
天津 2023 年健康管理师三级《职业技能》 真题模拟汇编

(共 105 题)

1、为居民测量血压时，要求居民在测量前禁止吸烟和饮咖啡等的间隔时间至少是（ ）。(单选题)

- A. 40 分钟
- B. 50 分钟
- C. 20 分钟
- D. 30 分钟
- E. 10 分钟

试题答案：D

2、肥胖症的高危因素不包括（ ）。(单选题)

- A. 存在家族肥胖史
- B. 体力活动少
- C. 膳食不平衡
- D. 缺乏营养素
- E. 有肥胖相关性疾病

试题答案：D

3、周先生，45岁，企业主管，身高175cm，体重95kg，血压135/85mmHg。工作紧张，经常熬夜。平时应酬多，嗜好烟酒，不爱运动。其母亲患有高血压和糖尿病，针对周先生目前的身体状况() (单选题)

- A. 合理安排膳食
- B. 吃动平衡，控制饮食
- C. 尽量不要加班

-
- D. 加大运动量
 - E. 晚上提早睡觉

试题答案： B

4、测量人群死亡危险最常用的指标是（ ）。（多选题）

- A. 病死率
- B. 死亡率
- C. 患病率
- D. 发病率
- E. 生存率

试题答案： B

5、下列（ ）是疾病风险评估报告的主要报告。（多选题）

- A. 危险因素状况
- B. 疾病风险评估结果
- C. 糖尿病
- D. 可改善的危险因素提示
- E. 肺癌

试题答案： A,B,D

6、世界卫生组织（WHO）肥胖程度分类标准，体质指数在 $25.0 \sim 29.9 \text{kg/m}^2$ 为（ ）， $\text{BMI} \geq 40 \text{kg/m}^2$ 为肥胖3级。（单选题）

- A. 轻微肥胖
- B. 肥胖
- C. 肥胖1级
- D. 超重

试题答案： D

7、下列哪些措施能减少钠盐的摄入（ ）（多选题）

- A. 肾功能良好者使用含钾的烹调用盐
- B. 少喝或不喝菜汤、面汤
- C. 用食醋、味精、糖等调味品替代部分食用盐
- D. 少吃含钠高的加工食品
- E. 使用定量的盐勺

试题答案：A,B,D,E

8、高血压管理的效果指标有（ ）。（多选题）

- A. 高血压患者发生脑出血的比例
- B. 高血压控制率
- C. 高血压治疗率
- D. 戒烟、增加体力活动的职工比例
- E. 全员预防高血压知识的知晓率
- F. 高血压患者中高血压的知晓率

试题答案：B,E,F

9、询问居民每天工作强度、家务劳动、上下班交通方式、业余体育锻炼情况,是想了解其()。
(单选题)

- A. 工作时的身体活动
- B. 交通时的身体活动
- C. 身体活动总量
- D. 静态习惯
- E. 娱乐性身体活动

试题答案：C

10、下列关于戒烟的益处,说法正确的是()。(多选题)

-
- A. 停止吸烟 8 小时左右，体内的一氧化碳水平趋向正常
 - B. 停止吸烟 36 小时左右，肺功能改善 30%
 - C. 停止吸烟 48 小时左右，肺活量开始增加
 - D. 停止吸烟 1 年后，患癌症的概率会大大降低
 - E. 停止吸烟 72 小时左右，肺功能改善 30%
 - F. 停止吸烟 1~9 个月内，肺内纤毛重生，控制黏液的能力增加
 - G. 停止吸烟 12 小时左右，心脏病的发作概率减少

试题答案：A,F

11、某男士，45 岁，外企白领，身高 170cm，体重 92kg，烟龄 20 年，每天吸烟约一包，喜食甘厚味，血压、血脂、血糖等检测结果目前均正常。该男士曾尝试戒烟，但屡屡失败，他认为吸烟可以提高工作效率，因为工作压力大，所以离不开烟，这体现了成瘾行为（ ）（单选题）

- A. 文化因素
- B. 传播媒介因素
- C. 社会心理因素
- D. 家庭因素
- E. 人格因素

试题答案：C

12、张先生，57 岁，公务员，高血压病史 15 年，服药依从性较差，吸烟，晚餐多为餐馆饮食，口味重，喜食甜食，交通出行方式主要为开车，基本无休闲性体力活动，偶尔做家务劳动，每天蔬菜水果摄入 250 克。其父有高血压史；其母患糖尿病 20 年。现到健康管理中心进行体检，寻求健康管理。张先生属于下列哪些疾病的高危人群（ ）（多选题）

- A. 肾病
- B. 脑卒中
- C. 肺癌
- D. 结直肠癌
- E. 糖尿病

F. 冠心病

试题答案：A,B,C,D,E,F

13、健康信息记录表的填写可以用（ ）。(单选题)

