

一.单项选择题(每题 2 分,共 40 分)

1.影响健康的社会环境因素不包括().

D.职业环境

2.在现代社会中,影响人类健康最重要的因素是(3.

c.行为与生活方式因素

3. “体现预防为主的思想,增加公共卫生投入"属于健康促进五大领域中的().

E.调整卫生服务方向

4. 在卫生宣传中卫生保健知识的传播通常是(3.

B 单向传播

5. 拉斯韦尔五因素传播模式中的要素不包括().

E 反馈

6, 下列哪一项不是大众传播的特点?(),

A. 反馈迅速

7. 链康相关行为是指().

c 与健康 and 疾病的有关的行为

8. 人察觉到自己患有某种疾病时去医院看病属于().

B, 求医行为

9. “积毅改进生产工艺,减少类音污染"属于促进健康行为中的().

D.避免有害环境行为

10.了解个体或群体存在哪些健康问题,属于需求评估的().

B.健康状况评估

11.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().

B 要幼儿每亲

12, 在制定健康教育与健康促进计划时要使计划留有余地,以便在实施中根据实际情况进行调整,体现了制定计划的(),

E 弹性原则

13. 关于评价,不正确的描述是().

B. 评价是项目的最后一项工作

14. 角色扮演适用于培训中(》).

c.学习沟通技能

15.定性调查最常见的测量工具为().

C.提纲

16, 对门诊病人进行健康教育的形式通常不包括().

E.随访教育

17. 影响护理职业安全最常见的职业性危险因素是().

A、生物性因素

18. 肥胖症发生的因素不包括().

E. 工作环境因素

19. 下列属于有氧耐力运动的是(),

D 慢跑

20.属于艾滋病预防健康教育重点人群的是(3.

A. 有动人口

二、名词解释《每题 4 分,5 题,共 20 分)

21. 健康教育

是通过信息传播和行为干预,帮助个人和群体掌握卫生保健知识,树立健康观念,自觉采纳有利于健康行为和生活方式的教育活动与过程。

22. 自我效能

是个体对自己能力的评价和判断,即个体对自己有能力控制内、外因素而成功采纳健康行为并取得期望结果的自信心。

23. 效应评价

是要评估健康教育/健康促进项目导致的目标人群健康相关行为及其影响因素的变化。与健康结局相比,健康相关行为的影响因素及行为本身较早发生改变,故效应评价又称为近中期效果评价。

24. 危害健康行为

指的是偏离个人、他人乃至社会的健康期望,客观上不利于健康的一组行为。

25. 人际传播

也称人际交流,是指人与人之间进行直接信息沟通的一类交流活动。这类交流主要是通过语言来完成,但也可以通过非语言的方式进行,如动作、手势、表情、信号等。

三、问答题(每题 10 分,4 题,共 40 分)

26. 对高血压患者开展控制高血压的健康传播,其健康传播效果可是包括哪四个层次?(每要点 1 分,有说明各加 1.5 分)

(1)>知晓健康信息;使高血压患者了解高血压的危害及规范治疗、遵从医嘱的意义。

(2)>健康信念认同;相信规范用药,并且改善行为生活方式可以有效控制血压,预防并发症的发生。

(3)>态度向有利于健康的方向转化 r 愿意在医生的指导下进行规范的药物和非药物治疗。

(4)>行为向有益于健康的方向改变;能够做到遵从医嘱,坚持服用抗高血压药物,同时能够合理膳食,适量运动,不吸烟,适量饮酒,保持心情愉快。

27. 简述促进健康行为的特点。(每要点 1 分,适当解释各加 1 分)>(1)有利性;行为有利于自身和他人健康;

(2)>规律性:行为有规律的发生,不是偶然行为;

(3)和谐性;个体的行为表现与其所处的环境和诺,即个体根据整体环境随时调整自身行为;

(4)一致性:个体外在的行为表现与其内在的心理情绪一致,没有冲突;(5)>适宜性:行为强度适宜,有理性控制,无明显冲动表现。

28. 简述非等同比较组设计的优势与不足,并举例说明。

非等同比较组设计属于类实验设计,其设计思想是设立与接受干预的目标人群(干预组)相匹配的对照组,通过对干预组、对照组在项目实施前后变化的比较,来评价健康教育/健康促进项目的效应和结局。(2 分)

该评价方案的优势在于通过与对照组的比较,有效地消除一些混杂因素,如时间因素、剂量与观察因素等对项目效果和结局的影响,从而更科学、准确地评价健康教育/健康促进项目的效果。(3 分)

