

封面

职业技能等级认定指导手册

营养师 (公共营养师) (二级)

上海市职业技能鉴定中心 指导编写

目 录

营养师（公共营养师）职业简介.....	（ 3 ）
第 1 部分 营养师（公共营养师）（二级）认定方案.....	（ 4 ）
第 2 部分 认定要素细目表.....	（ 7 ）
第 3 部分 理论知识复习题.....	（ 22 ）
第 4 部分 操作技能复习题.....	（ 79 ）
第 5 部分 理论知识考试模拟试卷及答案.....	（ 319 ）
第 6 部分 操作技能考核模拟试卷.....	（ 330 ）

营养师（公共营养师）

一、职业名称

营养师（公共营养师）。

二、职业定义

从事人群或个人膳食和营养状况的评价与指导，传播营养、平衡膳食与食品安全知识，促进社会公共健康工作开展的人员。

三、工作内容

从事的工作主要包括：（1）运用膳食调查、人体体格测量、身体活动量测定、实验室检测等方法，进行特定人群或个体营养状况评价，并提供指导；（2）运用食物摄入量调查、膳食营养素摄入量计算、膳食营养分析和评价等方法，进行人群或个人的膳食结构营养评价、管理和指导；（3）测定营养素和食物需要量、编制和调整食谱，进行食物营养评价和食物选购指导；（4）提供营养与食品安全知识咨询；（5）收集营养与健康信息，建立和管理营养与健康档案，设计和实施营养和运动干预方案，进行社区健康教育和营养干预。

第 I 部分

营养师（公共营养师）（二级）

认定方案

一、认定方式

营养师(公共营养师)（二级）的评价方式分为理论知识考试、操作技能考核和综合评审 3 项考核内容。其中理论知识考试采用闭卷机考方式，操作技能采用现场实际操作、笔试考核方式，综合评审采用评审和口试方式。理论知识考试、操作技能考核、综合评审均实行百分制，成绩皆达 60 分及以上者为合格，不及格者可按规定分别补考。

二、理论知识考试方案（考试时间 90 分钟）

题型	题库参数	考试方式	题库量	考试题量	分值	配分
判断题		闭卷机考	200	20	0.5 分/题	10
单选题			400	80	0.5 分/题	40
多选题			200	10	1 分/题	10
简答题			80	8	5 分/题	40
合计		—		118	—	100

技能考核方案（考试时间 70 分钟）								
考 核 项 目 表								
营养师(公共营养师)				等级	二级/技师			
4-14-02-01								
	单元 编号	单元内容	考核 方式	选考 方法	考核时间 (分钟)	配分	题库 题量	考核 题量
评价	1	食物摄入量调查	笔试	抽一	5	10	5	1
	2	营养素摄入量计算	笔试				5	
	3	膳食营养分析与评价	笔试				5	
检测	1	体格测量	操作	必考	5	10	5	1
	2	体格状况分析与评价	笔试	抽一	10	10	5	1
	3	常见检测项目指标解读	笔试				5	
评估	1	食物选购和评价	笔试	必考	10	10	5	1
	2	食谱设计	笔试	必考	10	15	5	1
	3	膳食制作和指导	操作	必考	5	10	5	1
咨询	1	营养教育	笔试	抽一	10	20	5	1
	2	营养咨询	笔试				5	1
管理	1	营养与健康信息收集	笔试	抽一	10	10	5	1
	2	营养干预	笔试				5	
指导	1	培训	笔试	抽一	5	5	5	1
	2	指导	笔试				5	
合 计					70	100	75	9
0 分钟内完成考核题量。								

技能考核方案（考试时间 70 分钟）								
考 核 项 目 表								
营养师(公共营养师)				等级	二级/技师			
4-14-02-01								
	单元 编号	单元内容	考核 方式	选考 方法	考核时间 (分钟)	配分	题库 题量	考核 题量
评价	1	食物摄入量调查	笔试	抽一	5	10	5	1
	2	营养素摄入量计算	笔试				5	
	3	膳食营养分析与评价	笔试				5	
检测	1	体格测量	操作	必考	5	10	5	1
	2	体格状况分析与评价	笔试	抽一	10	10	5	1
	3	常见检测项目指标解读	笔试				5	
评估	1	食物选购和评价	笔试	必考	10	10	5	1
	2	食谱设计	笔试	必考	10	15	5	1
	3	膳食制作和指导	操作	必考	5	10	5	1
咨询	1	营养教育	笔试	抽一	10	20	5	1
	2	营养咨询	笔试				5	1
管理	1	营养与健康信息收集	笔试	抽一	10	10	5	1
	2	营养干预	笔试				5	
指导	1	培训	笔试	抽一	5	5	5	1
	2	指导	笔试				5	
合 计					70	100	75	9
0 分钟内完成考核题量。								

技能考核方案（考试时间 70 分钟）								
考 核 项 目 表								
营养师(公共营养师)				等级	二级/技师			
4-14-02-01								
	单元 编号	单元内容	考核 方式	选考 方法	考核时间 (分钟)	配分	题库 题量	考核 题量
评价	1	食物摄入量调查	笔试	抽一	5	10	5	1
	2	营养素摄入量计算	笔试				5	
	3	膳食营养分析与评价	笔试				5	
检测	1	体格测量	操作	必考	5	10	5	1
	2	体格状况分析与评价	笔试	抽一	10	10	5	1
	3	常见检测项目指标解读	笔试				5	
评估	1	食物选购和评价	笔试	必考	10	10	5	1
	2	食谱设计	笔试	必考	10	15	5	1
	3	膳食制作和指导	操作	必考	5	10	5	1
咨询	1	营养教育	笔试	抽一	10	20	5	1
	2	营养咨询	笔试				5	1
管理	1	营养与健康信息收集	笔试	抽一	10	10	5	1
	2	营养干预	笔试				5	
指导	1	培训	笔试	抽一	5	5	5	1
	2	指导	笔试				5	
合 计					70	100	75	9
0 分钟内完成考核题量。								

四、综合评审方案

职业（工种）		营养师(公共营养师)		等级	二级/技师	
职业代码		4-14-02-01				
项目名称		单元编号	单元内容	考核方式	考核时间（分钟）	配分
综合评审		1	工作技术小结撰写	评审	-	40
		2	工作业绩及专业能力小结答辩	口试	15	60
合 计					15	100
备注						

营养师（公共营养师）（二级）

理论知识考试要素细目表

职业（工种）名称					营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
	0				基本要求	24	
	0	1			职业道德	3	
	0	1	1		职业道德基本知识	2	
1	0	1	1	1	道德发展的内在规律		
2	0	1	1	2	道德发展的外联规律		
3	0	1	1	3	道德发展的其他规律		
4	0	1	1	4	社会主义职业道德的基本特征		
5	0	1	1	5	社会主义职业道德的产生与发展		
6	0	1	1	6	职业道德的培养途径		
	0	1	2		职业守则	1	
7	0	1	2	1	遵纪守法，诚实守信，团结协作		
8	0	1	2	2	忠于职守，爱岗敬业，钻研业务		
9	0	1	2	3	认真负责，服务于民，平等待人		
10	0	1	2	4	科学求实，精益求精，开拓创新		
	0	2			基础知识	21	
1	0	2	0	1	人体营养学基础知识	5	
2	0	2	0	2	不同人群营养知识	5	
	0	2	1		医学基础知识	2	
11	0	2	1	1	泌尿系统组成及功能		
12	0	2	1	2	生殖系统组成及功能		
13	0	2	1	3	感觉系统组成及功能		
14	0	2	1	4	蛋白质的消化率和利用率		
	0	2	2		营养学基础知识	5	
15	0	2	2	1	能量需要量的确定		
16	0	2	2	2	氨基酸模式及限制氨基酸		
17	0	2	2	3	血糖生成指数		

职业（工种）名称					营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
18	0	2	2	4	氯的生理功能		
19	0	2	2	5	氯的膳食参考摄入量及主要食物来源		
20	0	2	2	6	铜的生理功能		
21	0	2	2	7	铜的膳食参考摄入量及主要食物来源		
22	0	2	2	8	铬的生理功能		
23	0	2	2	9	铬的膳食参考摄入量及主要食物来源		
24	0	2	2	10	钼的生理功能		
25	0	2	2	11	钼的膳食参考摄入量及主要食物来源		
26	0	2	2	12	钴的生理功能		
27	0	2	2	13	钴的膳食参考摄入量及主要食物来源		
28	0	2	2	14	氟的生理功能		
29	0	2	2	15	氟的膳食参考摄入量及主要食物来源		
30	0	2	2	16	烟酸的生理功能		
31	0	2	2	17	烟酸的膳食参考摄入量及主要食物来源		
32	0	2	2	18	人体水平衡及其调节		
	0	2	3		各类人群营养知识	3	
33	0	2	3	1	老年人生理及代谢改变		
34	0	2	3	2	老年人能量和宏量营养素的需要		
35	0	2	3	3	老年人矿物质需要		
36	0	2	3	4	老年人维生素需要		
37	0	2	3	5	高血压病人能量和宏量营养素的需要		
38	0	2	3	6	高血压病人膳食纤维的需要		
39	0	2	3	7	高血压病人维生素和矿物质的需要		
40	0	2	3	8	血脂异常病人能量和宏量营养素的需要		
41	0	2	3	9	血脂异常病人维生素和矿物质的需要		
42	0	2	3	10	糖尿病病人能量和宏量营养素的需要		
43	0	2	3	11	糖尿病病人膳食纤维的需要		

职业（工种）名称					营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
44	0	2	3	12	糖尿病病人维生素和矿物质的需要		
	0	2	4		食物营养与食品安全	3	
45	0	2	4	1	酒中的营养与非营养成分		
46	0	2	4	2	茶叶中的营养与非营养成分		
47	0	2	4	3	高血压病人食谱设计与膳食管理原则		
48	0	2	4	4	血脂异常病人食谱设计与膳食管理原则		
49	0	2	4	5	糖尿病病人食谱设计与膳食管理原则		
50	0	2	4	6	保健食品卫生要求		
51	0	2	4	7	食物中毒报告的要求和注意事项		
52	0	2	4	8	法定报告单位和应急对策		
53	0	2	4	9	餐饮业食品与原料采购的卫生要求		
54	0	2	4	10	餐饮业食品与原料运输的卫生要求		
55	0	2	4	11	餐饮业食品与原料储存的卫生要求		
	0	2	5		公共营养基础理论和方法	3	
56	0	2	5	1	新型膳食调查方法与工具		
57	0	2	5	2	实验室指标与评价		
58	0	2	5	3	一般老年人膳食指南		
59	0	2	5	4	高龄老年人膳食指南		
60	0	2	5	5	素食人群膳食指南		
61	0	2	5	6	应用 DRIs 评价个体摄入量		
62	0	2	5	7	应用 DRIs 评价群体摄入量		
63	0	2	5	8	用膳食营养素参考摄入量作为个体计划膳食		
64	0	2	5	9	用膳食营养素参考摄入量作为群体计划膳食		
65	0	2	5	10	营养改善项目		
66	0	2	5	11	项目评价		
	0	2	6		营养教育和健康促进	3	
67	0	2	6	1	健康传播理论		

职业（工种）名称					营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
68	0	2	6	2	行为改变理论		
69	0	2	6	3	高血压的膳食预防		
70	0	2	6	4	血脂异常的膳食预防		
71	0	2	6	5	糖尿病的膳食预防		
72	0	2	6	6	便秘病人的膳食预防		
73	0	2	6	7	营养干预的场所和程序		
74	0	2	6	8	社区营养干预措施选择的原则和方法		
	0	2	7		相关法律法规标准知识	2	
76	0	2	7	1	《中华人民共和国食品安全法》相关知识		
77	0	2	7	2	《食品营养强化剂使用标准》相关知识		
78	0	2	7	3	《保健食品管理办法》相关知识		
79	0	2	7	4	《餐饮服务安全管理规定》相关知识		
80	0	2	7	5	《餐饮服务食品安全监督管理办法》相关知识		
	1				膳食调查和评价	6	
	1	1			食物摄入量调查	2	
3	1	1	0	1	膳食调查法基础知识	5	
	1	1	1		食物频率法基本要求和要点	1	
81	1	1	1	1	食物频率法概念		
82	1	1	1	2	食物频率法调查表的设计原则和内容要点		
83	1	1	1	3	食物频率法的技术要点		
84	1	1	1	4	食物频率法调查的步骤与方法		
	1	1	2		进行群体膳食调查的基本要求和要点	1	
85	1	1	2	1	群体定性频率法膳食调查数据特点		
86	1	1	2	2	食物消费率的计算		
87	1	1	2	3	人群归类与摄入频率的折算方法		
	1	2			营养素摄入量计算	2	