A. 钢笔

B. 圆珠笔

C. 红色水笔

D. 铅笔

E. 毛笔

试题答案：A

14、按服务对象的疾病危险程度分级，可以根据临床指南以及疾病管理的原则制定随访的时间。对高度危险的服务对象的随访时间一般为每（ ）一次。(单选题)

A. 三个月

B. 六个月

C. 九个月

D. 每年

试题答案：A

15、下列（ ）高血压的表述是错误的。(单选题)

A. 继发性高血压有明确而独立的病因，占总体高血压的5%~10%。

B. 原发性高血压病因不明，以血压升高为主要表现，占总体高血压的90%。

C. 高血压是我国最常见、最具普遍性和代表性的慢性病之一。

D. 高血压是引起冠心病、脑卒中、心力衰竭、肾衰竭等心脑血管疾病的最重要的危险因素。

试题答案：B

16、杠杆秤准确度误差不得超过（ ）。(单选题)

A. 0.1%

B. 1%

C. 10%

D. 0.5%

E. 5%

试题答案：A

17、健康传播模式包括（ ）。 （多选题）

A. 传播效果

B. 媒介渠道

C. 人际传播

D. 大众传播

E. 传播者

F. 受传者

G. 信息与讯息

试题答案：A,B,E,F,G

18、干预1年后，医生评估赵女士的糖尿病控制情况为达标，下列关于糖尿病控制目标的描述，正确的是（ ）。 （单选题）

A. 体质指数小于 28.0kg/m^2

B. 血压小于 $140/90\text{mmHg}$

C. HDL-C大于 2.0mmol/L

D. 空腹血糖 $4.4\sim 7.0\text{mmol/L}$

E. HbA1C小于 8%

试题答案：D

19、高血压患者的有氧运动宜每周进行（ ）。 （单选题）

A. 3~4天

B. 3 ~7 天

C. 4 ~6 天

D. 3 ~6 天

E. 5 ~7 天

试题答案：E

20、健康风险评估操作上通常采用 IT（信息科技）支持技术，通过软件或各种信息系统平台来收集并跟踪反映个人健康状况的各种信息，为参加个人提供（ ）。（多选题）

A. 个人健康信息清单

B. 个人疾病危险性评价报告

C. 个人健康管理处方

D. 如何降低和控制危险因素的个人健康改善行动指南

试题答案：A,B,C,D

21、食物蛋白质的生物学价值最高的是（ ）（单选题）

A. 玉米

B. 鸡蛋

C. 黄豆

D. 鱼

E. 大米

试题答案：B

22、居民健康档案信息保存的要求包括（ ）。（多选题）

A. 指定专职人员管理健康档案

B. 健康档案录入完成后，将数据文件双备份

C. 放置健康档案时按编码摆放、建立目录卡

D. 要采取保密措施

-
- E. 计算机录入后的数据库文件及时存档
 - F. 纸质档案存放要安排在一定的空间和保管设施中

试题答案：A,B,C,E,F

23、肥胖三级预防的最主要目的是（ ）（单选题）

- A. 为了美观
- B. 预防糖尿病
- C. 预防慢性病并发症
- D. 预防肥胖的危险因素

试题答案：C

24、信息录入前，对录入员进行培训的内容包括（ ）。（多选题）

- A. 数据库结构设计方法
- B. 逻辑查错的设置要求
- C. 数据文件的保存
- D. 健康档案变量编码
- E. 熟悉数据库结构
- F. 缺失值的编码要求

试题答案：B,C,D,E,F

25、针对该社区可进行的健康教育活动包括（ ）。（多选题）

- A. 通过电子媒介开展的大众活动，例如 DVD
- B. 给居民发放《糖尿病防控手册》
- C. 进行糖尿病健康管理讲座
- D. 入户指导
- E. 在宣传栏里放置糖尿病防治知识海报
- F. 成立“糖友会”，交流糖尿病防治经验

G. 血糖检测技能培训

H. 成立糖尿病患者俱乐部，开展各种运动项目

I. 糖尿病知识竞赛

试题答案：A,B,C,D,E,F,G,H,I

26、赵女士，58岁，身高158cm，体重74kg，平日不爱运动，体检发现血糖偏高，经内分泌科确诊患有2型糖尿病，并为赵女士提供了糖尿病药物治疗和非药物治疗的建议干预1年后。医生评估赵女士的糖尿病控制情况为达标，下列关于糖尿病控制目标的描述正确的是（ ）（单选题）

