



2020 年健康管理师《基础知识》最后冲刺题：第三套

一、单选题

1. 按照保险时限不同,失能收入损失保险可以分为()。

- A. 一年失能收入损失保险和短期失能收入损失保险
- B. 短期失能收入损失保险和长期失能收入损失保险
- C. 长期失能收入损失保险和终身失能收入损失保险
- D. 终身失能收入损失保险和全体失能收入损失保险
- E. 全体失能收入损失保险和一年失能收入损失保险

2. 归因危险度是()。

- A. 暴露组发病率或死亡率与非暴露组发病率或死亡率之比
- B. 暴露组发病率或死亡率与非暴露组发病率或死亡率之差
- C. 病例组有某因素的比例与对照组无某因素的比例之比
- D. 病例组有某因素的比例与对照组无某因素的比例之差
- E. 全人群中由暴露引起的发病在全部发病中的比例

3. 鉴别和购买保健品必须认准()。

- A. 真的保健食品不能代替药物
- B. 按照标签说明书注明的使用方法科学使用保健食品





- C. 每个保健食品批准文号可能对应一类产品
- D. 批准文号和批准部门
- E. 保健食品蓝帽标志
4. 下列哪项属于生活方式管理特点()
- A. 以个体为中心, 强调个体健康责任和作用
- B. 以预防为主, 重点关注一级预防
- C. 健康评估与监测相结合
- D. 通常与其他健康管理策略联合进行
- E. 各种不同的形式出现
5. 确诊慢性阻塞性肺疾病(COPD)最主要的依据是()。
- A. 胸部 X 线片
- B. 血气分析
- C. 肺功能测定指标
- D. 胸部检查
- E. 典型的慢性咳嗽、咳痰症状
6. 从低层向上, 位居平衡膳食宝塔的第二层的是()。
- A. 谷类





B. 蔬菜水果

C. 肉类

D. 大豆类

E. 食用油

7. 关于死亡率的计算公式正确的是()。

A. (一定时期内某人群中某病新病例数/同期暴露人口数) xk

B. (特定时间点某人群中某病新旧病例数/同期观察人数) xk

C. (随访满 N 年的某病存活病例数/随访满 N 年的该病病例数) x100%

D. (某病死亡率/该病发病率) x100%

E. (某人群某年总死亡人数/该人群同年平均人口数) xk

8. 信息本身的 ()是指信息可以由一种形态转换成另一种形态。

A. 可转换性

B. 可再生性

C. 可传递性

D. 时效性和时滞性

E. 可扩充性

9. 健康正常成年人的腰围标准是()。





- A. 男性<90cm, 女性<85cm
- B. 男性>90cm, 女性>85cm
- C. 男性<95cm, 女性<85cm
- D. 男性>85cm, 女性>80cm
- E. 男性<85cm, 女性<80cm
10. 伦理学推理的出发点是()。
- A. 伦理学原则
- B. 伦理问题
- C. 伦理原则和理论
- D. 伦理评价标准
- E. 伦理学原则、伦理问题
1. 答案: B

解析: 失能收入损失保险一般分为短期失能收入损失保险和长期失能收入损失保险。

2. 答案: B

解析: 归因危险度(AR)或率差(RD)是指暴露组发病率与非暴露组发病率之差, 它反映发病归因于暴露因素的程度。

3. 答案: E





解析: 鉴别真假保健品的方法: 1. 认准“蓝帽子”标志; 2. 认准批准文号: 国食健字 G(或 J)+4 位年份代码+4 位顺序号, 卫食健(进)字+4 位年份代码+第 xxx 号; 3. 认准 27 个保健食品功能, 其余为虚假宣传, 4. 看 GMP 认证标志; 5. 登录国家食品药品监督管理局网站, 查询产品真实情况。

4. 答案: A

解析: 生活方式管理的特点: 1. 以个体为中心, 强调个体的健康责任和作用; 2. 以预防为主, 有效整合三级预防。

5. 答案: C

解析: COPD 以持续性气流受阻为特征, 最主要的确诊依据为肺功能检查。肺功能检查指标是诊断 COPD 的金标准。使用支气管舒张药后, 第一秒用力呼气容积/肺活量 (FEV₁/FVC) < 70% 可确定为持续气流受限。