职业（工种）名称					营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
	1	2	1		定性资料分析相关知识	1	
88	1	2	1	1	定性资料分析的基本方法		
89	1	2	1	2	定性资料的分析过程		
90	1	2	1	3	个体食物频率法定性计算与评价		
	1	2	2		定量法数据特点和计算相关知识	1	
91	1	2	2	1	定量频率法膳食调查资料和数据		
92	1	2	2	2	定量资料的计算方法		
93	1	2	2	3	定量法技术要点		
	1	3			膳食营养分析和评价	2	
	1	3	1		群体膳食评价方法和用途	1	
94	1	3	1	1	定性和定量数据的结果分析		
95	1	3	1	2	膳食营养素参考摄入量的综合应用方法		
96	1	3	1	3	膳食营养调查结果分析与评价步骤		
	1	3	2		统计学相关知识	1	
97	1	3	2	1	统计学基本概念		
98	1	3	2	2	数据收集和整理方法		
99	1	3	2	3	统计分析方法		
100	1	3	2	4	食物频率法调查报告撰写的基本步骤		
	2				人体营养状况测定和评价	9	
	2	1			体格测量	2	
4	2	1	0	1	不同人群体格测量方法	5	
	2	1	1		体成分分析仪的使用方法及指标解读	1	
101	2	1	1	1	体成分分析仪的概念及种类		
102	2	1	1	2	体成分分析仪的作用		
103	2	1	1	3	体成分分析仪使用准备工作		
104	2	1	1	4	体成分分析仪测量方法		
105	2	1	1	5	体成分分析仪测量指标解读		
	2	1	2		测量误差控制知识	1	

职业（工种）名称					营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
106	2	1	2	1	测量误差的分类及控制的意义		
107	2	1	2	2	控制误差的策略		
108	2	1	2	3	系统误差及控制		
109	2	1	2	4	偶然误差及控制		
	2	2			体格状况分析与评价	5	
	2	2	1		老年人营养不良相关知识	2	
110	2	2	1	1	常见的老年人营养问题		
111	2	2	1	2	维生素缺乏		
112	2	2	1	3	蛋白质缺乏		
113	2	2	1	4	脂肪缺乏		
114	2	2	1	5	微量元素缺乏		
	2	2	2		老年人营养不良风险评估方法	2	
115	2	2	2	1	饮食调查评估		
116	2	2	2	2	体格类型评估		
117	2	2	2	3	实验室指标评估		
118	2	2	2	4	功能评估		
	2	2	3		体适能相关知识	1	
119	2	2	3	1	体适能的定义及分类		
120	2	2	3	2	健康体适能标准		
121	2	2	3	3	技能体适能标准		
122	2	2	3	4	体适能与健康的关系		
	2	3			常见检测项目指标解读	2	
	2	3	1		营养相关血液指标的正常值及意义	1	
123	2	3	1	1	血常规指标及正常值范围		
124	2	3	1	2	血常规指标变化的临床意义		
125	2	3	1	3	血中维生素检测指标及意义		
126	2	3	1	4	血中矿物质检测指标及意义		
	2	3	2		常见营养相关尿液指标的正常值及意义	1	

职业（工种）名称					营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
127	2	3	2	1	尿常规指标及测定的意义		
128	2	3	2	2	尿液的正常颜色及异常的临床意义		
129	2	3	2	3	尿液相对密度的正常参考值范围及异常的临床意义		
130	2	3	2	4	正常尿液的 PH 值范围及异常的临床意义		
	3				膳食设计和评估	6	
	3	1			食物选购和评价	2	
5	3	1	0	1	营养素的质量评价	5	
	3	1	1		三大营养素的质量评价	1	
131	3	1	1	1	蛋白质的质量评价指标		
132	3	1	1	2	脂肪和碳水化合物的质量评价指标		
	3	1	2		营养强化食品相关知识	0.5	
133	3	1	2	1	食品营养强化的概念		
134	3	1	2	2	营养强化的意义和类型		
	3	1	3		膳食营养素补充剂相关知识	0.5	
135	3	1	3	1	营养素补充剂的种类		
136	3	1	3	2	营养素补充剂的作用		
	3	2			食谱设计	2	
	3	2	1		老年人食谱设计中应注意的关键点	0.5	
137	3	2	1	1	老年人食物选择原则		
138	3	2	1	2	老年人膳食指导和营养状况评价要点		
	3	2	2		超重和肥胖干预方法和原则	0.5	
139	3	2	2	1	超重和肥胖干预方法		
140	3	2	2	2	超重和肥胖干预原则		
	3	2	3		“三高”人群的膳食指导	0.5	
141	3	2	3	1	高血压、血脂异常人群的膳食指导		
142	3	2	3	2	糖尿病人群的膳食指导		
	3	2	4		不同便秘原因和食疗方案	0.5	

职业（工种）名称					营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
143	3	2	4	1	常见的便秘原因		
144	3	2	4	2	常用的饮食治疗便秘方法		
	3	3			膳食制作和指导	2	
	3	3	1		高龄老人的饮食原则	1	
145	3	3	1	1	高龄老人的饮食特点及食材选择		
146	3	3	1	2	高龄老人食谱设计原则		
	3	3	2		膳食纤维，益生菌相关知识	0.5	
147	3	3	2	1	膳食纤维基础知识		
148	3	3	2	2	益生菌基础知识		
	3	3	3		体重管理相关知识	0.5	
149	3	3	3	1	体重管理核心知识		
150	3	3	3	2	不同人群的体重管理要点		
	4				营养教育和咨询	6	
	4	1			营养教育	3	
6	4	1	0	1	营养健康传播材料的制作和使用知识	5	
	4	1	1		健康传播材料的制作和使用原则	1	
151	4	1	1	1	健康传播材料种类		
152	4	1	1	2	健康传播材料受众分析		
153	4	1	1	3	健康传播材料的制作原则		
154	4	1	1	4	健康传播材料的使用原则		
	4	1	2		讲演的基本要领	2	
155	4	1	2	1	演讲者应具备的心理素质		
156	4	1	2	2	准备阶段和演讲准备技巧		
157	4	1	2	3	演讲阶段的有声语言技巧		
158	4	1	2	4	演讲阶段的非语言技巧		
159	4	1	2	5	演讲的开场白和结束语技巧		
	4	2			营养咨询	3	
	4	2	1		群体咨询方案制定和技巧	1	
160	4	2	1	1	群体咨询方案制定流程		

职业（工种）名称					营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
161	4	2	1	2	群体咨询形式		
162	4	2	1	3	群体咨询倾听和重述技巧		
163	4	2	1	4	群体咨询澄清和总结技巧		
	4	2	2		社区走访和咨询技巧	1	
164	4	2	2	1	社区走访的目的和对象		
165	4	2	2	2	社区走访的方式和内容		
166	4	2	2	3	社区走访的制度和意义		
167	4	2	2	4	社区咨询技巧		
	4	2	3		网络传播注意事项	1	
168	4	2	3	1	网络传播方法		
169	4	2	3	2	网络传播要点		
170	4	2	3	3	网络安全		
	5				社区营养管理	6	
	5	1			营养与健康信息收集	3	
7	5	1	0	1	公共卫生突发事件的处理方法	5	
	5	1	1		公共卫生突发事件相关知识	1	
171	5	1	1	1	公共卫生突发事件的定义		
172	5	1	1	2	公共卫生突发事件的应急对策与预案		
173	5	1	1	3	公共卫生突发事件的上报体系及程序		
174	5	1	1	4	食品相关公共卫生突发事件的分类		
175	5	1	1	5	食品相关公共卫生突发事件的处理		
	5	1	2		疾病-膳食-遗传-环境相关知识	1	
176	5	1	2	1	疾病与膳食的关系		
177	5	1	2	2	疾病与遗传的关系		
178	5	1	2	3	疾病与环境的关系		
	5	1	3		档案管理软件的使用方法	1	
179	5	1	3	1	常见的档案管理软甲		
180	5	1	3	2	档案管理软件的基本功能		

职业（工种）名称					营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
181	5	1	3	3	档案管理软件的使用步骤		
	5	2			营养干预	3	
	5	2	1		社区健康促进	1	
182	5	2	1	1	社区健康促进的定义和主要内容		
183	5	2	1	2	社区健康促进工作的重点		
184	5	2	1	3	社区诊断的概念和内容		
185	5	2	1	4	社区诊断的程序		
	5	2	2		营养干预方案设计和实施要点	2	
186	5	2	2	1	营养干预方案的基本内容		
187	5	2	2	2	营养干预方案制定的原则和要求		
188	5	2	2	3	方案实施相关要点		
189	5	2	2	4	营养干预的形成评价与过程评价		
190	5	2	2	5	营养干预的效果评价		
	6				培训与指导	3	
	6	1			培训	1	
8	6	1	0	1	培训基础知识	5	
	6	1	1		教学法相关知识	1	
191	6	1	1	1	教学法概念		
192	6	1	1	2	教学法构成		
193	6	1	1	3	常用的教学法		
194	6	1	1	4	教学法的意义		
195	6	1	1	5	参与式培训的概念和形式		
196	6	1	1	6	参与式培训的特点和技巧		
	6	2			指导	2	
	6	2	1		实习指导方法	1	
197	6	2	1	1	实习指导的意义		
198	6	2	1	2	实习指导基本环节和注意事项		
	6	2	2		案例教学法	1	

职业（工种）名称					营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	细目点代码				名称·内容	分数系数	备注
	章	节	目	点			
199	6	2	2	1	案例教学法常用模式		
200	6	2	2	2	案例教学法实施要点		

营养师（公共营养师）（二级）

操作技能考核要素细目表

职业（工种）名称				营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	考核点代码			名称·内容	备注	
	项目	单元	细目			
	1			膳食调查和评价	10 分	
	1	1		食物摄入量调查	10	
1	1	1	1	能用食物频率法进行膳食调查		
2	1	1	2	能开展群体膳食营养调查		
3	1	1	3	能整理和分析膳食调查数据		
	1	2		营养素摄入量计算	10	
4	1	2	1	能用频率法资料计算食物和营养素摄入量		
5	1	2	2	能计算群体膳食营养素摄入量		
6	1	2	3	能评估膳食营养素摄入量与膳食标准的符合程度		
	1	3		膳食营养分析与评价	10	
7	1	3	1	能对群体的膳食能量和营养素摄入状况进行分析和评价		
8	1	3	2	能撰写群体评价报告		
9	1	3	3	能基于膳食评价结果提出营养改进建议		
	2			人体营养状况测定和评价	20 分	
	2	1		体格测量	10	
10	2	1	1	能应用体成分分析仪		
11	2	1	2	能测量握力		
12	2	1	3	能进行体格测量方法的校正和核准		
	2	2		体格状况分析与评价	10	
14	2	2	1	能评估老年人营养不良风险		
15	2	2	2	能对个体的运动能力进行评估		
16	2	2	3	给出合理的营养建议		

职业（工种）名称				营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	考核点代码			名称·内容		备注
	项目	单元	细目			
	2	3		常见检测项目指标解读		10
17	2	3	1	能判断营养相关血液指标是否正常		
18	2	3	2	能判断常见营养相关尿液指标是否正常		
19	2	3	3	能识别和评估老年人衰弱		
	3			膳食设计和评估		35 分
	3	1		食物选购和评价		10
20	3	1	1	能评价和选购特殊类食品		
21	3	1	2	能评价和选购膳食营养素补充剂		
22	3	1	3	能识别和选择符合食品安全标准的食品		
	3	2		食谱设计		15
23	3	2	1	能设计老年人一周食谱		
24	3	2	2	能设计低能量、低脂肪、低血糖生成指数等调整膳食的食谱		
25	3	2	3	能编制缓解便秘的一周膳食		
	3	3		膳食制作和指导		10
26	3	3	1	能制作老年餐		
27	3	3	2	能制作高纤维膳食		
28	3	3	3	能设计体重管理方案		
	4			营养教育和咨询		20 分
	4	1		营养教育		10
29	4	1	1	能制作营养健康传播材料		
30	4	1	2	能进行膳食营养科普讲演和健康动员		
31	4	1	3	能设计和组织营养健康宣传活动		
	4	2		营养咨询		10
32	4	2	1	能完成老年群体营养咨询和指导		
33	4	2	2	能开展社区现场咨询和网络咨询		
34	4	2	3	能评估营养咨询的效果并进行必要的调整		

职业（工种）名称				营养师(公共营养师)	等级	二级
序号	考核点代码			名称·内容		备注
	项目	单元	细目			
	5			社区营养管理		10 分
	5	1		营养与健康信息收集		10
35	5	1	1	能收集营养与健康相关突发和特殊事件的信息并上报		
36	5	1	2	能进行健康相关危险因素初步分析		
37	5	1	3	能建立营养与健康档案数据库		
	5	2		营养干预		10
38	5	2	1	能对营养干预项目的数据进行初步分析和评价		
39	5	2	2	能组织干预项目的实施		
40	5	2	3	能参与营养干预的过程评价和效果评价		
	6			培训与指导		5 分
	6	1		培训		5
41	6	1	1	能培训四级/中级工、三级/高级工		
42	6	1	2	能制定和优化营养培训计划和课程内容		
43	6	1	3	能评估和改进培训项目的效果		
	6	2		指导		5
44	6	2	1	能指导四级/中级工、三级/高级工进行业务学习		
45	6	2	2	能评估和反馈业务学习成果		
46	6	2	3	能运用案例教学法进行业务指导		