不足 z 增加了对照组,即增加工作负担,消耗的人力、财力、物力更多。其次,对照组选择不当可能存在选择偏倚。第三,就对照组而言,激有进行任何干预,但也要进行两次调查,可能会增加失访。

(3 分)

举例;(2 分)

29. 简述对肥胖症的干预原则。

(1)坚持预防为主,从儿童、青少年开始,从预防超重入手,并须终生坚持。(2)采取综合措施预防

和控制肥胖症,积极改变人们的生活方式。

(3) 鼓励摄入低能量、低脂肪,适量蛋白和碳水化合物,富含维生素和微量元素的膳食。(4) 控制脂食与增加运动相结合可使基础代谢率不会因摄入能量过低而下降。

(5) 开展经常性的,适合各年龄特点的各种强度的身体活动。积极运动可以防止体重反弹,并可改善心肺功能,产生更全面的健康效益。

(6) 应长期坚持减体重计划,并定期监测体重的变化情况,不宜过快,不可急于求成。(7) 必须同时防治与肥胖相关的痰病,将防治肥胖作为防治习惯慢性病的重要环节。

(8) 树立健康体重的概念,防止为美容而减肥的误区,抵制和反对伪科学和虚假的商业性“减肥”宣传。

(9) 原则上儿童少年不宜采用药物和手术等手段减轻体重。(第 1 项 2 分,2-9 项各 1 分)

一、单项选择题(每题 2 分,共 40 分)

- 3.关于卫生宣传与健康教育关系的表述,不正确的是()
- C.卫生宣传是有计划、有组织、有评价的活动过程:可以很哈的国欧法
- 4.开展社区预防慢性非传染性疾病的健康教育,从健康传播效果的层次看,以下表述属于健康信念认同的是()。
- B,相信合理膳食有利于防病版河(SO
- 5.与人际传播相比,大众传播的不足表现为()。
- A.传播者、受传者关系的间接性
- 6.某人得知好友在体检中被查出高血脂后,积极改善自己的饮食习惯,体现了健康信念模式中哪个因素对其行为的影响()-
- E.提示因素
- 7.医务人员对高血压患者减少盐的摄入给予鼓励,属于行为矫正中的()。
- B.强化法
- A 规会通经关业可世处道 0
8. “驾车时使用安全带”属于促进健康行为中的()
- C.预警行为
- 10.一级目标人群指的是()
- B,希望实施所建议的健康行为的人群
- 11.在制定健康教育与健康促进计划时要使计划留有余地,以便在实施中根据实际情况进行调整,体现了制定计划的()。
- E.弹性原则
- 12.健康状况指标,如发病率,死亡率等属于()
- D.结局评价指标
- 13.非等同比较组的评价方案无法克服的影响评价的因素是()。
- E.选择偏倚
- 15.患者健康教育的形式不包括()。
- C.继续教育
- 17.在社区高血压预防控制项目中,社区卫生服务站向社区居民提供定期测量血压的服务,属于健康促进策略中的()-
- A,环境策略
- 18.对老年人开展健康教育的最佳场所是()。
- C.社区
- 19.在城市社区健康教育中,常见病防治健康教育的内容不包括()。
- C.卫生法律法规教育
- 20.世界卫生组织体力活动推荐量中 “轻到中等强度"可()
- A.有益健康

二、名词解释(每题 4 分,5 题,共 20 分)

21.健康素养(世界卫生组织)

世界卫生组织(WHO)将“健康素养”定义为人们获取、理解、实践健康信息和服务,并利用这些信息和服务做出正确的判断和决定,促进自身健康的能力。

22.健康传播

是传播学的一个分支和部分,它是指以“人人健康”为出发点,运用各种传播媒介渠道和方法,为维护和促进人类健康的目的而制作、传递、分散、交流、分享健康信息的过程。

23.健康相关行为

指人类个体和群体与健康 and 疾病有关的行为,按行为对行为者自身和他人健康状况的影响,分为促进健康行为和危害健康行为。

24.计划设计

是一个组织机构根据实际情况,通过科学的预测和决策,提出在未来一定时期内所要达到的目标及实现这一目标的方法,途径等所有活动的过程。

25.社区健康促进

是指通过健康教育和社会支持,改变个体和群体行为,生活方式和环境影响,降低社区的发病率和死亡率,提高社区人民的健康水平和生活质量。社区健康促进的两大构成要素是;健康教育及其他能促使行为和环境向有益于健康改变的一切社会支持系统。

1分>

三、问答题(每题 10 分,4 题,共 40 分)

26.简述健康促进的五大活动领域(每个要点 1 分,适当解释各加 1 分)