6. 答案: B

解析: 蔬菜类和水果类居第二层, 每天应分别摄入 300-500g 和 200-350g。

7. 答案: E

解析: 死亡率是指某人群在单位时间内死于所有原因的人数在该人群中所占的比例。死亡率 = (某人群某年总死亡人数 / 该人群同年平均人口数) × k。

8. 答案: A

解析: 信息的可转换性是指信息可以由一种形态转换成另一种形态。

9. 答案: A

解析: 中国正常成年人的腰围标准是男性为 < 90cm, 女性为 < 85cm。

10. 答案: B





解析：伦理学是研究道德的起源、本质和发展规律的科学，是道德现象的系统化与理论化，是关于道德的科学，亦称道德哲学。伦理学的基本问题是道德与利益的关系问题，推理的出发点是伦理问题。

二、多选题

1. 以下哪些情况是可改变的健康危险因素()。

- A. 吸烟
- B. 家族史
- C. 年龄
- D. 运动不足
- E. 环境

2. 下面对于中心性肥胖的描述正确的是()。

- A. 脂肪在腹壁和腹腔内蓄积过多
- B. WHO 列为导致疾病负担 10 大危险因素之一
- C. 是 2 型糖尿病的危险因素
- D. 是癌症的危险因素
- E. 是多种心脑血管疾病的危险因素

3. 身体活动的指导原则包括()。

- A. 动则有益





B. 贵在坚持

C. 长期运动

D. 多动更好

E. 量力适度

4. 戒烟 5A 临床干预计划不包括()。

A. 询问

B. 帮助求医者戒烟

C. 随访

D. 劝告

E. 咨询

5. 健康管理人群分类标准主要有()。

A. 健康风险的高低

B. 医疗消费的多少

C. 医疗花费的高低

D. 疾病危险性高低

E. 危险因素的多少

6. 人际传播可以分为()。





- A. 电视
 - B. 报刊
 - C. 个人之间
 - D. 个人与群体之间
 - E. 群体与群体之间
7. 调查问卷的保存原则有()。
- A. 保证信息档案的可读性
 - B. 保证信息档案的准确性
 - C. 保证信息档案的方便查阅
 - D. 保证信息档案的完整性
 - E. 保证信息档案的安全性
8. 健康风险评估的基本原理中, 下列不属于健康风险评估基本模块的是()。
- A. 问卷
 - B. 危险度计算
 - C. 调查
 - D. 评估报告
 - E. 分析





9. 健康管理的客体是()。

- A. 健康人群
- B. 亚健康人群
- C. 慢性病患者
- D. 康复人群
- E. 急诊人群

10. 我国 5-17 岁儿童身体活动的建议包括()。

- A. 每天累计 60 分钟中等到高强度的身体活动
- B. 有氧活动为主
- C. 身体活动只包括在家庭、学校和社区中的玩耍、体育课或有计划的锻炼
- D. 需要进行强壮肌肉和骨骼的活动
- E. 每周至少进行 3 次高强度身体活动

1. 答案: AD

解析: 不可改变的危险因素包括: 年龄、性别、家族史、遗传、环境。

2. 答案: ABCDE

解析: 中心性肥胖为脂肪在腹壁和腹腔内蓄积过多, 是 2 型糖尿病、癌症、多种心脑血管疾病的危险因素, 已被 WHO 列为导致疾病负担 10 大危险因素之一。





3. 答案: ABDE

解析: 身体活动的指导原则包括动则有益、贵在坚持、多动更好、量力适度。

4. 答案: DE

解析: 5A 戒烟干预模型包括 1. ask-询问 2. advise 一建议 3. assess-评估;4. as-Sist-帮助 5. arrange-安排随访。不包括 D, E 两项

5. 答案: AC

解析: 健康管理人群分类标准主要有两类: 健康风险的高低、医疗花费的高低。

6. 答案: CDE

解析: 人际传播可以分成个人之间、个人与群体之间、群体与群体之间三种形式。

7. 答案: CDE

解析: 调查问卷保存的原则是要保证信息档案的完整、安全、方便查阅。同时, 健康信息安全问题应引起高度重视。

8. 答案: CE

解析: 健康风险评估包括三个基本模块问卷、危险度计算、评估报告。

9. 答案: ABCD

解析: 健康管理是在健康管理医学理论指导下的医学服务。健康管理的宗旨是有效地利用有限的资源来达到最大的健康效果, 其主体是经过系统医学教育或培训并取得相应资质的医务工作者, 客体是健康人群、亚健康人群(亚临床人群)以及慢性非传染性疾祸早期或康复期人群。

10. 答案: ABD





解析: 对于 5-17 岁儿童和青少年进行身体活动的推荐要点: 1. 每天应当至少进行 60 分钟中等强度到高强度身体活动 2. 每天身体活动超过 60 分钟将可获得额外的健康效益 3. 每周应当包括至少三次加强肌肉和骨骼的活动。

