旗县市:	姓名:	年龄:	性别:	电话:	时间:	地点:
			全国居民健	<b>建康素养知识问卷</b>		
一、判断题(请在您认为正确的题目后的括号内划"√",认为错误的划"×")  A01. 预防流感最好的办法是服用抗生素(消炎药)。( )  A02. 保健食品不是药品,也不能代替药品治病。( )  A03. 输液(打吊针)疗效好、作用快,所以有病后要首先选择输液。( )  A04. 水果和蔬菜的营养成份相近,可以用吃水果代替吃蔬菜。( )  A05. 正常人的体温在一天内可以上下波动,但是波动范围一般不会超过1℃。( )  A06. 儿童青少年也可能发生抑郁症。( )			① 自测血压对高血压诊断有参考价值 ② 高血压患者定期自测血压,可为医生制定治疗方案和评价治疗效果提供依据 ③ 高血压患者只要自测血压稳定,就可以不用定期到门诊进行随访治疗了 ④ 不知道		① 哭闹时 ② 感冒发烧时 ③ 饭后半小时内 ④ 不知道  B14. 出现发热症状,正确做法是: ① 及时找医生看病 ② 根据以往经验,自行服用退烧药 ③ 观察观察再说 ④ 不知道  B15. 当患者依照医生的治疗方案服药后出现了不良反应,正确的做法	
			B05. 关于吸烟危害的说法	成瘾性疾病 ② 吸烟可以导致多种慢性病 通卷烟小 ④ 不知道	<b>是:</b> <ol> <li>① 自行停药</li> <li>② ●</li> </ol> B16. 某地发生烈性传染 <ol> <li>① 这个病与我无关,</li> <li>会关注疫情</li> </ol>	
<b>A08.</b> 居民可以到社免费获得健康	A07. 长期睡眠不足不仅会加快衰老,还会诱发多种健康问题。( ) A08. 居民可以到社区卫生服务中心(站)和乡镇卫生院(村卫生室)免费获得健康知识。( ) A09. "久病成良医",慢性病患者可以根据自己的感受调整治疗方案。 ) A10. 健康体检发现的问题和疾病,如没有症状,可暂时不采取措施。 )  二、单选题(每题后面给出的 4 个选项中,只有 1 个正确答案,请在相 6选项序号上打"√"。如果不知道,请选择④ )		① 给病人喝水	② 不明原因便血 ④ 不知道 <b>护者首先应该怎样处理煤气中毒的人?</b> ② 将病人移到通风处	■ <b>B17. 警示图 </b>	
二、单选题(每题后)			③ 拨打 120,送医院治疗 <b>B08. 对肺结核病人的治疗</b> ① 没有优惠政策 ③ 住院免费 <b>B09. 从事有毒有害作业时</b>	(2) 国家免费提供抗结核药物 (4) 不知道	③ 该物品具有毒性或 ■B18. 全国统一的免费卫 ① 12315 ② ■B19. 以下关于就医的说 ① 尽可能详细地向医	2生热线电话号码是: 120 ③ 12320 ④ 不知道 法,错误的是:
■ <b>B01. 关于健康的概念,描述完整的是:</b> ① 健康就是体格强壮,没有疾病 ② 健康就是心理素质好,体格强壮 ③ 健康不仅是没有疾病,而是身体、心理和社会适应的完好状态 ④ 不知道		① 穿工作服 ③ 使用个人职业病防护  B10. 缺碘最主要的危害是 ① 患上"非典" ③ 引起高血压	② 戴安全帽 用品 ④ 不知道	<ul><li>② 如果有以往的病历</li><li>③ 为了让医生重视,</li><li><b>B20. 某药品标签上印有</b></li><li>① 处方药,必须由医</li></ul>	、检查结果等,就医时最好携带可以把病情说得严重些 ④ 不知道 (************************************	