A. 体质指数 $<28.0\text{kg}/\text{m}^2$

B. 血压 $<140/90\text{mmHg}$

C. HDL-C $>1.0\text{mmol}/\text{L}$

D. 空腹血糖 $4.4\sim 7.0\text{mmol}/\text{L}$

E. HbA_{1c} $<8\%$

试题答案：D

27、体重反映的是体内（ ）的总和。（多选题）

A. 蛋白质

B. 矿物质

C. 水分

D. 脂肪

E. 碳水化合物

试题答案：A,B,C,D,E

28、可以为刘先生选择的运动内容是（ ）。（多选题）

A. 上班途中步行一段时间

B. 拳击

C. 有氧耐力运动

D. 游泳

举重

F. 柔韧性练习

试题答案：A,C,D,F

29、多次不同日检测张女士血压，血压水平均在收缩压 140~150mmHg 舒张压 80~86mmHg 则可诊断为（ ）。（多选题）

A. 正常血压

B. 正常高值

C. 高血压 1 级

D. 高血压 2 级

E. 高血压 3 级

F. 单纯收缩期高血压

试题答案：C,F

30、疾病危险性评价及预测方法主要有（ ）。（多选题）

A. 在单一危险因素与发病率的基础上，将这些单一因素与发病率的关系以相对危险性来表示其强度，得出的各相关因素的加权分数即为患病的危险性

B. 在多因素数理分析基础上，即采用统计学概率理论的方法来得出患病危险性与危险因素之间的关系

C. 在具体年龄阶段的危险因素与发病率的基础上，估计未来可能发生的某种特定疾病或因为某种特定疾病导致死亡的可能性

D. 在不同性别的危险因素与发病率的基础上，专门、有针对性地进行相关健康风险信息的采集处理

E. 在具体年龄阶段的危险因素与发病率的基础上，专门、有针对性地进行相关健康风险信息的采集处理

F. 在不同性别的危险因素与发病率的基础上，估计未来可能发生的某种特定疾病或因为某种特定疾病导致死亡的可能性

试题答案：A,B

31、需要考虑的诊断是（ ）。（多选题）

普通感冒

- B. 急性肠炎
- C. 冠心病
- D. 高血压周围血管病变
- E. 高血压3级
- F. 高血压肾病
- G. 糖尿病

试题答案：A,C

32、信息安全的内容主要包括（ ）。 （多选题）

- A. 保证信息保密性
- B. 保证信息真实性
- C. 保证信息完整性
- D. 拷贝的安全性（未经授权不得拷贝）
- E. 所寄生系统的安全性。

试题答案：A,B,C,D,E

33、钱先生，男，62岁，已婚，汉族，退休大学教师，身高170cm，体重65kg，血压150/92mmHg，爱人已经过世，独居，喜独处，烟龄三十余年，喜欢喝白酒，很少参加体育运动，近期出现了多食、多饮、多尿的症状，无其他疾病。根据钱先生可能有糖尿病的风险，我们需要进一步获取的主要生理指标不包括（ ）（单选题）

- A. 糖化血红蛋白
- B. 空腹血糖
- C. OGTT2小时血糖
- D. 胰岛素抵抗指数
- E. 尿糖

试题答案：D

、按照身高体重情况，徐先生属于（ ）。（单选题）

- A. 正常
- B. 羸弱
- C. 超重
- D. 消瘦
- E. 肥胖

试题答案：E

35、血压常使用血压计测量，血压计以（ ）为基数。（单选题）

- A. 大气压
- B. 舒张压
- C. 收缩压
- D. 静脉压

试题答案：A

36、张先生，43岁，汉族，中层干部，身高168cm，体重75kg，血压144/89(mmHg)工作紧张，生活缺乏规律，每天中午晚上在餐馆进餐，体力活动很少，有饮酒嗜好，每日1-2次，每天约半斤酒，已有十年，不吸烟，喜食动物内脏，最近明显乏力，经常失眠，无明显消瘦，既往无重大疾病史，其父母均患高血压病20年，其弟患高血压病已经6年。健康风险的表示方法有哪些？（ ）（多选题）

- A. 死亡率
- B. 发病率
- C. 相对危险度
- D. 理想危险度
- E. 健康年龄

试题答案：A,B,C,D,E

、某社区卫生服务中心拟对该社区糖尿病患者进行规范化健康管理，通过门诊、体检、调查等方式筛查糖尿病患者，建立健康档案，制定诊疗计划，给予健康处方。询问居民每天工作强度、家务劳动、上下班交通方式、业余体育锻炼情况，是想了解其（ ）（单选题）

- A. 工作时的身体活动
- B. 身体活动总量
- C. 交通时的身体活动
- D. 静态习惯
- E. 娱乐性身体活动

试题答案：B

38、在对王女士进行健康管理时，需要对她的健康风险进行评估，其目的是（ ）。(多选题)

- A. 让她了解自身的疾病程度
- B. 帮助她综合认识健康危险因素
- C. 鼓励和帮助她修正不健康的行为
- D. 制定个性化的健康干预措施
- E. 保险的核保及服务管理