C1 制定促进健康版民浴藏(2)创造支持性环境;

c3)加强社区的行动:我学出版学氏将就《4)发展个人技能;

(5)调整卫生服务方向。

27.简述影响高血压患者坚持服药行为的倾向因素、促成因素和强化因素。

倾向因素;能为行为改变提供理由和动机的现行因素,包括:知识、态度、信念,价值观等,(2分)如高血压病人自身对高血压病知识的了解程度;相信坚持服药可以控制血压等。(2分)

促成因素:指促成某种行为和动机得以实现的因素,及实现健康行为所必须的技术、物质基础、社会力量等。(2分)病人就医方便;医生定期询问服药情况;有比较经济实惠的降压药物,自己可以承受长期医药费;(1分)

强化因素;指目标人群在行为改变后所获得的各种正向或负向反馈。(2分)血压控制后,自身健康状况有所改善,生活质量提高;家人的支持和提醒。(1分)

28.简述不设对照组的干预前后测试这一评价方案的优点与不足,并举例说明。

其基本思想是通过比较目标人群在项目实施前和实 P 后有关指标的情况,反映健康教育/健康促进项目的效应与结局。(3分)

该评价方案的优点在于方案设计与实际操作相对简单,能节省人力、物力资源。(3分)而不设对照组的自身前后测试无法控制混杂因素的影响,影响到了对效果的准确认定。。

《2分)

举例:(2分)

29.为什么说医院健康教育是行之有效的治疗手段?

首先,通过健康教育,可提高患者对医护人员的信任感和依从性。有助于患者遵从医嘱,主动配合治疗。(4分)

其次,通过健康教育,实现对患者的心理保健,可满足患者的心理需求,消除患者及家属的不良心理反应,帮助他们以积极的、平和的心态对待疾病,帮助他们建立战胜病魔的信心。(3分)

再次,许多疾病与不良生活方式和卫生行为习惯密切相关,在治疗疾病中,除药物治疗外,必须坚持饮食控制,适当锻炼等非药物方法。(3分)

一单项选择题(每题 2 分,共 40 分)

- 2.在传播中,干扰指的是().
B.传播过程中对信息减弱或加强的因素
- 3.下列属于开放性问题的的是(.
A. “你对健康怎么理解?”
- 4.人们患了某种疾病后,由于怕花费太多时间和钱而不去就诊,在健康信念模式中应该解释为
().
D.对采纳健康行为障碍的认知
- 5.促进健康行为的特点不包括(.
IS 日:最识券衡
D.习得性
- 8.为社区居民讲授糖尿病防治有关知识,属于(,.
C.健康教育策略
- 10.健康教育计划实施的质量控制内容中一般不包括(.
D.对人群知信行的监测
- 11.以下不属于健康管理策略的是()
C 社区管理
- 12.最适用于确定优先问题的定性研究方法是(.
B,选题小组工作法
- 13.下列不属于门诊教育的形式是(.
D.随访教育
- 14.医院健康促进较医院健康教育更注重的方面是()-
D.环境支持
- 15.不属于职业人群一般健康教育内容的是(.
E,职业安全
- 16.属于农村群体卫生行为的是().
D.居室整洁通风
- 17.下列不展于有氧运动的是(.
C.举重
- 18.成瘾性行为的形成过程不包括()
B.准备阶段
- 19.进行乙肝预防时,最有效的预防方式应是()
D.接种疫苗
- 20.对 AIDS/HIV 者歧视是一种(.
B.遏制艾滋病传播行为

二、名词解释(每题 4 分,5 题,共 20 分)

21.健康教育

是通过信息传谣和行为干预,帮动个人和群体掌握卫生保跨知识、树立健康观念,自觉采纳有利于健康行为和生活方式的教育活动与过程

22.自我效能

是个体对自己能力的评价和判断,即个体对自己有能力控制内,外因素面成功采纳健康行为并取得期望结果的自信心。

23,形成评价

是一个为健康教育/键暂促进计划设计和发展提供信息的过程,包括在计划设计阶段进行的

目标人群需求评估,政策,环境,资源评估等,其目的在于使计划符合目标人群的实际情况,使计划更科学、更完善。

24.社区健康促进

是指通过健康教育和社会支持,改变个体和群体行为,生活方式和环境影响,降低社区的发病率和死亡率,提高社区人民的健康水平和生活质量,社区筹来促进的两大构成要素是:健康教育及其他能促使行为和环境向有益于健康改变的一切社会支持系统,

25.强化因素

是激励行为维持、发展或减病的因素。强化因素既包括正向的强化因素,也包括负向的强化因素。

三、简答题(每题 10 分,4 题,共 40 分)