公共营养师（二级） 综合评审要素细目表

职业（工种）名称			公共营养师	等级	二级
序号	评审点代码		名称·内容		备注
	单元	细目			
	1		申报材料综合评审		
1	1	1	背景材料评价		
2	1	2	工作技术小结内容评价		
3	1	3	工作技术小结撰写格式评价		
	2		个人技术答辩		
4	2	1	工作业绩答辩		
5	2	2	复杂人群膳食调查技术攻关		
6	2	3	深度体格测量与多指标营养风险评估		
7	2	4	多重健康需求的个性化膳食设计与评估		
8	2	5	大型社区营养干预项目的技术管理与创新		
9	2	6	营养相关检测指标的深度判读与干预策略制定		
10	2	7	复杂膳食制作工艺的改良与攻关		
11	2	8	食品质量与安全相关法规的综合管理		
12	2	9	社区营养管理的信息化和大数据应用		
13	2	10	大规模群体膳食与营养素摄入分析的质量控制		
14	2	11	营养教育与科普传播方式的创新		
	2		口头表述能力		
20	2	1	清晰的专业思维与条理化表达		
21	2	2	复杂问题的深入浅出与案例说明		
22	2	3	时间管理与数据化表达		

职业技能等级认定

理论知识(公共营养师_技师/二级)_第 1 套

题型	一	二	三	四	总分
配分	150	299	150	60	659
得分					

一、判断题(共 150 题、每题 1 分，合计 150 分)

- 1) 《中华人民共和国食品安全法》于 2020 年首次颁布实施。()
- 2) 钴是维生素 B12 的组成部分，参与蛋白质生物合成和叶酸贮存等生命活动。()
- 3) 膳食治疗肥胖的原则是在保证机体对蛋白质及其他各种营养素需要的基础上，维持能量摄入与消耗的平衡状态。()
- 4) 使用生物电阻抗法(BIA)进行体成分分析前，受试者需空腹或餐后 2h 测量，且需避免剧烈运动、大量饮水或高温脱水等情况，以确保测量结果的准确性。()
- 5) 营养干预的形成评价侧重于方案设计的科学性与可行性，过程评价关注实施过程的质量控制。()
- 6) 科学权威的信息是网络传播的基础，能有效提升公众信任和传播效果。()
- 7) 食物频率法膳食调查中需将食物折算成相同的进食次数单位后，才可以对不同年龄人群某类食物的消费频率进行比较。()
- 8) 营养干预方案的制定应遵循科学性、针对性、可行性和经济性等基本原则。()
- 9) 采取极低热量饮食能有效、长期地让超重和肥胖人群控制体重。()
- 10) 柔韧性属于体适能中的技能相关体适能范畴。()
- 11) 糖尿病患者应避免摄入过多碳水化合物，尤其是全谷物和杂豆类食物，以控制血糖水平。()
- 12) 能量和蛋白质的 EAR 和 RNI 相等。()
- 13) 膳食营养素参考摄入量(DRIS)可以用于为群体计划膳食。()
- 14) 增加膳食纤维摄入、多饮水和适量运动是预防便秘的重要措施。()
- 15) 严格素食者需要通过强化食品或补充剂获取维生素 B12。()
- 16) 健康的体重管理方案应保证每周体重减轻 2-3kg，以迅速达到理想体重。()
- 17) 社区营养管理和营养干预工作中，营养干预的场所分全市性干预和社区干预。()
- 18) 老年人食物要粗细搭配、松软、易于消化吸收。()
- 19) 高龄老人应避免富含膳食纤维的食物，以减少肠道负担。()
- 20) 公共卫生突发事件可以由基层单位根据需要选择性上报。()
- 21) 益生菌具有调节肠道菌群平衡、促进肠道免疫功能的作用，摄入适量对人体健康有

- 益。 ()
- 22) 档案管理软件的使用步骤中, 录入档案信息可以在完成所有分类和检索设置之后进行。 ()
- 23) 参与式培训是一种强调学员主动参与、互动交流和经验分享的培训方法。 ()
- 24) 参与式培训以学生为中心。 ()
- 25) 糖尿病病人食谱设计应严格控制碳水化合物的摄入量, 完全避免所有糖类食物。 ()
- 26) 维生素 D 缺乏仅导致骨质疏松, 不影响肌肉功能。 ()
- 27) 根据《餐饮服务食品安全监督管理办法》, 餐饮服务提供者应当建立并执行从业人员健康管理制度, 确保所有接触直接入口食品的工作人员持有有效的健康证明。 ()
- 28) 行为改变理论中的跨理论模型将行为改变过程分为 3 个阶段。 ()
- 29) 最大摄氧量(VO2MAX)是评价心肺耐力最直接且常用的实验室金标准。 ()
- 30) 营养教育和健康促进中, 健康传播理论强调通过单向传播模式(如讲座)即可有效改变人们的饮食行为。 ()
- 31) 社区健康促进强调的是个体健康行为的改变, 不涉及环境和政策层面的支持。 ()
- 32) 营养素补充剂可以在膳食无法满足身体需要时起到辅助作用。 ()
- 33) 老年人对钙的需求量高于成年人, 每日推荐摄入量为 2000mg。 ()
- 34) 比喻性语言是指在现实的基础上对某些事情的特征艺术性地扩大或缩小的语言技巧。 ()
- 35) 功能评估是营养状况评价的重要组成部分, 包括肌肉力量、心肺功能等指标的测定。 ()
- 36) 网络推文最适合用于社区健康宣讲现场的视觉展示。 ()
- 37) 成人膳食钼的推荐摄入量为 50mg/d。 ()
- 38) 牛奶和蔬菜中含铜量较丰富。 ()
- 39) 膳食调查结果分析时, 计算食物摄入量时需要将生熟比和可食部比例考虑在内。 ()
- 40) 社会主义职业道德排斥合理的个人利益。 ()
- 41) 血脂异常病人需要增加维生素 E 的摄入以降低低密度脂蛋白胆固醇的氧化风险。 ()
- 42) 营养改善项目的主要目标是通过各种营养改善手段, 引导食物消费, 优化膳食模式, 促进健康的生活方式, 全面改善居民的营养状况, 预防和纠正与营养相关的疾病。 ()
- 43) 案例教学法中选择案例时应考虑其专业性和复杂性。 ()
- 44) 二级营养师应具备指导初级人员业务的能力。 ()
- 45) 蛋白质的消化率指食物蛋白质被消化吸收后在体内被利用的程度。 ()

- 46) 钙有利尿作用，有降压效果，摄入富含钙的食物能减少患高血压病的可能。（ ）
- 47) 定量频率法调查结果不需要结合食物成分表计算营养素摄入量。（ ）
- 48) 预防与应急处理公共卫生突发事件，包括平时的预防和战时的处理两方面。（ ）
- 49) 社区营养师在走访过程中可以采用观察、问卷、访谈等多种方式，全面了解居民的健康状况和营养需求。（ ）
- 50) 血液或尿液中的某些营养素生物标志物，可用于客观验证自报式膳食调查数据的真实性。（ ）
- 51) 食物频率法问卷设计的核心是确定食物名单和食用频率，食物名单的制定需根据调查目的，选择经常食用、富含目标营养素或个体间摄入差异大的食物。（ ）
- 52) 老年人脂肪摄入过少会影响必需脂肪酸的摄入和脂溶性维生素的吸收，因此老年人膳食脂肪的供能比不应低于 20%。（ ）
- 53) 成人膳食铁的推荐摄入量为 $60 \mu\text{g/d}$ 。（ ）
- 54) 技能体适能标准主要评估与健康相关的身体素质。（ ）
- 55) 感觉器官是指分布于体表和组织内部的一些感受机体内、外环境变化的结构和装置。（ ）
- 56) 质量控制应贯穿于整个营养干预方案的实施过程，这是保证所进行活动获得应有效果的关键。（ ）
- 57) 不同时期的道德发展道路具有统一模式。（ ）
- 58) 教学法是指在教学过程中教师为实现教学目标而采取的有目的、有计划的教学方式和手段的总称。（ ）
- 59) 网络环境下，营养师无需考虑信息保密性，只需专注于内容传播效果。（ ）
- 60) 体适能是指人体在完成体力活动时表现出的综合能力，包括健康体适能和技能体适能。（ ）
- 61) 测量误差可以分为系统误差和随机误差两大类。（ ）
- 62) 精准了解受众特征有助于制定有针对性的传播策略，提升传播效果。（ ）
- 63) 网络传播方法能够提高营养信息的覆盖率和传播效率。（ ）
- 64) 计算个体在过去一年的食物消费频率，可以定性评价食物消费的多少。（ ）
- 65) 血清总蛋白是诊断隐性缺铁性贫血最好、最可靠的指标。（ ）
- 66) 中国营养学会推荐我国成人氟的适宜摄入量为 1.3mg/d 。（ ）
- 67) 改革开放促进了社会主义职业道德体系的完善。（ ）
- 68) 评价老年人营养状况需要特别关注 BMI 是否在正常范围之内。（ ）
- 69) 自信意识是指以引起别人注意为满足的一种心理需求。（ ）
- 70) 演讲过程中恰当的眼神交流有助于增强与听众的互动和信任。（ ）
- 71) 氯的膳食参考摄入量(AI)成人为 2300mg/d 。（ ）

- 72) 群体营养咨询方案制定时,应在营养师专业判断的基础上,结合目标人群的营养需求和特点安排内容,以提高干预效果。()
- 73) 采购定型包装食品时,必须仔细查看包装标识或者产品说明书是否符合相关规定。()
- 74) 食物频率法调查报告撰写的基本步骤中,首先需要收集被调查对象过去 24 小时内的食物消费情况。()
- 75) 合理饮食是治疗老年人便秘的良方。()
- 76) 方差是度量数据分散性的一种方法,其数值等于各数据与均值距离的平方数的平均值。()
- 77) 社区诊断的内容包括创造健康支持环境。()
- 78) 血小板计数升高可能提示存在慢性炎症或恶性肿瘤。()
- 79) 只要保证每天摄入固定量的水分,就能维持人体水平衡。()
- 80) 社区健康促进工作的重点包括提高居民健康意识和改善社区环境。()
- 81) 糖尿病人群的膳食指导原则是禁止摄入碳水化合物。()
- 82) 维生素 A 缺乏会导致夜盲症和干眼症。()
- 83) 健康传播材料应根据受众的文化背景、年龄和教育水平进行个性化设计。()
- 84) 血脂异常患者为控制血脂,应严格限制所有脂肪的摄入。()
- 85) 形成评价的指标一般包括计划的科学性、政策的支持性、技术上的适宜性、目标人群对策略和活动的接受程度等。()
- 86) 微型营养评价简表(MNA-SF)主要用于老年人的营养不良风险评估。()
- 87) 应用 DRIs 评价个体营养素摄入量时,需要至少收集 3 天的膳食记录数据。()
- 88) 职业道德评价活动对职业行为不具有调节作用。()
- 89) 膳食纤维可延缓葡萄糖吸收,降低糖尿病患者餐后血糖水平。()
- 90) 尿液相对密度低于 1.010 仅见于大量饮水后,无病理意义。()
- 91) 弥补天然食品的营养缺陷是指补充食品在加工、储存、运输过程中营养素的损失。()
- 92) 营养改善项目评价需要关注是否按预定程序进行管理,但无法评估是否达到预期目标。()
- 93) 健康传播材料的制作不需要考虑受众的文化背景。()
- 94) 体成分分析仪可以直接测量血液中的维生素和矿物质含量。()
- 95) 定性资料分析的第一步是数据收集和整理,确保资料的完整性和准确性。()
- 96) 计算食物消费率时,调味品的消费量不需要纳入统计范围。()
- 97) 膳食结构不合理可能是导致高血压、糖尿病等慢性病的重要因素之一。()
- 98) 教学法由教师、学员和知识三个基本要素构成。()

- 99) 高龄老人膳食在设计时, 应将主食全部更换为粗粮。 ()
- 100) 《餐饮服务安全管理规定》要求餐饮单位必须设立独立的餐饮具洗刷消毒室, 并配备消毒、洗刷、保洁设备。 ()
- 101) 社区走访的主要目的是推广医院营养门诊服务。 ()
- 102) 营养调查中, 偶然误差主要由测量工具的系统性偏差引起, 通过增加测量次数即可完全消除。 ()
- 103) 体成分分析仪只能通过生物电阻抗法(BIA)测量人体脂肪含量, 无法评估肌肉量、骨矿物质等其他体成分指标。 ()
- 104) 体成分分析仪可以测量人体脂肪含量、肌肉含量和水分含量等指标。 ()
- 105) 定性资料的统计推断通常采用卡方检验或 t 检验。 ()
- 106) 膳食中摄入过多的反式脂肪酸会降低血液中的低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C), 从而减少心血管疾病的风险。 ()
- 107) 茶多酚是茶叶中的主要营养成分, 具有抗氧化作用。 ()
- 108) 常用的教学法包括讲授法、讨论法、案例教学法和角色扮演法等多种形式。 ()
- 109) 老年人由于消化吸收功能减退, 蛋白质合成效率下降, 因此每日蛋白质的推荐摄入量应低于成年人。 ()
- 110) 目前我国的营养素补充剂特指维生素。 ()
- 111) 鲜乳、酸乳、奶油应置于 0℃的冷库中保存。 ()
- 112) 因肌肉量减少、器官功能减退, 老年人基础代谢率显著降低。 ()
- 113) 血清铁蛋白是反映机体铁贮存状况的敏感指标, 其水平降低提示铁缺乏。 ()
- 114) 社区走访制度有助于增强社区居民对公共营养服务的认同感和参与度。 ()
- 115) 幼儿期和学龄儿童在体重管理时应以保证正常生长发育为前提, 适当控制能量摄入和加强体力活动。 ()
- 116) 80 岁以上高龄老年人每日蛋白质摄入量应达到 1.2-1.5g/kg 体重。 ()
- 117) 生乳应低温运输, 运输前生乳先进行冷却, 一般以 0℃-4℃为宜。 ()
- 118) 血清白蛋白的半衰期约为 18-20 天, 是评估蛋白质营养状况的常用指标。 ()
- 119) 案例教学法常用模式包括情境案例分析、问题解决和角色扮演等多种形式。 ()
- 120) 高血压的发生与个人生活方式密切相关, 与遗传因素无关。 ()
- 121) 保健食品的标签和说明书必须标明“本品不能代替药物”的提示语。 ()
- 122) 记账法调查中, 调味品的摄入量可以通过称重法获得准确数据。 ()
- 123) 皮褶厚度测量法可以直接反映内脏脂肪的堆积情况。 ()
- 124) 老年人对蛋白质的需求量随着年龄增长而减少。 ()
- 125) 群体咨询不适合处理个别复杂的营养问题, 因此不推荐在公共营养服务中使用。 ()