B02. 通常情况下, ① 医院 ③ 疾病预防控制	中心 ④ 不知道	》(血站)或其献血车	■B11. 剧烈活动时,会因大 最好补充: ① 白开水 ② 含糖饮	<b>温出汗而丢失体内水分。在这种情况下,</b>	① 冬天要少开窗或不	
■ B03. 乙肝可以通过以下哪些方式传染给他人? ① 与病人或感染者一起工作、吃饭、游泳 ② 可以通过性行为、输血、母婴传播 ③ 同病人或感染者说话、握手、拥抱		图12. 关于国家基本公共卫生服务的理解,错误的是: ① 在大医院开展 ② 城市在社区卫生服务中心(站)开展,农村在乡镇卫生院、村卫生室开展		③ 开窗通风可以使阳	室内空气中的细菌和病毒 光进入室内,杀灭多种细菌和病毒 以温时,正确的读数方法是:	
④ 不知道  B04. 关于自测血压的说法,错误的是:		③ 老百姓可免费享受 B13. 下列哪种情况下,应	④ 不知道 <b>暂缓给儿童打疫苗:</b>	① 手持体温计水银端 ③ 手持体温计玻璃端	水平读取 ② 手持体温计玻璃端竖直读取	

B23. 刘大妈在小区散步时,被狗咬伤。皮肤有破损,但不严重。以下		C14. 母乳喂养对婴儿的好处:		
做法正确的是:	① 老年人治疗骨质疏松,为时已晚	① 母乳喂养可以使婴儿少生病		
① 自行包扎处理 ② 清洗伤口,尽快打狂犬病疫苗	② 骨质疏松是人衰老的正常生理现象	② 母乳是婴儿最好的天然食品		
③ 伤口不大,不予理睬 ④ 不知道	③ 中老年人饮奶可以减少骨质丢失	③ 婴儿配方奶粉比母乳营养更丰富		
■B24.关于超过保质期的食品,以下说法正确的是:	④ 多运动可以预防骨质疏松	④ 母乳喂养可增进母婴感情,有利于婴儿心理发育		
① 只要看起来没坏,就可以吃 ② 只要煮熟煮透后,就可以吃	⑤ 不知道	⑤ 不知道		
③ 不能吃 ④ 不知道	C06. 选购包装食品时,应注意包装袋上的哪些信息?	C15. 保管农药时,应注意:		
B25. 皮肤轻度烫伤出现水泡,以下做法正确的是:	① 生产日期 ② 保质期 ③ 营养成分表	① 农药应保管在固定、安全的地方		
① 挑破水泡,这样恢复的快 ② 水泡小不用挑破,水泡大就要	④ 生产厂家 ⑤ 不知道	② 农药不能与食品放在一起		
挑破	C07. 发现病死禽畜,应做到:	③ 如果手上不小心沾染了农药,只要皮肤没有破损,就不用冲洗		
③ 不要挑破水泡,以免感染 ④ 不知道	① 不宰杀,不加工 ② 不出售,不运输 ③ 不食用	④ 农药要放在小孩接触不到的地方 ⑤ 不知道		
B26. 发生火灾时,以下应对方法正确的是:	④ 煮熟煮透可以吃 ⑤ 不知道	C16. 在户外,出现雷电天气时,以下做法正确的是:		
① 用双手抱住头或用衣服包住头,冲出火场	C08. 遇到呼吸、心跳骤停的伤病员,应采取哪些措施?	① 躲在大树下 ② 远离高压线 ③ 避免打手机		
② 不能乘坐电梯逃生	① 人工呼吸 ② 胸外心脏按压 ③ 拨打急救电话	④ 站在高处 ⑤ 不知道		
③ 边用衣服扑打火焰,边向火场外撤离	④ 给予高血压治疗药物 ⑤ 不知道	四、情景题(请您先阅读材料,然后回答相关问题。单选题只有1个正		