26. 简述健康促进的基本策略。(每要点 1 分,有解释各加 1.5 分)

(1)倡导:主要强调的是针对决策者运用倡导的策略,促进有利于健康的公共政策的制定和出台。

(2)赋权;开展社区及人群的能力建设,激发社区和个人的潜能,最终使社区、每个家庭和个人具备承担起各自的健康责任的能力,并能付诸于行动

(3)协调:健康促进涉及到政府、各部门,社会团体、非政府组织、社区,个人,需要运用协调策略,使各方面力量能互相支持、配合,形成促进健康的强大联盟和社会支持体系。

(4)社会动员:社会动员策略主要的对象是社会各方面的力量、社区以及个人,有效地社会动员需要以远大的目标感召人们,促使各方积极行动,产生切实的成效。

29.试比较效应评价与结局评价的异同。

(1)效应评价与结局评价关注的都是健康教育与健康促进干预实施后产生的效果,均可通过不设对照组的干预前后测试或非等同比较组设计进行评价(4 分)。

(2)效应评价是对健康行为及其影响因素的变化情况进行的评价,常见的指标包括知识知晓率、态度转变率、行为形成率等。属于近期、中期效果评价(3 分)。

(3)结局评价是对健康状况乃至生活质量改变进行的评价,常用的指标包括发病率、死亡率、生活质量等,属于远期效果评价(3 分)

一、单项选择题(每题 2 分,共 40 分)

1. 下列关于健康素养的表述,不正确的是()。
C. 健康素养是评价健康状况的重要指标之一
4. 在卫生宣传中卫生保健知识的传播通常是(5)
B. 单向传播
5. 拉斯韦尔五因素传播模式中的要素不包括(。
E. 反馈
9. 医务人员对高血压患者减少盐的摄入给予鼓励,属于行为矫正中的()。
B. 强化法
10. 在高血压预防控制社区健康促进项目中,社区卫生服务站向社区居民提供定期测量血压的服务,属于健康促进策略中的()。
B. 环境支持策略
12. 健康教育/健康促进计划的评价贯穿于()。
E. 项目的全过程
14. 个人深入访谈的优点不包括()
D. 能在较短的时间内获得大量信息
18. 肥胖症发生的主要因素不包括(。
E. 工作环境因素
19. 下列属于有氧耐力运动的是()
D. 慢跑
20. 对普通公众开展结核病防治健康教育重点是()
B. 结核病的基本知识及有可疑症状时及时就诊

二、名词解释(每题 4 分,5 题,共 20 分)

21. 健康教育

是通过信息传播和行为干预,帮助个人和群体掌握卫生保健知识,树立健康观念,自觉采纳有利于健康行为和生活方式的教育活动与过程,

22. 人际传播

也称人际交流,是指人与人之间进行直接信息沟通的一类交流活动,这类交流主要是通过语言来完成,但也可以通过非语言的方式来进行,如动作,手势,表情,信号(包括文字和符号)等。

23. 危害健康行为

指的是偏离个人、他人乃至社会的健康期望,客观上不利于健康的一组行为,

24. 计划设计

是一个组织机构根据实际情况,通过科学的预测和决策,提出在未来一定时期内所要达到的目标及实现这一目标的方法、途径等所有活动的过程。

25. 医院健康促进

是健康教育和能促进病人或群体行为和生活方式改变的政策,法规、经济及组织等社会支持的综合。

三、简答题(每题 10 分, 4 题,共 40 分)

27. 简述促进健康行为的特点,(每要点 1 分,适当解释各加 1 分)

- (1) 有利性:行为有利于自身和他人健康;
(2) 规律性:行为有规律的发生,不是偶然行为,
(3) 和谐性:个体的行为表现与其所处的环境和谐,即个体根据整体环境随时调整自身行为;
(4) 一致性:个体外在的行为表现与其内在的心理情绪一致,没有冲突;(5) 适宜性:行为强度适宜,

有理性控制,无明显冲动表现.

28.举例说明健康教育与健康促进具体目标的类型。(每要点 1.5 分,各要点举例加 1 分)

(1)健康目标:如疾病发病率降低。

(2)行为目标:如住院分娩率提高.

(3)教育目标;如高血压知识得分提高-

(4)政策与环境目标:如制订工间操制度.