- 126) 糖尿病病人因代谢紊乱和饮食限制, 易出现维生素和矿物质缺乏, 需针对性补充以满足营养需求。 ()
- 127) 中毒人数超过 10 人的, 应当于 6h 内报告同级人民政府和上级人民政府卫生行政部门。 ()
- 128) 使用体质指数 (BMI) 可以全面准确地评估个体的体脂分布和肌肉含量。 ()
- 129) 食物频率法适用于评估个体每日营养素摄入量的精确计算。 ()
- 130) 在任何情况下, 干预措施与所解决问题的可行性是选择营养干预措施的最重要原则。 ()
- 131) 群体定性频率法膳食调查数据可以反映个体每日营养素摄入量的精确值。 ()
- 132) 肾脏是泌尿系统中唯一具有排泄功能的器官。 ()
- 133) 群体营养咨询中, 倾听与重述技巧仅适用于个别交流情境, 在群体场合并无实际作用。 ()
- 134) 档案管理软件不仅可记录客户基本信息, 还能系统地记录营养评估、干预计划、随访记录等全过程信息。 ()
- 135) 钴是人体必需微量元素, 主要通过维生素 B12 的形式发挥生理功能。 ()
- 136) 糖尿病患者的能量需求需严格统一降低, 以避免血糖波动。 ()
- 137) 保健食品生产对原料的特殊卫生要求体现在原料应当符合特定纯度及功效成分要求。 ()
- 138) 减少钠盐的摄入可以有效预防高血压的发生。 ()
- 139) 血糖生成指数是衡量食物中碳水化合物对血糖水平影响的唯一指标。 ()
- 140) 营养师在为糖尿病患者设计营养干预方案时, 发现传统控糖方法效果不佳, 此时应优先推荐最新上市降糖药。 ()
- 141) 以玉米为主食的人群容易发生癞皮病。 ()
- 142) 社区咨询过程中, 积极倾听居民的表达有助于建立信任关系。 ()
- 143) 档案管理软件能够有效提升营养师对客户资料的管理效率。 ()
- 144) 膳食纤维主要存在于动物性食物中, 如肉类和乳制品。 ()
- 145) 钼可预防动脉硬化。 ()
- 146) 烟酸参与葡萄糖耐量因子的组成, 其主要作用是增强胰岛素敏感性。 ()
- 147) 卡方检验只能用于分析定性变量之间的关联性, 不能用于比较组间构成比的差异。 ()
- 148) 为个体计划膳食时, 若某营养素的摄入量达到 RNI, 可以认为该摄入量满足该个体 97%-98% 的需要量。 ()
- 149) 发生食物中毒的单位和接收治疗食物中毒患者的各级各类卫生机构, 是法定食物中毒报告单位。 ()

150) 定性资料和定量资料的区别主要在数据、分析方法和目的几方面。()

二、单选题(共 299 题、每题 1 分, 合计 299 分)

1) 档案管理软件的使用过程中,() 是确保档案安全的关键步骤。

- (A) 导入档案 (B) 数据统计分析 (C) 设置用户权限和访问控制 (D) 打印档案列表

2) 能有效辅助降压的矿物质组合是()。

- (A) 铁和锌 (B) 硒和铜 (C) 钾和镁 (D) 钙和磷

3) 社区诊断的内容不包括()。

- (A) 社会人口学诊断 (B) 流行病学诊断 (C) 创造健康支持环境 (D) 管理和政策诊断

4) () 最能说明环境与疾病的关系。

- (A) 运动习惯改变 (B) 家庭遗传史 (C) 营养不良 (D) 空气污染对呼吸系统疾病的影响

5) 为群体计划膳食时, 评估营养素摄入不足风险应主要依据()。

- (A) EAR 切点法 (B) RNI 达标率 (C) AI 参考值 (D) UL 安全阈值

6) 健康传播材料制作的首要原则是()。

- (A) 科学性 (B) 趣味性 (C) 实用性 (D) 美观性

7) () 在家族中具有较高遗传倾向。

- (A) 细菌性肺炎 (B) 甲状腺炎 (C) 2 型糖尿病 (D) 寄生虫感染

8) () 最适合用于社区宣传活动。

- (A) 专业医学期刊 (B) 网络直播 (C) 电视广告 (D) 健康手册

9) 运输生乳的容器应使用符合国家卫生标准要求的材料制成, 以() 为最好。

- (A) 木桶 (B) 塑料容器 (C) 不锈钢容器 (D) 铁制容器

10) 糖尿病患者补充() 可显著改善胰岛素敏感性。

- (A) 钠 (B) 氟 (C) 磷 (D) 铬

11) 针对 65 岁以上老年人, 每日蛋白质摄入量应比成年人推荐量增加()。

- (A) 5% (B) 10-20% (C) 30%以上 (D) 50%以上

12) 氯含量最少的食物是()。

- (A) 酱油 (B) 咸菜 (C) 青菜 (D) 发酵豆制品

13) 公共卫生突发事件是指突然发生、造成或者可能造成严重社会危害, 需要() 立即处置的危险事件。

- (A) 企业 (B) 医院 (C) 个人 (D) 政府

14) 发生食物中毒或者疑似食物中毒事故的单位 and 食物中毒或者疑似食物中毒患者的收治单位, 应及时按 () 要求, 向所在地卫生行政部门报告发生食物中毒的有关内容。

(A) 食物中毒事故调查报告表 (B) 食物中毒报告登记表 (C) 食物中毒事故个案调查登记表 (D) 食物中毒报告制度

15) 体适能的核心组成部分中, 反映心肺功能的是 ()。

(A) 心肺耐力 (B) 肌肉力量 (C) 身体成分 (D) 反应速度

16) 公共卫生突发事件的应急处理是一项系统工程, 它需要 () 的统一领导和统一指挥, 也需要各部门、各单位的广泛参与, 各负其责, 相互配合。

(A) 企业 (B) 医院 (C) 个人 (D) 政府

17) 预防与应急处理公共卫生突发事件, () 属于平时预防。

(A) 就地处理突发公共卫生事件 (B) 科学地处理突发公共卫生事件 (C) 启动应急预案处理突发公共卫生事件 (D) 做好对突发公共卫生事件的科学监测

18) 能有效改善肠道蠕动的营养素组合是 ()。

(A) 维生素 C 和铁 (B) 饱和脂肪酸和胆固醇 (C) 膳食纤维和水分 (D) 精制糖和蛋白质

19) 高血压患者蛋白质摄入应优先选择 () 作为食物来源。

(A) 猪肉 (B) 加工肉制品 (C) 优质植物蛋白 (D) 动物内脏

20) 在膳食调查中, 能够最可靠地得出食物中各种营养素实际摄入量的方法是 ()。

(A) 24 小时回顾法 (B) 记账法 (C) 化学分析法 (D) 食物频率法

21) 血糖生成指数的定义是 ()。

(A) 食物中碳水化合物的总量与血糖升高的比值 (B) 含 50g 碳水化合物的食物与等量葡萄糖的餐后血糖应答曲线下面积之比 (C) 食物中脂肪含量对血糖的影响程度 (D) 蛋白质消化速度与血糖关系的指标

22) 膳食调查中, 24 小时回顾法属于 () 数据收集方法。

(A) 定性 (B) 定量 (C) 混合 (D) 实验性

23) 《餐饮服务安全管理规定》要求餐饮服务提供者应当建立 ()。

(A) 顾客满意度调查制度 (B) 食品原料进货查验记录 (C) 员工绩效考核制度 (D) 餐厅装修维护档案

24) 烟酸缺乏症的典型临床表现包括皮炎、腹泻和 ()。

(A) 痴呆 (B) 贫血 (C) 水肿 (D) 夜盲症

25) 评估人体维生素 A 营养状况最常用、最可靠的血液学指标是 ()。

(A) 血清视黄醇 (B) 血清 β -胡萝卜素 (C) 血清视黄醇结合蛋白 (D) 全血维生素 A

26) 在新型膳食调查方法中, 通过智能餐具自动记录食物摄入量的技术属于 ()。

- (A) 24 小时回顾法 (B) 传感器辅助称重法 (C) 食物频率问卷 (D) 化学分析法
- 27) 健康体适能的评价指标不包括 ()。
- (A) 心肺耐力 (B) 身体成分 (C) 肌肉力量 (D) 反应速度
- 28) () 的开场方式最有助于引发听众兴趣。
- (A) 列出演讲提纲 (B) 直接说明演讲目的 (C) 讲述一个与主题相关的生动故事 (D) 请求观众保持安静
- 29) () 不属于教学法的意义。
- (A) 帮助教师设计教学活动 (B) 提高课堂互动效果 (C) 促进学生学习兴趣 (D) 保证良好的考试成绩
- 30) 高血压病人应适当食用如玉米、小米、燕麦片等粗粮，能预防 () 沉积所导致的动脉硬化、高血压及心脏病。
- (A) 血糖 (B) 血脂 (C) 胆固醇 (D) 脂肪
- 31) () 不属于参与式培训的典型特点。
- (A) 培训过程中学员主要作为旁观者 (B) 注重学员的实际操作和体验 (C) 强调学员之间的交流与合作 (D) 采用多样化的教学方法
- 32) 葡萄糖耐量因子的组成成分中包括 ()。
- (A) 叶酸 (B) 烟酸 (C) 抗坏血酸 (D) 维生素 E
- 33) () 不是饮食治疗便秘的方法。
- (A) 多食富含粗纤维的蔬菜和水果 (B) 多食富含维生素 B 族的食物 (C) 忌吃辣椒等刺激性食物 (D) 少食干豆
- 34) 能够保护毛发正常的色素和结构的矿物质是 ()。
- (A) 钙 (B) 铁 (C) 铜 (D) 镁
- 35) 形成评价又称为 ()，是一个为计划设计和发展提供信息的过程。
- (A) 需求评估 (B) 过程评价 (C) 中间评价 (D) 可行性评价
- 36) 营养干预实施前，对干预方案的目标、内容、方法和资源进行系统评估属于 ()。
- (A) 终末评价 (B) 效果评价 (C) 形成评价 (D) 结果评价
- 37) 膳食调查中最可能产生系统误差的环节是 ()。
- (A) 随机抽样过程 (B) 数据分析方法 (C) 受试者回忆偏差 (D) 研究报告撰写
- 38) 营养教育中，() 能够促进学员主动思考和表达观点的教学方法。
- (A) 讲授法 (B) 演示法 (C) 讨论法 (D) 演讲法
- 39) 泌尿系统由 ()、输尿管、膀胱及尿道四部分组成。
- (A) 大肠 (B) 胰腺 (C) 前列腺 (D) 肾

- 40) 能量不同于其他营养素，其推荐摄入量直接等同于（ ）。
(A) 推荐摄入量 (RNI) (B) 平均需要量 (EAR) (C) 适宜摄入量 (AI) (D) 可耐受最高摄入量 (UL)
- 41) “开拓创新”在二级营养师层面的要求包括（ ）。
(A) 每年至少发表 1 篇学术论文 (B) 在传统方法基础上优化服务流程 (C) 完全推翻现有营养学理论 (D) 必须取得发明专利
- 42) 养老院营养服务时，发现每周营养餐单存在重复率过高问题，恰当的做法是（ ）。
(A) 全面评估当前餐单的实际问题与可行性 (B) 建议院方聘请更专业的营养师 (C) 允许老人根据喜好点餐 (D) 建议更换餐饮服务团队
- 43) 评价蛋白质-能量营养不良的敏感指标是（ ）。
(A) 血清总蛋白 (B) 血尿素氮 (C) 前白蛋白 (D) 血肌酐
- 44) 营养调查询问蛋类食用量时，采用的单位是“个”，属于（ ）方法，研究者需要提供参考样品，以作为估计食物量的参考。
(A) 定性 (B) 定量 (C) 半定量 (D) 估算
- 45) 氟含量最高的食物是（ ）。
(A) 牛奶 (B) 鸡蛋 (C) 茶叶 (D) 苹果
- 46) 导致功能性便秘的生活方式因素有（ ）。
(A) 定时定量进餐 (B) 适量运动 (C) 精细饮食 (D) 充足饮水
- 47) “腹大如鼓”“气壮如牛”是运用了（ ）。
(A) 夸张性语言 (B) 比喻性语言 (C) 幽默性语言 (D) 重复性语言
- 48) 网络传播过程中，（ ）是确保营养信息科学准确的关键要点。
(A) 提高文章阅读量 (B) 增加转发次数 (C) 严格审核传播内容 (D) 选择与知名博主合作
- 49) （ ）最能体现教学法区别于单一教学技能的特征。
(A) 教学法强调教师语言表达的规范性 (B) 教学法注重课程内容的编排顺序 (C) 教学法主要依赖先进教学设备 (D) 教学法体现为一整套围绕教学目标制定的教学策略
- 50) 定性资料的分析首先应（ ）。
(A) 对资料进行分类 (B) 熟悉资料 (C) 描述数据 (D) 揭示数据之间的差异
- 51) 成年男性红细胞计数正常值为（ ）万/mm³。
(A) 300-400 (B) 350-500 (C) 400-550 (D) 600-700
- 52) 当需要比较三组及以上样本的均值差异时，最合适的统计方法是（ ）。
(A) t 检验 (B) 秩和检验 (C) 相关分析 (D) 方差分析