④ 不知道	C09. 吃豆腐、豆浆等大豆制品的好处有:	确答案,多选题有 2 个或 2 个以上正确答案。请在相应选项序号上打"√"。 如果不知道,单选题请选择④,多选题请选择⑤)		
	① 对身体健康有好处			
三、多选题 (每题有2个或2个以上正确选项,请在相应选项序号上打	② 对心血管病患者有好处	BMI 指体质指数,是目前国际上常用的衡量人体胖瘦程度以及是否健康的摄入量 康的一个标准。具体计算方法是以体重(公斤, kg)除以身高(米, m) ⑤ 不知道 的平方,即 BMI=体重/身高²(kg/m²)。对于中国成年人,BMI<18.5 为体重过低,18.5 ≤ BMI<24 为体重正常,24 ≤ BMI<28 则为超重,BMI ≥ 28 为		
"√"。如果不知道,请选择⑤。)	③ 增加优质蛋白质的摄入量			
C01. 关于促进心理健康的方法,以下说法正确的是:	④ 可以治疗疾病 ⑤ 不知道			
① 生活态度要乐观	C10. 运动对健康的好处包括:			
② 把目标定格在自己能力所及的范围内	① 保持合适的体重 ② 预防慢性病 ③ 减轻心理压力			
③ 建立良好的人际关系,积极参加社会活动	④ 改善睡眠 ⑤ 不知道			
④ 通过吸烟、喝酒排解忧愁 ⑤ 不知道	C11. 某报纸上说,任何糖尿病患者通过服用某降糖产品,都可	D01. 李先生, 45 岁, 身高 170 厘米, 体重 160 斤(80 公斤), 他的		
C02. 以下关于就医的说法,正确的是:	以完全治愈。看到这条信息后,以下哪些描述是正确的?	BMI 该怎样计算?(单选题)		
① 不是所有的病都能够治愈	① 这条消息不可信	① $(80)^2/170=37.6$ ② $80/(1.7)^2=27.7$		
② 治疗疾病是医生的事,与病人无关	② 这消息真好,赶紧去告诉糖尿病朋友	③ 160/(1.7)2=55.4 ④ 不知道		
③ 医院就是治病的地方,治不好病就是医院的责任	③ 向社区医生咨询、核实	D02. 参照中国成年人体质指数的标准,李先生属于: (单选题)		
④ 生老病死是客观规律,需要理性看待诊疗结果 ⑤ 不知道	④ 赶紧去购买 ⑤ 不知道	① 肥胖 ② 体重正常 ③ 超重 ④ 不知道		
C03. 关于肝脏描述,以下说法正确的是:	C12. 咳嗽、打喷嚏时,正确的处理方法是:	D03. 李先生要控制体重,可以采取以下哪些方式? (多选题)		
① 能分泌胆汁 ② 有解毒功能	① 用手直接捂住口鼻 ② 用手帕或纸巾捂住口鼻	① 不吃主食 ② 每天运动至少半小时		
③ 是人体重要的消化器官 ④ 肝脏有左右两个 ⑤ 不知道	③ 用胳膊肘弯处捂住口鼻 ④ 不用捂住口鼻 ⑤ 不知道	③ 减少油脂摄入 ④ 只吃蔬菜水果 ⑤ 不知道		
C04. 孩子出现发热、皮疹等症状,家长应该:	C13. 以下关于就医的说法,正确的是:	D04. 李先生容易患以下哪种疾病? (单选题)		
① 及时去医院就诊 ② 应暂停去幼儿园	① 一生病就应该去大医院	① 高血压 ② 骨质疏松 ③ 胃溃疡 ④ 不知道		
③ 及时通知孩子所在幼儿园的老师	② 应尽量选择附近的社区医院诊疗,必要时再去大医院			
④ 可以让孩子照常去幼儿园	③ 后期康复治疗时,应回到社区进行管理			

⑤ 不知道

④ 后期康复治疗时,应该去大医院

⑤ 不知道