29.试比较效应评价与结局评价的异同。

(1)效应评价与结局评价关注的都是健康教育与健康促进干预实施后产生的效果,均可通过不设对照组的干预前后测试或非等同比较组设计进行评价。(4 分)

(2)效应评价是是对健康行为及其影响因素的变化情况进行的评价,常见的指标包括知识知晓率、态度转变率、行为形成率等。属于近期、中期效果评价。(3 分)

(3)结局评价是对健康状况乃至生活质量改变进行的评价,常用的指标包括发病率、死亡率、生活质量等,属于远期效果评价,(3 分)

一、单项选择题(每题 2 分,共 40 分)

- 2.首届国际健康促进大会通过的《于太华宣言》中,健康促进的 5 个主要活动领域不包括 ()。
- D.开展疾病控制
- 4.按传播的规模分,人类的传播活动不包括()。
- E.上下传播
- 6.为扩大影响,集中解决一部分人共同存在的心理问题,可以采用()。
- B.团体咨询
- 8.在制定健康教育与健康促进计划时,考虑长远的发展和要求,体现了制定计划的()。
- C.前瞻性原则
9. “到未来某年,使某社区 35 岁以上居民首诊测血压的比例达到 90%” ,属于健康教育与健康促进计划目标中的()。
- D.行为目标
10. “干预活动覆盖率” 属于()。
- A.过程评价指标
- 11.可用于克服健康促进项目中目标人群失访影响的方法是()。
- C.增加调查对象人数
12. 以下健康管理策略不包括()。
- C.社区管理
- 13,不属于随机抽样方法的是()。
- B.方便抽样
- 14.个人深入访谈的优点不包括()。
- D.能在较短的时间内获得大量信息
- 15.在病房教育中,与病人共同拟定行为目标的最佳人选应该是()。
- C.医生
- 17.开展多种形式的交流活动,融洽师生关系,属于学校健康社会环境的()。
- B.人际环境
- 19.下列不属于有氧运动的是()。
- C.举重

二、名词解释(每题 4 分,共 20 分)

- 21.人际传播:是指人与人之间进行直接信息沟通的一类交流活动。这类交流主要是通过语言来完成,但也可以通过非语言的方式来进行,如动作、手势、表情、信号(包括文字和符号)等。
- 22.促进健康行为:指个体或群体表现出的、客观上有益于自身和他人健康的一组行为。
- 23.形成评价:是一个为健康教育/健康促进计划设计和发展提供信息的过程,包括在计划设计阶段进行的目标人群需求评估、政策、环境、资源评估等,其目的在于使计划符合目标人群的实际情况,使计划更科学、更完善。
- 24.医院健康促进:是健康教育和能促进病人或群体行为和生活方式改变的政策、法规、经济及组织等社会支持的综合。
- 25.强化因素:是激励行为维持、发展或减弱的因素。强化因素既包括正向的强化因素,也包括负向的强化因素。

三、简答题(每题 10 分,共 40 分)

- 26.简述三级预防的思想及其与健康教育与健康促进的关系。

一级预防为病因预防,表现为采取积极有效的措施进行广泛地推广健康的行为生活方式、有效利用免疫接种等预防保健服务、提供安全的食品和饮用水等;(2分)

二级预防体现在早发现、早诊断、早治疗,预防疾病的发展,促进疾病的治愈。通过健康教育可以帮助人们做到定期体检、在察觉有疾病征兆时及时就诊,合理利用卫生服务。(2分)

三级预防指的是及时有效的治疗与康复,预防并发症和伤残,恢复社会生活和劳动能力,提高生命质量。(2分)

健康教育与健康促进的核心是改变不利于健康的行为生活方式,对于慢病而言,合理膳食,戒烟本身是病因预防,定期测量血压可以早期发现疾病。此外,行为生活方式改变本身就是有效的治疗因素。此外,健康教育与健康促进还能康复提供设施设备环境支持和政策的支持。可见,是对“预防为主”的最好诠释。(4分)

27.简述倾向因素的含义及内容。

倾向因素先于行为,又被称为动因因素或前置因素,是产生某种行为的动机、愿望,或是诱发某行为的因素。(2分)

(1)知识;

(2)信念;

(3)态度;

(4)价值观。

(每要点1分,有解释各加1分)

29.简述引起肥胖的高危因素、及对高危人群进行健康教育和干预的内容。

肥胖症的高危险因素指:存在肥胖家族史、有肥胖相关疾病、膳食不平衡、体力活动少等。

可以通过学校、社团、工作场所人群的筛查发现高危人群。(5分)

健康教育干预措施包括:改变高危人群的知识、观念、态度和行为;让他们了解,不良环境或生活方式因素对肥胖症的发生可起促进作用并激活这一趋势,为高危人群提供膳食指导和体力活动指导。(5分)