- 53) 玉米中的烟酸主要为结合型, () 可以提高其利用率。
(A) 高温加热 (B) 加碱处理 (C) 冷藏 (D) 发酵
- 54) 实施案例教学法时, 选择案例的标准不包括 ()。
(A) 贴近学生实际生活 (B) 具有代表性和典型性 (C) 能够激发学生兴趣
(D) 案例内容较复杂
- 55) 老年人最易缺乏的矿物质是 ()。
(A) 钙 (B) 钠 (C) 钾 (D) 磷
- 56) 营养素补充剂最主要的作用是 ()。
(A) 提供全部日常所需营养素 (B) 弥补特定人群膳食中营养素的不足 (C) 替代药物治疗疾病 (D) 增加食物风味
- 57) 益生菌对人体健康的主要作用机制是通过 (), 维持肠道微生态环境稳定。
(A) 调节肠道菌群平衡 (B) 促进胃酸分泌 (C) 抑制消化酶活性 (D) 增加脂肪吸收
- 58) 对超重和肥胖人群进行运动干预时, 最合适的起始运动方式是 ()。
(A) 立即进行高强度间歇训练 (B) 优先选择高冲击力的跳跃运动 (C) 以中低强度有氧运动为主, 逐渐增加强度和时间 (D) 单纯进行力量训练
- 59) 食源性疾病的应急对策中的行政处理包括 ()。
(A) 及时报告当地的卫生行政部门 (B) 救治中毒患者 (C) 对中毒场所的清洁、消毒 (D) 对导致中毒食品的控制
- 60) 鲜蛋的适宜保存条件为 (), 相对湿度为 87%-97%, 可保存 4 个月-5 个月。
(A) -2°C - 2°C (B) 1°C - 5°C (C) -10°C - 0°C (D) 10°C - 30°C
- 61) 糖尿病患者膳食纤维的最佳食物来源是 ()。
(A) 精白米面 (B) 全谷物和豆类 (C) 动物肝脏 (D) 含糖饮料
- 62) () 属于茶叶中的非营养成分。
(A) 维生素 C (B) 氟化物 (C) 咖啡因 (D) 氨基酸
- 63) 体成分分析仪在临床营养评估中的主要作用不包括 ()。
(A) 精确测量内脏脂肪含量及分布 (B) 评估骨矿物质密度及骨质疏松风险 (C) 检测血液中的胆固醇和血糖水平 (D) 分析肌肉量、体脂率及水分分布
- 64) 健康传播材料在设计过程中应特别关注 ()。
(A) 传播者的学历水平 (B) 制作单位的传播途径 (C) 受众者的文化程度和阅读能力 (D) 传播材料的印刷颜色
- 65) 感觉器官是指分布于体表和组织内部的一些感受机体 () 的结构和装置。
(A) 内环境变化 (B) 外环境变化 (C) 内、外环境变化 (D) 是否病变
- 66) 高血压病人应严格限制 () 的摄入。

- (A) 饱和脂肪酸 (B) 单不饱和脂肪酸 (C) 多不饱和脂肪酸 (D) 氨基酸
- 67) 红细胞减少一般见于各种类型的 ()。
- (A) 贫血 (B) 营养不良 (C) 苯中毒 (D) 糖尿病
- 68) 技能体适能评估中，反应时间测试主要测量 ()。
- (A) 肌肉力量 (B) 心肺功能 (C) 神经肌肉反应速度 (D) 柔韧性
- 69) 在定性资料分析中，若期望频数小于 5，应采用的校正方法是 ()。
- (A) 增加样本量 (B) Fisher 确切概率法 (C) 删除该类别 (D) 合并相邻类别
- 70) 为提高食物频率法的准确性，通常需要结合 () 进行验证。
- (A) 称重法 (B) 化学分析法 (C) 24 小时膳食回顾法 (D) 记账法
- 71) 营养干预方案有效性评估应 ()。
- (A) 听取个人感受 (B) 委托专家评估 (C) 跟踪三个月体测数据 (D) 委托机构代评
- 72) 发生食物中毒后，相关单位(如餐饮企业、学校食堂等)应当在 () 小时内向所在地县级卫生行政部门报告。
- (A) 2 (B) 4 (C) 6 (D) 8
- 73) 培训营养师时，使用案例教学法的主要优点是 ()。
- (A) 能够节省教学时间 (B) 可以增加师生互动 (C) 能够增强实际问题解决能力 (D) 能完全替代传统讲授
- 74) 蛋白质缺乏对儿童最直接的影响是 ()。
- (A) 头发变白 (B) 牙齿脱落 (C) 皮肤过敏 (D) 生长发育迟缓
- 75) 社会主义职业道德最本质的特征是 ()。
- (A) 为人民服务宗旨 (B) 市场效益导向 (C) 行业技术标准 (D) 国际通用准则
- 76) 老年人食物选择要粗细搭配、松软、易于消化吸收，避免食用 ()。
- (A) 面包、馄饨 (B) 鸡蛋、牛奶 (C) 腌制食品 (D) 豆制品
- 77) 营养师发现餐饮合作方使用过期原料时应 ()。
- (A) 暂时保持沉默 (B) 口头警告 (C) 更换新鲜原料 (D) 立即终止合作并报备
- 78) 教学实习是一种重要的 () 教学形式，是贯彻理论与实践相结合原则的具体体现。
- (A) 学习 (B) 理论 (C) 科研 (D) 实践
- 79) 评价群体营养素摄入不足风险时，应优先参考的 DRIs 指标是 ()。
- (A) 平均需要量 (EAR) (B) 推荐摄入量 (RNI) (C) 适宜摄入量 (AI) (D) 可耐受最高摄入量 (UL)

- 80) 评价个体营养素摄入量是否充足时,最常参考的 DRIs 指标是 ()。
- (A) 平均需要量 (EAR) (B) 推荐摄入量 (RNI) (C) 适宜摄入量 (AI) (D) 可耐受最高摄入量 (UL)
- 81) 老年人每日蛋白质推荐摄入量为 () g/kg。
- (A) 0.5 (B) 0.8 (C) 1.0-1.2 (D) 1.5-2.0
- 82) 老年人代谢组织的总量随着年龄的增长而减少,与中年人相比老年人基础代谢下降大约 ()。
- (A) 15%-20% (B) 20%-25% (C) 25%-30% (D) 35%-40%
- 83) 向较大范围人群普及营养知识时,最常采用的群体咨询形式是 ()。
- (A) 健康讲座 (B) 座谈交流 (C) 营养门诊 (D) 体检报告解读会
- 84) 日本“水俣病”事件是环境污染致病的经典案例,() 是相关正确描述。
- (A) 镉污染通过食物链进入人体,主要沉积于骨骼,导致骨痛和骨折,即“痛痛病”
(B) 多氯联苯(PCBs)污染导致皮肤氯痤疮、免疫系统功能障碍及潜在的致癌风险
(C) 铅污染影响血红蛋白的合成,并导致儿童认知功能障碍和发育迟缓
(D) 有机汞(甲基汞)在人体内富集,选择性损伤中枢神经系统,尤其对胎儿和婴幼儿造成不可逆的神经损害
- 85) () 是老年人最常见的营养缺乏问题。
- (A) 维生素 C 缺乏导致的坏血病 (B) 蛋白质-能量营养不良 (C) 碘缺乏引起的甲状腺肿
(D) 维生素 B1 缺乏导致的脚气病
- 86) 案例教学法中,() 更强调学生通过扮演角色体验实际情境。
- (A) 情境案例分析 (B) 小组讨论 (C) 问题解决 (D) 角色扮演
- 87) 餐饮服务中必须做到的生熟食品分开是指 ()。
- (A) 使用相同砧板但分时段处理 (B) 存放于同一冰箱不同层
(C) 由同一厨师先后加工 (D) 从储存到加工全程分离
- 88) 道德发展的内在动力主要来源于 ()。
- (A) 社会经济关系的变革 (B) 统治阶级意志强制 (C) 道德主体自身矛盾运动
(D) 外来文化直接输入
- 89) 钴缺乏可能导致 ()。
- (A) 高血压 (B) 巨幼红细胞贫血 (C) 骨质疏松 (D) 甲状腺功能亢进
- 90) 如对某城市中 3-12 岁儿童血浆维生素 A 含量为 $(35.3 \pm 8.1) \mu\text{g/dL}$, 则其中 $35.3 \mu\text{g/dL}$ 为 ()。
- (A) 平均数 (B) 最大值 (C) 最小值 (D) 标准差
- 91) 长期缺钼可能导致 ()。
- (A) 甲状腺肿大 (B) 亚硫酸盐代谢障碍 (C) 夜盲症 (D) 贫血

- 92) 糖尿病病人易缺乏的维生素中, () 与神经病变风险直接相关。
(A) 维生素 B12 (B) 维生素 A (C) 维生素 E (D) 维生素 D
- 93) 保健食品批准文号的有效期为 ()。
(A) 2 年 (B) 3 年 (C) 5 年 (D) 10 年
- 94) 食物频率法调查报告撰写的基本步骤中, 第一步是 ()。
(A) 确定调查目标和人群 (B) 设计食物清单 (C) 收集调查数据 (D) 分析营养素摄入量
- 95) 益生菌可以通过食物或补充剂进入人体, 其中常见的菌属是 ()。
(A) 大肠杆菌 (B) 伤寒杆菌 (C) 铜绿假单胞菌 (D) 乳酸杆菌
- 96) 人体缺乏钴时, 会导致 () 缺乏的相关症状。
(A) 维生素 A (B) 维生素 D (C) 维生素 B₁₂ (D) 钙
- 97) 氯离子在胃液中主要以 () 形式发挥作用。
(A) 氯化钠 (B) 盐酸 (C) 碳酸氢盐 (D) 磷酸盐
- 98) 营养风险筛查 2002 (NRS2002) 的总分 ≥ 3 分时, 表示患者 ()。
(A) 营养状况良好 (B) 无需干预 (C) 需要进一步评估 (D) 存在营养风险
- 99) 对于超重和肥胖干预, 最科学有效的方法是 ()。
(A) 合理饮食与适量运动相结合 (B) 严格控制碳水化合物摄入 (C) 服用膳食补充剂代替正餐 (D) 遵循流行减肥食谱
- 100) 尿常规中尿比重升高可能反映 () 或尿液浓缩。
(A) 脱水 (B) 糖尿病 (C) 尿路感染 (D) 肾炎
- 101) 职业道德养成的关键环节是 ()。
(A) 接受制度约束 (B) 模仿他人行为 (C) 单纯学习理论知识 (D) 自觉进行道德实践
- 102) 发生重大、疑难食物中毒事故时, 应及时报 () 的突发公共卫生事件应急处理领导小组, 协调参与事故调查处理。
(A) 当地政府 (B) 当地医院 (C) 当地疾控中心 (D) 当地主管部门
- 103) 血脂异常病人补充 () 的主要作用是参与胆固醇代谢并降低血脂水平。
(A) 维生素 A (B) 维生素 D (C) 维生素 C (D) 维生素 K
- 104) 钼的生理功能正确的是 ()。
(A) 参与体内黄嘌呤氧化酶的组成 (B) 预防动脉硬化 (C) 保护毛发正常的色素和结构 (D) 抗氧化作用
- 105) () 是社区营养走访重点关注的对象。
(A) 高收入且饮食规律的人群 (B) 经常外出就餐的年轻白领 (C) 健康状况良好的学生群体 (D) 孕产妇、老年人和慢性病患者等重点人群

