水平比较,分析暴露与疾病的联系
4. 心理健康的标准,其特征包括()
A.智力正常
B.情绪稳定与愉快
C.良好的睡眠
D.良好的人际关系
E.良好的适应能力
5. 健康保险管理办法中,以下那些保险属于健康保险()
A.疾病保险
B.医疗保险
C.失能收入保险
D.护理保险
6. 情商包括()
A.自我意识

- B.自我激励
C.控制情绪
D.人际沟通
E.挫折承受能力
7. 严重骨质疏松患者运动过程中应注意下列哪些事项（ ）
A.避免运动速度过快
B.避免在凹凸不平的场地运动
C.避免游泳
D.运动与日光照射结合
E.禁忌跳绳运动
8. 脂肪酸按饱和程度分为（ ）
A.中饱和度脂肪酸
B.饱和脂肪酸
C.单不饱和脂肪酸
D.双不饱和脂肪酸
E.多不饱和脂肪酸
9. 脂类的生理功能主要包括（ ）
A.供给能量
B.促进脂溶性维生素吸收
C.维持体温
D.降低饱腹感
E.保护脏器
10. 健康教育诊断（需求评估）的内容包括（ ）
A.社会诊断
B.流行病学诊断
C.行为与环境诊断
D.教育与组织诊断
E.管理与政策诊断
11. 内镜检查的用途包括（ ）
A.可直接观察到脏器内腔的病变
B.可确定病变部位、范围
C.可照相
D.可进行活检
E.可进行部分治疗
12. 关于痛风患者的饮食安排，下列叙述正确的是（ ）
A.宜食用水果、蔬菜、粮谷、牛奶和蛋类
B.不宜食用动物内脏、肉类浓汤、鱼贝类海产品
C.宜食用嘌呤含量高的食物
D.避免饮酒
E.限制总能量的摄入，保持适宜体重
13. 健康信念模式中，是否采纳有利于健康的行为与下列因素有关（ ）
A.感知疾病的威胁
B.感知健康行为的益处和障碍
C.自我效能
D.提示因素
E.社会人口学因素
14. 职业病的特点有（ ）
A.病因明确
B.重在治疗个体
C.发现愈晚，疗效愈差
D.病因与疾病之间一般存在剂量—反应关系
E.群体发病
15. 基本卫生保健的特点有（ ）
A.社会性
B.群众性
C.艰巨性
D.长期性
E.广泛性
16. 医疗机构发现传染性非典型肺炎疫情时，应当及时采取下列哪些措施（ ）
A.对传染性非典型肺炎病人、病原携带者予以隔离治疗
B.对疑似传染性非典型肺炎病人，确诊前在指定场所单独隔离治疗
C.对医疗机构内的传染性非典型肺炎病人、病原携带者、疑似病人的密切接触者，在指定场所进行医学观察和采取其他必要的预防措



- 施 A.对传染性非典型肺炎病人尸体进行解剖查验，应当告知家属
D.必要时可以对传染性非典型肺炎病人尸体或者疑似传染性非典型肺炎病人尸体进行解剖查验，并应当告知家属
- E.对拒绝隔离治疗或者隔离期未满擅自脱离隔离治疗的，可以由公安机关协助医疗机构采取强制隔离治疗措施
17. 以系统为基础的疾病管理的基本特点包括（ ）
A.以人群为基础
B.重视保健康复
C.提高卫生资源的使用效率
D.强调预防、保健、医疗多学科合作
E.具有综合性、一体化的特点
18. 家庭健康档案的主要内容包括（ ）
A.家庭基本资料
B.家系图
C.家庭功能评估资料
D.家庭生活周期中的主要问题
E.家庭成员健康问题
19. 下列属于格林（PRECE-PROCEED）模式的基本内容包括（ ）
A.社会诊断与流行病学诊断
B.自动化诊断与评价
C.行为与环境诊断
D.教育和组织诊断
E.管理与政策诊断
20. 适度的身体活动时间为（ ）
A.平均每天30分钟
B.平均每周150分钟
C.平均每次30分钟
D.每次时间不明
E.每次时间根据强度确定
21. 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
22. 现代医学的主要诊断方法包括（ ）
A.问诊和采集病史
B.体格检查
C.实验室检查
D.医学影像检查
E.其他临床辅助检查
23. 食源性疾病的发生发展的特征包括（ ）
A.食物是治病源
B.食物是携带和传播病原物的媒介
C.食源性疾病有急性中毒和感染的病理变化
D.病原物质是食物中所含的各种致病因子
E.食源性疾病多为人与人之间传染的结果
24. 食物中毒按病原分类包括（ ）
A.细菌性食物中毒
B.真菌及其毒素食物中毒
C.动物性食物中毒
D.有毒植物中毒
E.化学性食物中毒
25. 下列属于人际传播基本技巧的是（ ）
A.开场与结束技巧
B.问话技巧
C.反馈技巧
D.观察技巧
E.听话技巧
26. 有关突发公共卫生事件的叙述正确的是（ ）
A.突然发生
B.重大食物中毒
C.重大传染病疫情
D.群体性不明原因疾病
E.严重影响个体健康的事件
- 二. 生活方式
A.三餐
B.睡眠
C.运动
D.已婚
E.是否