试题答案：B,C,D,E

39、戒烟引起的戒断症状出现最严重的时间段是（ ）（单选题）

- A. 戒烟后的第三天
- B. 戒烟后的头三个月
- C. 戒烟后的第一个月
- D. 戒烟后的第一周

试题答案：D

40、为张女士进行健康管理采集的相关健康信息，整理与保存应遵循的原则不包括（ ）。(单选题)

- A. 全面原则

完整原则

C. 方便传播

D. 准确原则

E. 保密原则

试题答案：C

41、健康管理师对洪先生进行糖尿病风险评估，还需要的检查是（ ）（多选题）

A. 身高

B. 血压

C. 血钙

D. 血脂

E. 血糖

F. 颈动脉超声

G. 体重

试题答案：A,B,D,E,F,G

42、《中国成年人超重肥胖防治指南》提出的我国成年人 BMI 的正常范围值是（ ）（单选题）

A. 22-28

B. 22 26

C. 22-25

D. 20-28

E. 18.5 □23.9

试题答案：E

43、某电力公司有职工 500 人，男性 450 人，女性 50 人，平均年龄 36 岁，职工工作节奏快、昼夜轮班、体力活动少，1/3 职工常常失眠，男性吸烟率 80%。近一月有职工在岗位猝死。公司立即组织对全员体检，发现高血压检出率 38%。为改善职工健康，公司决定开展以控制血压为主要目标的健康管理工作。对高血压高危人群的健康干预内容包括（ ）。（多选题）

不吸烟

B. 控制体重

C. 缓解精神压力

D. 增加身体活动

E. 减少钠盐的摄入

F. 限制饮酒

试题答案：A,B,C,D,E,F

44、某男士，45岁，外企白领，身高170cm，体重92kg，烟龄20年，每天吸烟约一包，喜食甘厚味，血压、血脂、血糖等检测结果目前均正常。该男士在开始锻炼后2周停止了，在这种情况下，健康管理师需要给予他（单选题）

A. 体语反馈

B. 书面反馈

C. 消极性反馈

D. 模糊性反馈

E. 积极性反馈

试题答案：C

45、周先生，45岁，企业主管，身高175cm，体重95kg，血压135/85mmHg。工作紧张，经常熬夜。平时应酬多，嗜好烟酒，不爱运动。其母亲患有高血压和糖尿病，周先生可以改变的危险因素是（）（单选题）

A. 糖尿病家族史

B. 身高

C. 血压正常值

D. 年龄、性别

E. 高血压病家族史

试题答案：C

46、下面（ ）做法是自我戒烟法中维持阶段的行为。（多选题）

- A. 积极参加体育运动
- B. 尽量避免和吸烟的人在一起
- C. 积极参加健康有益的公益活动
- D. 认真对待戒断反应
- E. 调整膳食，适当多吃碱性食品

试题答案：A,B,C,D,E

47、赵先生1年前糖尿病的危险因素包括（ ）。（多选题）

- A. 糖尿病家族史
- B. 年龄大于40岁
- C. 糖耐量受损
- D. 肥胖
- E. 空腹血糖受损
- F. 三酰甘油升高
- G. 超重

试题答案：A,B,C,E,F,G

48、兰女士作为糖尿病患者，应该对其进行重点管理的内容是（ ）。（多选题）

- A. 药物治疗
- B. 饮食管理
- C. 戒烟限酒
- D. 健康教育
- E. 建议吃素
- F. 适量运动
- G. 血糖监测

试题答案：A,B,C,D,F,G

49、下列烟草使用干预措施中哪项是最重要的（ ）（单选题）

- A. 加强健康教育
- B. 拒吸第一支烟
- C. 法律法规限制吸烟
- D. 劝导吸烟者戒烟

试题答案：B

50、烟草使用干预的目标人群不包括（ ）。（单选题）

- A. 一般人群
- B. 老师
- C. 妇女
- D. 医师
- E. 警察

试题答案：E

51、某省会城市的一个城市结合部社区，常住人口约3万，近二十年来快速城市化，农业人口比例大幅下降，生活方式改变很大，居民中超重、肥胖者较多，高血压、糖尿病、痛风患者增长很快，也经常听到居民有突发脑卒中或查出直(结)肠癌、乳腺癌患者，当地政府和社区卫生服务中心决心要对居民开展规范的健康管理，以预防和控制这些健康问题，请回答问题：要开展社区人群健康管理，第一步采集健康信息，其主要内容有哪几方面？（ ）（多选题）

- A. 一般情况
- B. 健康状况
- C. 生活方式
- D. 体格检查

试题答案：A,B,C,D

52、临床诊断高血压的标准方法是（ ）。（单选题）

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/165112201042011332>