- 106) () 是指补充食品在加工、储存、运输过程中营养素的损失。
- (A) 弥补天然食品的营养缺陷 (B) 预防营养不良 (C) 简化膳食处理, 方便摄食 (D) 补充食品营养素的损失
- 107) 《食品营养强化剂使用标准》规定营养强化剂的使用应当遵循 ()。
- (A) 企业自主决定原则 (B) 风险评估和必要性原则 (C) 成本最低优先原则 (D) 包装美观优先原则
- 108) () 最适合用于营造互动氛围并促进参与者交流的群体咨询形式。
- (A) 小组讨论 (B) 专家讲座 (C) 面对面访谈 (D) 横幅宣传
- 109) 健康传播材料受众分析的主要目的是 ()。
- (A) 评估传播效果并优化内容设计 (B) 了解受众的需求和偏好 (C) 选择合适的传播渠道 (D) 确定材料的预算
- 110) 饮食与 2 型糖尿病的关系描述正确的是 ()。
- (A) 高脂饮食不会对胰岛素敏感性产生影响 (B) 减少蔬果摄入可以改善血糖控制 (C) 低纤维饮食与糖尿病无关 (D) 过量摄入精制碳水化合物会增加患 2 型糖尿病的风险
- 111) 氟在人体内的主要生理功能是 ()。
- (A) 促进血红蛋白合成 (B) 构成骨骼和牙齿的硬组织 (C) 调节神经肌肉兴奋性 (D) 参与能量代谢
- 112) 关于技能体适能的核心要素, 正确的是 ()。
- (A) 技能体适能仅包括爆发力和速度, 与平衡性无关 (B) 技能体适能由心肺耐力、柔韧性和身体成分组成 (C) 技能体适能的标准仅适用于普通人群, 运动员无需关注 (D) 技能体适能包含灵敏性、协调性、平衡性等与运动技能相关的素质
- 113) 膳食纤维的主要来源是 ()。
- (A) 动物性食物 (B) 植物性食物 (C) 乳制品 (D) 海产品
- 114) 使用体成分分析仪进行身体成分测量时, () 指标最能直接反映内脏脂肪的堆积情况。
- (A) 体脂百分比 (BF%) (B) 腰围 (WC) (C) 内脏脂肪等级 (VFA) (D) 基础代谢率 (BMR)
- 115) 演讲者在面对听众时表现出的沉着冷静属于 ()。
- (A) 知识准备 (B) 语言组织能力 (C) 肢体协调性 (D) 心理稳定性
- 116) 体成分分析仪是一种通过测量人体电阻抗来评估体成分的设备, 其工作原理主要基于 ()。
- (A) 脂肪组织和肌肉组织的导电性 (B) 骨骼和血液的密度 (C) 皮肤和毛发的厚度 (D) 内脏器官的体积

- 117) 讲稿是演讲的依据，要准备一份好的讲稿，首先要（ ）。
(A) 熟悉自己要讲的内容 (B) 确定演讲的题目 (C) 确定开场白和前言 (D) 确定结论和结束语
- 118) 老年人每日适量摄入（ ）可以预防便秘和慢性病。
(A) 膳食纤维 (B) 支链氨基酸 (C) 饱和脂肪酸 (D) 脂溶性维生素
- 119) 行业间道德规范传播的主要载体是（ ）。
(A) 职业共同体文化 (B) 行政指令 (C) 商业利润 (D) 个人影响力
- 120) 食源性疾病预防对策中，（ ）属于技术处理。
(A) 及时报告当地的卫生行政部门 (B) 救治中毒患者 (C) 依法追究刑事责任 (D) 行政控制措施
- 121) 高血压患者增加钾摄入的主要作用是（ ）。
(A) 拮抗钠的升压效应 (B) 促进铁吸收 (C) 提高骨密度 (D) 增强维生素D合成
- 122) （ ）具有明显的遗传倾向。
(A) 食物中毒 (B) 甲状腺功能亢进 (C) 2型糖尿病 (D) 急性胃炎
- 123) （ ）即教师在讲完一定的教学内容后，选择一个或数个较为典型的案例，向学生提出若干问题，在课堂上交由学生进行讨论。
(A) 媒体教学模式 (B) 课堂讨论模式 (C) 观摩审判模式 (D) 模拟法庭模式
- 124) 评价营养改善项目成本效益时，应重点分析的指标是（ ）。
(A) 参与人群满意度评分 (B) 工作人员出勤记录 (C) 宣传材料制作成本 (D) 单位健康改善的投入成本
- 125) 道德与法律的外在联系表现为（ ）。
(A) 道德可以完全替代法律 (B) 司法判决依据道德标准 (C) 违法必定违背道德 (D) 二者在内容上相互渗透
- 126) 新时代职业道德的突出特征是（ ）。
(A) 个人利益最大化 (B) 淡化集体意识 (C) 技术替代伦理 (D) 共同富裕价值导向
- 127) 关于教学法概念的叙述错误的是（ ）。
(A) 教学法是师生为达到教学目的而开展的教学活动的各种办法的总和 (B) 学生的学法要通过教师的教法而加以体现 (C) 教学法包括教师的教法和学生的学法两方面 (D) 教学是涉及师生两方面的共同活动
- 128) 老年人适当多吃些粗粮有利于健康，因此建议老年人每天最好能吃到（ ）g 粗粮或全谷类食物。

- (A) 10 (B) 30 (C) 50 (D) 100
- 129) 社区营养师在开展走访工作时, () 最有助于全面掌握居民的营养与健康状况。
- (A) 依赖居民提交的体检报告进行评估 (B) 重点观察家庭厨房卫生情况 (C) 通过问卷、访谈与实地观察相结合的方法进行信息采集 (D) 收集社区商店食品销售数据
- 130) 营养教育和健康促进中, () 强调通过自我反思和调整不良饮食习惯来改善营养状况。
- (A) 健康信念模式 (B) 社会认知理论 (C) 跨理论模型 (D) 行为调整理论
- 131) 食物频率法调查报告的数据分析阶段, 通常需要计算 ()。
- (A) 食物价格 (B) 平均摄入频率 (C) 烹饪时间 (D) 食物储存时间
- 132) 对于高血压和血脂异常人群均适用的膳食建议是 ()。
- (A) 严格限制所有碳水化合物 (B) 每日补充高剂量维生素 E (C) 只吃动物性食品 (D) 多选择高膳食纤维食物
- 133) 参与式培训的最基本特点 ()。
- (A) 鼓励学员分享经验和参与讨论 (B) 重点在于统一授课内容和教材 (C) 主要通过线上录播课程完成 (D) 课程目标以记忆为主, 互动较少
- 134) 营养调查中, () 最能有效减少系统误差。
- (A) 增加样本量以提高数据代表性 (B) 使用标准化测量工具并定期校准 (C) 随机分配调查对象到不同组别 (D) 对数据进行多次重复统计分析
- 135) 进行健康传播材料受众分析时, () 是最重要的考虑因素。
- (A) 受众的年龄 (B) 受众的收入水平 (C) 受众的教育背景 (D) 受众的爱好
- 136) 营养干预方案制定时强调预期 () 可以提高计划的特殊性和整体性。
- (A) 可行性 (B) 有效性 (C) 灵活性 (D) 目的性
- 137) 定性资料分析中, 将原始数据进行分类和归纳的过程称为 ()。
- (A) 数据清洗 (B) 编码 (C) 假设检验 (D) 量化分析
- 138) 糖尿病患者每日能量需求的计算依据是 ()。
- (A) 身高 (B) 药物类型 (C) 血糖水平 (D) 年龄、性别、身高、体重及活动强度
- 139) 利用人工智能【AI】分析社交媒体饮食照片时, 当前面临的主要挑战是 ()。
- (A) 计算速度过于缓慢 (B) 对混合菜肴、不常见食物识别的准确性有限 (C) 无法处理海量图片数据 (D) 完全不能识别任何食物
- 140) 鲜乳、酸乳、奶油应置于 () 的冷库中保存。
- (A) 0℃ (B) 10℃ (C) 5℃ (D) -20℃

141) 演讲中, 维持良好的站姿可以 ()。

- (A) 频繁查看演讲稿 (B) 传递自然且适度的面部表情 (C) 快速走动转移注意力 (D) 重复手部动作强调重点

142) 关于铜的生理功能的描述, 错误的是 ()。

- (A) 构成血红蛋白、肌红蛋白的成分 (B) 保护毛发正常的色素和结构 (C) 保护骨骼、血管和皮肤的正常 (D) 维护正常的造血功能

143) 老年人膳食中错误的是 ()。

- (A) 多吃含钙丰富的食物 (B) 食物少而精, 避免能量过剩 (C) 少食盐 (D) 饮食定时、定量

144) 偶然误差与系统误差的主要区别在于 ()。

- (A) 偶然误差随机而系统误差固定 (B) 偶然误差可以消除而系统误差不能 (C) 偶然误差影响更大 (D) 系统误差更常见

145) 最符合健康传播材料选择中实用性原则的是 ()。

- (A) 材料内容要涵盖尽可能多的健康信息 (B) 传播材料应优先选择图文并茂的彩色印刷形式 (C) 传播材料应便于携带、使用和保留 (D) 内容设计应完全遵循专业术语和医学语言表达

146) 某家庭调查期间大米结存 5kg、购进 10kg、废弃 0.5kg、剩余 3kg, 则实际消费量为 () kg。

- (A) 10.5 (B) 11.5 (C) 12.5 (D) 13.5

147) 群体营养咨询中, 适当运用“重述技巧”的主要作用是 ()。

- (A) 减少咨询时间, 尽快完成讲解任务 (B) 避免重复沟通, 代替进一步讨论 (C) 引导参与者接受营养师的观点 (D) 确认对发言内容的理解, 并促进彼此间的共识

148) 在正态分布中, 约 68% 的数据落在 () 范围内。

- (A) 均值 $\pm$ 0.5 倍标准差 (B) 均值 $\pm$ 1 倍标准差 (C) 均值 $\pm$ 2 倍标准差 (D) 均值 $\pm$ 3 倍标准差

149) 食物频率法主要用于评估 () 的膳食摄入情况。

- (A) 长期 (B) 短期 (C) 单日 (D) 实时

150) 干预措施与所解决问题的 () 是指一项干预措施的适当性, 能解决营养问题和改善营养状况。

- (A) 相关性 (B) 可行性 (C) 整合性 (D) 有效性

151) 预防与应急处理公共卫生突发事件, 战时的处理包括 ()。

- (A) 制定突发公共卫生事件应急预案 (B) 做好对突发公共卫生事件的科学监测 (C) 启动应急预案处理突发公共卫生事件 (D) 及时对突发公共卫生事件进行科学预警

- 152) 基础代谢【BMR】占总能量消耗的比例约为（ ）。
(A) 20%-30% (B) 40%-50% (C) 60%-70% (D) 80%-90%
- 153) 目前临床上进行人体体成分分析时，被认为是“金标准”的测量方法是（ ）。
(A) 皮褶厚度法 (B) 生物电阻抗分析法 (BIA) (C) 双能 X 线吸收法 (DXA)
(D) 水下称重法
- 154) 对于日照不足的人群，维生素 D 补充剂的主要作用是（ ）。
(A) 治疗骨质疏松症 (B) 替代蔬菜和水果的摄入 (C) 预防维生素 D 缺乏导致的骨骼健康问题 (D) 增强食物颜色
- 155) 便秘的主要病因中，胃肠道梗阻包括（ ）。
(A) 食物过于精细 (B) 膳食纤维摄入不足 (C) 腹肌力量不足 (D) 肠管内发生狭窄或肠管外受到压迫
- 156) 社区营养师开展走访工作的主要目的是（ ）。
(A) 推广医院营养门诊服务 (B) 评估居民的营养风险和健康需求 (C) 建立统一饮食计划供全社区使用 (D) 了解医疗机构的营养宣传材料使用情况
- 157) 膳食治疗肥胖的原则是（ ）。
(A) 减少蛋白质的摄入 (B) 不摄入脂肪和碳水化合物 (C) 保证能量摄入与消耗达到正平衡 (D) 在保证机体对蛋白质及其他各种营养素需要的基础上，维持能量摄入与消耗的负平衡状态
- 158) 案例教学法实施中，教师最重要的角色是（ ）。
(A) 单纯传授理论知识 (B) 严格控制课堂纪律 (C) 独立完成案例分析 (D) 引导学生积极参与讨论与思考
- 159) （ ）用于分析食物摄入和膳食营养素含量，适合营养师建立个体档案。
(A) Photoshop (B) AutoCAD (C) Excel (D) NutritionistPro
- 160) 必需脂肪酸缺乏时，血液中（ ）比例会升高。
(A) 高密度脂蛋白 (B) 低密度脂蛋白 (C) 甘油三酯 (D) 二十碳三烯酸/花生四烯酸
- 161) 制定营养干预方案时，确保干预措施有理论依据和循证支持体现了方案制定的（ ）。
(A) 科学性原则 (B) 参与性原则 (C) 公平性原则 (D) 灵活性原则
- 162) 氯在体内的主要生理功能不包括（ ）。
(A) 维持细胞外液渗透压 (B) 参与胃酸的形成 (C) 调节血液酸碱平衡 (D) 促进骨骼钙化
- 163) （ ）是指对每个观察单位用计量方法测量某项指标所获得的数值。
(A) 定性资料 (B) 定量资料 (C) 频率资料 (D) 营养素摄入量
- 164) 社区营养管理和营养干预工作中，营养干预的场所分（ ）和社区干预。