三. 健康状况
A.每年
B.每月
C.每周
D.每天
E.是否

四. 不同情况
A.出现过
B.没有过
C.非常少
D.经常
E.是否

五. 基本卫生
A.合理布
B.社区参
C.居家方
D.适宜环
E.综合利

六. 食源性疾病
A.细菌性食
B.食源性病
C.食源性毒
D.食源性发
E.动物性毒

七. 生活方式
A.以群体为
B.以个体为
C.以预防为

27. 自我健康医疗档案应有内容包括（ ）
A.主要医师的姓名和电话号码
B.所有家庭成员和亲朋好友的疾病记录
C.是否有对药品、食物或昆虫的过敏
D.已诊断的慢性疾病
E.是否装有心脏起搏器
28. 健康档案的具体内容包括（ ）
A.每个人的生活习惯
B.既往病史
C.诊断治疗情况
D.家庭病史
E.历次体检结果
29. 下列属于癌症早期征兆的有（ ）
A.出现便血
B.皮肤伤口经久不愈
C.非哺乳期的妇女乳头溢液
D.肢体麻木
E.斑或黑痣突然增大或破溃，变色或隆起
30. 基本卫生保健的原则是（ ）
A.合理布局
B.社区参与
C.预防为主
D.适宜技术
E.综合利用
31. 食源性疾病按致病因子可分为（ ）
A.细菌性食源性疾病
B.食源性病毒感染和食源性真菌毒素中毒
C.食源性寄生虫感染
D.食源性化学性中毒
E.动物性毒案中毒和植物性毒素中毒
32. 生生活方式管理的特点包括（ ）
A.以群体为中心，强调个体的健康负责和作用
B.以个体为中心，强调个体的健康负责和作用
C.以预防为主，有效整合三级预防
- D.由健康管理师为目标顾客作出生活方式选择
E.通常与其他健康管理策略联合进行
33. 类脂主要包括（ ）
A.磷脂
B.糖脂
C.类固醇
D.鞘脂类
E.脂肪酸
34. 冠心病危险因素有哪些（ ）
A.高血压
B.血脂异常
C.痛风
D.超重、肥胖
E.糖尿病
35. 导致我国细菌性食物中毒的病原体主要包括（ ）
A.沙门菌属
B.变形杆菌
C.葡萄球菌肠毒素
D.副溶血弧菌
E.溶血性链球菌
36. 健康风险评估的主要内容包括（ ）
A.风险识别
B.风险分析
C.群体风险评估
D.群体风险管理
E.健康干预效果评估
37. 倾听是一种重要的心理咨询服务，主要内容包括（ ）
A.来访者的经历
B.来访者的情绪
C.来访者的能力
D.来访者的观念
E.来访者的行为



38. 个体在遇到新情境时，基本的适应方式包括（ ）

- A.坚持自己的价值观
- B.问题解决
- C.接受情境
- D.心理防御
- E.心理压抑

39. 信息的主要特征有（ ）

- A.信息的可转换性
- B.信息的可再生性
- C.信息的时效性
- D.信息的时滞性
- E.信息的不可识别性