- (A) 全国性干预 (B) 全市性干预 (C) 全区性干预 (D) 全地区性干预
- 165) 公共卫生突发事件是指突然发生的、可能造成社会公众健康严重损害的重大 () 病疫情、群体性不明原因疾病、重大食物和职业中毒以及其他严重影响公众健康的事件。
- (A) 传染 (B) 非传染 (C) 慢性 (D) 急性
- 166) 在数据收集过程中, () 可以用于获取间接数据。
- (A) 通过问卷调查直接收集用户饮食习惯 (B) 使用 Python 爬虫从公开数据库中提取营养学研究数据 (C) 在实验室中测量受试者的体重和体脂率 (D) 面对面访谈记录患者的饮食摄入情况
- 167) 营养方案实施过程中, 确保各项任务按计划开展, 并对执行情况进行动态调整, 体现了实施的 ()。
- (A) 目标明确 (B) 过程管理 (C) 科学评估 (D) 资源投入
- 168) 实习总结阶段的主要任务是 ()。
- (A) 安排实习报告撰写和答辩时间 (B) 组织学生参加实习期末考试 (C) 全面评价学生实习表现, 提出改进建议 (D) 安排下一轮实习计划
- 169) 老年人食物选择, 科学的是 ()。
- (A) 食物要粗细搭配、松软、易于消化吸收 (B) 食物以蒸、炒、油炸为主 (C) 主食多食用糯米食品 (D) 以豆浆代替牛奶
- 170) 关于健康体适能的核心要素评估, () 是正确的。
- (A) 健康体适能仅需通过 BMI 和腰围即可全面评估 (B) 心肺耐力测试可通过 1min 俯卧撑次数直接反映 (C) 肌肉力量评估常采用握力测试或重复最大负荷 (RM) 测定 (D) 柔韧性测试中, 坐位体前屈适用于青少年, 不适用于成年人
- 171) 人体水分排出的主要途径是 ()。
- (A) 尿液 (B) 汗液 (C) 呼吸蒸发 (D) 粪便
- 172) 随机误差的特点是 ()。
- (A) 具有方向性 (B) 可以完全消除 (C) 无规律性且不可预测 (D) 仅存在于实验室环境中
- 173) () 是指对观察对象测量一项或多项指标的数值大小所获得的资料。
- (A) 定性资料 (B) 定量资料 (C) 频率资料 (D) 营养素摄入量
- 174) 评估患者蛋白质营养状况时, () 因半衰期短 (约 2-3 天), 能更敏感地反映近期蛋白质摄入变化。
- (A) 血清白蛋白 (B) 血清前白蛋白 (C) 血清总蛋白 (D) 血红蛋白
- 175) 根据强化营养素种类的不同, 食品营养强化可分为 ()。
- (A) 单一强化和增量强化 (B) 补偿强化和复合强化 (C) 单一营养素强化和复合营养素强化 (D) 补偿强化和增量强化

176) 档案管理软件使用的第一步通常是 ()。

(A) 导出档案数据 (B) 备份现有档案 (C) 建立档案分类体系 (D) 设置用户权限

177) 适合高血压患者经常食用的食物是 ()。

(A) 腌制腊肉 (B) 油炸薯条 (C) 奶油蛋糕 (D) 新鲜香蕉

178) 《中华人民共和国食品安全法》规定食品生产经营者应当建立并执行 ()。

(A) 产品外观检查制度 (B) 进货查验记录制度 (C) 广告宣传备案制度 (D) 员工考勤管理制度

179) 健康信念模型中, 影响个体采取健康行为的核心因素是 ()。

(A) 医疗费用报销比例 (B) 家人朋友的理念 (C) 对疾病威胁的认知 (D) 职业特点

180) 高龄老人蛋白质摄入, 应 ()。

(A) 尽量减少蛋白质摄入以减轻肾脏负担 (B) 每天蛋白质摄入量超过 100g
(C) 以植物蛋白为主, 避免动物蛋白 (D) 保证足量优质蛋白质, 如蛋、奶、鱼、瘦肉等

181) 老年人肌肉衰减症的主要表现是 ()。

(A) 脂肪组织比例下降 (B) 瘦体组织减少, 肌力下降 (C) 骨密度显著增加
(D) 关节灵活性增强

182) 脂肪缺乏时, () 的吸收会受到影响。

(A) 维生素 A (B) 维生素 B1 (C) 维生素 C (D) 维生素 B12

183) 根据《保健食品良好生产规范》卫生要求, () 符合该规范卫生标准。

(A) 保健食品生产用的混合设备, 使用后无需拆解内部部件进行清洁消毒 (B) 生产车间内用于输送保健食品原料的管道, 在更换不同品类原料前, 需采用符合规范的清洗剂与消毒剂进行管道内壁循环冲洗
(C) 保健食品干燥车间的相对湿度可根据生产需求调整, 无需特别控制 (D) 存放保健食品成品的仓库, 为方便货物搬运, 可将成品堆放在地面上

184) 钴的膳食参考摄入量及主要食物来源, 叙述正确的是 ()。

(A) 人体常见的钴缺乏症病例非常多 (B) 有关钴的膳食参考摄入量的资料较少
(C) 从膳食中可能每天摄入钴 5-20 μg (D) 蘑菇中钴含量较低

185) 健康传播理论中强调个体行为改变的关键因素是 ()。

(A) 传播媒介的技术先进性 (B) 受众的自我效能感 (C) 信息发布的频率
(D) 传播者的学历背景

186) 我国的营养素补充剂指 () 和矿物质。

(A) 维生素 (B) 膳食纤维 (C) 氨基酸 (D) 蛋白粉

187) 群体咨询方案中, () 是确定具体目标应遵循的原则。

(A) 明确性和广泛性 (B) 明确性和可测量性 (C) 复杂性和长远性 (D) 灵活性和可测量性

188) 应用 DRIs 评价群体营养素摄入量, () 是正确的。

(A) 当群体平均摄入量低于 EAR 时, 可认为该群体存在摄入不足风险 (B) 评价群体营养素摄入量时, 应比较平均摄入量达到 RNI 的百分比 (C) 对于有 AI 的营养素, 若群体平均摄入量低于 AI 即可判定摄入不足比例 (D) UL 仅用于评估强化食品和补充剂的过量风险

189) 儿童肥胖预防的 5-2-1-0 模式中, “2” 指的是 ()。

(A) 每天吃 2 份水果 (B) 每天喝 2 杯含糖饮料 (C) 每天进行 2 次体育锻炼 (D) 每天看电视不超过 2h

190) 针对学龄儿童贫血改善项目, 最应优先强化的食物是 ()。

(A) 高钙饼干 (B) 维生素饮料 (C) 铁强化食物 (D) 膳食纤维麦片

191) 关于铬的生理功能的描述中, 正确的是 ()。

(A) 抗氧化作用 (B) 保护毛发正常的色素和结构 (C) 降低血清胆固醇, 增加高密度脂蛋白 (D) 构成血红蛋白、肌红蛋白的成分

192) 描述数据集中趋势的指标是 ()。

(A) 均值 (B) 方差 (C) 标准差 (D) 极差

193) 由于水体污染、大气污染、放射污染等所致的公共卫生事件称为 ()。

(A) 生物病原体所致疾病 (B) 食物中毒事件 (C) 有毒有害因素污染造成的群体中毒 (D) 意外事故引起的死亡、煤矿瓦斯爆炸等

194) 体成分分析中, 反映蛋白质营养状况的重要指标是 ()。

(A) 体脂百分比 (B) 基础代谢率 (C) 上臂肌围 (D) 腰臀比

195) 职业道德从他律转向自律的关键是 ()。

(A) 外部监督强化 (B) 主体道德判断力成熟 (C) 奖惩制度完善 (D) 职业技能提升

196) 儿童和青少年的体重管理, 首要的原则是 ()。

(A) 减少主食 (B) 严格限制高脂肪食物摄入 (C) 促进正常生长发育 (D) 只要参与运动, 无需控制饮食

197) 档案管理软件的基本功能之一是 ()。

(A) 能够实现快速准确的档案检索 (B) 用于设计和编辑图像 (C) 支持纸质档案的管理 (D) 支持权限管理功能。

198) 维生素 D 营养状况评价的首选指标是 ()。

(A) 血清 $1,25-(\text{OH})_2 \text{D}_3$ (B) 血清钙磷乘积 (C) 血清 $25-(\text{OH})-\text{D}_3$ (D)

血清碱性磷酸酶活性

199) 教学法的主要意义是 ()。

- (A) 保证教师拥有丰富的教学资源 (B) 让学生掌握考试技巧 (C) 减少教师的工作量 (D) 促进教学效果的提升和学生能力的发展

200) 食品安全标准中属于强制性标准的是 ()。

- (A) 食品企业推荐操作规程 (B) HACCP 体系 (C) 食品中污染物限量 (D) 餐饮服务推荐指南

201) 老年人维生素需求的特点是 ()。

- (A) 水溶性维生素需求普遍低于成年人 (B) 需增加维生素 C 摄入以弥补抗氧化能力下降 (C) 维生素 K 缺乏风险低于青少年 (D) 维生素 E 可通过谷物充分补充

202) 定量法膳食调查询问奶粉食用量时, 采用的单位是“勺”, 这就是 (), 研究者需要提供勺的参考样品, 以作为估计食物量的参考。

- (A) 定性方法 (B) 定量方法 (C) 半定量方法 (D) 估算方法

203) 道德发展的历史继承性主要体现在 ()。

- (A) 全盘接受传统道德规范 (B) 批判性继承优秀道德遗产 (C) 完全否定旧道德体系 (D) 保持道德标准永恒不变

204) 素食人群最易缺乏的矿物质是 ()。

- (A) 钾 (B) 镁 (C) 磷 (D) 铁

205) 评价群体营养素摄入不足风险时, 最关键的 DRIs 指标是 ()。

- (A) 平均需要量 (EAR) (B) 推荐摄入量 (RNI) (C) 适宜摄入量 (AI) (D) 可耐受最高摄入量 (UL)

206) 女性生殖系统中产生卵子的器官是 ()。

- (A) 子宫 (B) 阴道 (C) 输卵管 (D) 卵巢

207) 根据《食品安全法》相关规定, 食品安全事故发生后, 负责组织事故调查处理的部门是 ()。

- (A) 县级以上人民政府卫生行政部门 (B) 县级以上人民政府食品安全监督管理部门 (如市场监管局) (C) 县级以上人民政府疾病预防控制中心 (D) 县级以上人民政府公安部门

208) 尿 pH 值降低 (偏酸性) 可能与 () 或代谢性酸中毒有关。

- (A) 高蛋白饮食 (B) 低盐饮食 (C) 维生素缺乏 (D) 肾功能正常

209) 膳食调查定性研究主要围绕食物的 ()。

- (A) 摄入数量 (B) 摄入频率 (C) 摄入质量 (D) 营养素量

210) 正常尿液的 pH 值范围是 ()。

- (A) 3.5-5.5 (B) 4.5-8.0 (C) 5.5-7.5 (D) 7.0-8.5

211) 蛋白质的消化率不仅反映蛋白质在消化道内被分解的程度,还反映消化后的氨基酸和肽被吸收的程度。计算消化率时()不考虑粪代谢氮。

- (A) 表观消化率 (B) 真消化率 (C) 生物价 (D) 蛋白质功效比值

212) 根据《中国高龄老年人膳食指南》,为预防高龄老年人营养不良,()最为重要。

- (A) 每日补充复合维生素矿物质片 (B) 采用软质食物并少量多餐 (C) 以蛋白粉作为主要的蛋白质来源 (D) 每天吃一个苹果补充维生素

213) 体成分分析仪在肥胖管理中可监测内脏脂肪等级变化,其原理是通过()区分躯干与四肢脂肪分布。

- (A) 多频电流穿透深度差异 (B) X线吸收率差异 (C) 超声波反射强度 (D) 红外线热成像

214) 膳食调查中,能够反映长期膳食模式的方法是()。

- (A) 称重法 (B) 食物频率法 (C) 24小时回顾法 (D) 化学分析法

215) 《中国居民膳食营养素参考摄入量(2023版)》建议的老年人每日膳食钙的适宜摄入量为()mg。

- (A) 700 (B) 800 (C) 1000 (D) 1200

216) ()可以有效减少偶然误差的影响。

- (A) 增加测量次数 (B) 使用更精密的仪器 (C) 减少测量次数 (D) 忽略误差

217) 泌尿系统的基本功能单位是()。

- (A) 肾单位 (B) 肾小球 (C) 肾小管 (D) 肾盂

218) 白细胞计数显著升高伴中性粒细胞比例增加,最可能的原因是()。

- (A) 病毒感染 (B) 寄生虫感染 (C) 过敏反应 (D) 细菌感染

219) 高血压患者需严格限制的矿物质是()。

- (A) 钾 (B) 镁 (C) 铜 (D) 钠

220) 不同脂肪的消化率与其()密切相关。

- (A) 沸点 (B) 碳链长度 (C) 分子量 (D) 熔点

221) 营养评估中,PG-SGA量表的总评分 ≥ 9 分时,提示患者需要()。

- (A) 常规随访 (B) 营养教育 (C) 紧急营养干预 (D) 常规处理

222) 营养师在进行网络信息发布时,最需要注意的网络安全问题是()。

- (A) 是否使用了来源可靠的图片和数据 (B) 是否避免使用容易被仿冒的账号名称
(C) 链接是否可以跳转到个人主页 (D) 是否存在个人或敏感信息泄露风险

223) 高血压病人每日钠盐摄入量应控制在()g以下。

- (A) 5 (B) 6 (C) 8 (D) 10

224) 糖尿病食谱设计中需警惕的“隐形糖陷阱”常出现在()。

- (A) 清蒸鱼肉 (B) 凉拌黄瓜 (C) 包装谷物麦片 (D) 白水煮鸡蛋
- 225) 社区诊断需根据开展社区健康教育的目的, 决定所需要的不同资料, 即 ()。
- (A) 收集信息 (B) 确定所需要的信息 (C) 分析收集的信息 (D) 做出社区健康诊断
- 226) 生乳应低温运输, 运输前生乳先进行冷却, 一般以 () 为宜。
- (A) $0^{\circ}\text{C}-2^{\circ}\text{C}$ (B) $10^{\circ}\text{C}-20^{\circ}\text{C}$ (C) $-2^{\circ}\text{C}-2^{\circ}\text{C}$ (D) $2^{\circ}\text{C}-8^{\circ}\text{C}$
- 227) 道德冲突的必然性根源是 ()。
- (A) 社会价值多元化 (B) 个体认知差异 (C) 教育水平不均 (D) 法律制度漏洞
- 228) () 不属于系统误差的来源。
- (A) 仪器未校准 (B) 操作者主观偏差 (C) 环境温度波动 (D) 测量对象的自然变异
- 229) 膳食中有助于改善血脂的成分不包括 ()。
- (A) 不溶性膳食纤维 (B) 可溶性膳食纤维 (C) 木质素 (D) 淀粉
- 230) 使用生物电阻抗法测量体成分时, 电极应放置在 ()。
- (A) 手背面第三指关节下方和脚背面第三趾关节下方 (B) 手腕内侧和脚踝内侧 (C) 上臂和腰部 (D) 胸部和腹部
- 231) 营养改善项目过程评价的核心内容是 ()。
- (A) 干预措施执行质量 (B) 最终营养指标变化 (C) 项目资金决算报告 (D) 媒体报道转载量
- 232) 健康体适能中, “肌肉适能” 主要包含的两个核心方面是 ()。
- (A) 爆发力和速度 (B) 平衡性和反应时 (C) 协调性和灵敏性 (D) 肌肉力量和肌肉耐力
- 233) 在脂肪选择上, 血脂异常患者应优先增加富含 () 的食物来源。
- (A) 饱和脂肪酸 (B) 反式脂肪酸 (C) 单不饱和脂肪酸 (D) 动物油脂
- 234) 营养师在社区开展营养讲座时, 发现某保健品公司宣传其产品“可治愈糖尿病”, 科学做法是 ()。
- (A) 提醒主办方核实产品功能 (B) 提醒主办方讲座后删除 (C) 当场指出该宣传违反《广告法》并建议删除 (D) 推荐听众购买该产品作为辅助治疗
- 235) 在限制膳食脂肪时, 应特别注意减少 () 的摄入。
- (A) 植物性蛋白 (B) 必需脂肪酸 (C) 植物性脂肪 (D) 动物性脂肪
- 236) 对民间偏方的正确态度是 ()。
- (A) 进行双盲测试验证 (B) 直接推广应用 (C) 全盘否定 (D) 适度接受
- 237) () 是食物频率法调查表的主要内容。

(A) 被调查者饮食习惯 (B) 食物成分 (C) 食物名称 (D) 被调查者体力活动情况

238) 用膳食营养素参考摄入量作为个体计划膳食是使个体的营养素摄入量接近 ()。

(A) 平均需要量 (EAR) (B) 推荐摄入量 (RNI) (C) 适宜摄入量 (AI) (D) 可耐受最高摄入量 (UL)

239) () 是指人摄入含有生物性、化学性有毒有害物质后或把有毒有害物质当做食物摄入后所出现的非传染性的急性或亚急性疾病。

(A) 生物病原体所致疾病 (B) 意外事故引起的死亡、煤矿瓦斯爆炸等 (C) 有毒有害因素污染造成的群体中毒 (D) 食物中毒事件

240) 维生素 B₂ 缺乏的典型症状是 ()。

(A) 牙龈出血 (B) 皮肤瘀斑 (C) 口角炎和唇炎 (D) 骨质疏松

241) 根据 () 需要, 向食品中添加一种或多种营养素以提高食品营养价值的过程称为食品营养强化。

(A) 人体活动 (B) 人群营养 (C) 治病 (D) 防病

242) () 体重增长主要集中在腹部, 发生腹型肥胖的风险增加, 并容易发生代谢异常。

(A) 幼儿期 (B) 青少年期 (C) 中老年期 (D) 青春期

243) 在公共营养信息的网络传播中, () 最有利于吸引和保持用户关注。

(A) 文字报道 (B) 互动性强的短视频和图文结合内容 (C) 图片宣传海报 (D) 专业术语的推文

244) 职业道德最根本的培养途径是 ()。

(A) 社会实践锻炼 (B) 理论学习 (C) 榜样观摩 (D) 自我反思

245) 营养调查中, 为了减少抽样误差, 最有效的策略是 ()。

(A) 增加样本量 (B) 使用更精确的测量工具 (C) 延长调查时间 (D) 减少调查项目

246) () 是社区走访中收集营养信息的有效工具。

(A) 临床实验室检测 (B) 24 小时膳食回忆法 (C) 网络宣传 (D) 体能测试

247) 克山病与缺乏 () 元素有关。

(A) 碘 (B) 锌 (C) 硒 (D) 铜

248) 白细胞计数的正常参考范围是 ()。

(A) $4-10 \times 10^9/L$ (B) $2-8 \times 10^9/L$ (C) $5-15 \times 10^9/L$ (D) $3-9 \times 10^9/L$

249) 制定营养干预方案时, () 属于方案中的核心环节。

(A) 确定营养摄入指南 (B) 开展人群营养调查 (C) 组织营养讲座 (D) 明确具体可测的干预目标

250) 在应用 DRIs 评价个体营养素摄入量时, () 是正确的。

(A) 当个体摄入量低于 EAR 时, 可以确定该个体存在摄入不足的风险 (B) RNI 是评价个体营养素摄入是否充足的精确界限值 (C) 摄入量达到 AI 水平时, 表明该个体一定没有营养素缺乏的风险 (D) UL 是建议人群日常应达到的营养素摄入目标值

251) 社区营养干预场所不包括 ()。

(A) 社区 (B) 学校 (C) 工厂 (D) 医院

252) 营养干预方案应包括过程评价和 (), 特别是主要指标和效益。

(A) 效果评价 (B) 需求评价 (C) 结果评价 (D) 跟踪评价

253) () 不是钼的良好食物来源。

(A) 水果 (B) 大豆 (C) 猪肉 (D) 海产品

254) () 是专门用于老年人营养不良功能评估的筛查工具。

(A) 营养风险筛查 2002 (NRS2002) (B) 主观整体评估 (SGA) (C) 微型营养评价简表 (MNA-SF) (D) 营养不良通用筛查工具 (MUST)

255) 档案管理软件在保障档案安全方面通常具备 () 功能。

(A) 自动生成财务报表 (B) 权限控制和数据加密 (C) 图像处理和编辑 (D) 网络流量监控

256) 评价碳水化合物质量时, 常用于反映其对血糖影响程度的指标是 ()。

(A) 总碳水化合物含量 (B) 血糖生成指数 (GI) (C) 碳水化合物的甜度 (D) 碳水化合物的颗粒大小

257) 血脂异常患者应限制摄入富含胆固醇的食物, 如 ()。

(A) 猪肝 (B) 去皮的鸡胸肉 (C) 核桃 (D) 海带

258) 演讲时演讲者首先要 ()。

(A) 准备讲稿 (B) 了解和熟悉听众 (C) 编写讲稿 (D) 准备演讲辅助教具

259) () 不属于社区健康促进的主要内容。

(A) 健康教育 (B) 环境改善 (C) 社区支持系统建设 (D) 向居民推荐或销售营养补充品与保健产品

260) () 不属于营养干预效果评价常用的评价指标。

(A) 营养知识水平变化 (B) 膳食行为改善情况 (C) 营养相关生化指标变化 (D) 项目预算执行率

261) () 最能反映机体铁储备状况。

(A) 血清铁蛋白 (B) 转铁蛋白饱和度 (C) 血清铁 (D) 总铁结合力

262) 为个体计算膳食能量需要时, 最主要的两个决定因素是 ()。

(A) 身高和体重 (B) 血压和血脂 (C) 体重和身体活动水平 (D) 年龄和性别

263) 钴的膳食参考摄入量及主要食物来源, 叙述错误的是 ()。

(A) 营养学上关注的“钴缺乏”实质上与维生素 B₁₂ 缺乏同义 (B) 有关钴的膳食参考摄入量的资料较多 (C) 从膳食中可能每天摄入钴 5-20 μg (D) 蘑菇中钴含量较高

264) 餐饮业食品与原料采购卫生要求, 表述规范正确的是 ()。

(A) 生肉、禽类应索取口岸监督部门的检疫合格证 (B) 进口食品以及原料应具有兽医部门出具的检疫合格证书 (C) 需查看出证单位出具的证件复印件是否有效, 有无伪造、涂改等破绽 (D) 在采购定型包装食品时, 必须仔细查看包装标识或者产品说明书是否符合相关规定

265) 中国营养学会建议老年男性蛋白质的推荐摄入量为每天 () g。

(A) 55 (B) 65 (C) 75 (D) 85

266) 食物频率法调查表的设计中, 食物量的描述通常采用 ()。

(A) 不收集食物量信息的方法 (B) 半定量或定量的方法 (C) 仅记录食物种类的方法 (D) 依赖调查对象的记忆的方法

267) 高血压人群控制钠摄入时, 需重点关注的食物类别是 ()。

(A) 加工肉制品 (B) 新鲜水果 (C) 绿叶蔬菜 (D) 粗粮杂豆

268) 糖尿病患者选择主食时, 应优先考虑 ()。

(A) 高血糖生成指数 (GI) 食物 (B) 低血糖生成指数 (GI) 食物 (C) 精制主食 (D) 含糖饮料

269) 慢性便秘患者膳食预防的基础措施是 ()。

(A) 减少膳食纤维摄入 (B) 保证每日饮水 1500-2000ml (C) 依赖益生菌补充剂 (D) 食用精加工食品

270) (食用该类食物的人数/所有调查人数) × 100% 的计算结果称为 ()。

(A) 食物消耗率 (B) 食物损耗率 (C) 食物消费率 (D) 食物吸收率

271) 餐饮服务提供者应当制定 () 方案, 定期检查各项食品安全防范的落实情况, 及时消除食品安全事故隐患。

(A) 餐馆规章制度 (B) 食品事故处置 (C) 员工考勤统计表 (D) 厨房规章制度

272) () 是指社区决策者把促进社区居民健康提到议事日程, 制定和出台健康政策。

(A) 出台健康政策 (B) 创造健康支持环境 (C) 调整社区卫生服务方向 (D) 增强社区的能力

273) 中国营养学会推荐的成年女性铬的适宜摄入量为 () μg/d。

(A) 2 (B) 30 (C) 100 (D) 200

274) 群体定性频率法膳食调查的核心特点是 ()。

(A) 记录每日食物称重数据 (B) 统计特定时期内食物消费频率 (C) 测量每餐

- 食物生熟比 (D) 计算个体能量消耗量
- 275) 社会主义职业道德形成的物质基础是 ()。
- (A) 公有制经济主体地位 (B) 西方职业伦理引进 (C) 传统道德直接转化
(D) 宗教道德规范影响
- 276) 为了提升传播效果，营养师在网络传播中应优先考虑的是 ()。
- (A) 内容长度尽量精简到 50 字以内 (B) 频繁发布内容吸引关注 (C) 内容形式贴合目标人群的阅读习惯 (D) 使用专业术语突出权威性
- 277) 社区走访的主要目的是 ()。
- (A) 推广营养保健品 (B) 监督社区餐饮企业卫生状况 (C) 统计社区人口数量
(D) 评估社区居民的营养状况和健康需求
- 278) 确定调查对象是食物频率法调查的第 () 步。
- (A) 一 (B) 二 (C) 三 (D) 四
- 279) 某种食物的摄入频率是 3 次/月，可折算成 () 次/日。
- (A) 0.1 (B) 0.2 (C) 0.3 (D) 0.4
- 280) 营养改善项目效果评估的核心指标是 ()。
- (A) 项目资金使用率 (B) 目标人群营养状况改善率 (C) 宣传材料发放数量
(D) 工作人员培训次数
- 281) () 经常使用在膳食与健康相关的流行病学调查研究中。
- (A) 称重法 (B) 24h 膳食调查法 (C) 食物频率法 (D) 化学分析法
- 282) 饮食治疗便秘方法有 ()。
- (A) 多吃富含粗纤维的蔬菜和水果 (B) 喝浓茶 (C) 喝咖啡 (D) 少食干豆
- 283) () 是铬的良好食物来源。
- (A) 精制白糖 (B) 动物肝脏和全谷物 (C) 水果 (D) 乳制品
- 284) 社区健康促进工作的重点主要是 ()。
- (A) 增强居民健康素养和自我保健能力 (B) 通过社区卫生服务提供常规诊疗服务
(C) 鼓励居民了解多种健康服务途径 (D) 协助企业开展健康相关产品宣传
- 285) 餐饮服务中禁止使用的食品处理方式是 ()。
- (A) 使用专用刀具处理生食 (B) 将熟食冷藏保存 (C) 用流水解冻冷冻食材
(D) 用回收食品作为原料
- 286) 群体营养咨询中，() 是有效运用“倾听技巧”的表现。
- (A) 在他人发言时主动准备下一个讲解内容 (B) 在多数成员沉默时迅速切换话题
避免冷场 (C) 专注听取发言内容并通过非语言行为表达关注 (D) 鼓励所有人发言
- 287) 高龄老年人预防营养不良应重点关注的营养素是 ()。

- (A) 碳水化合物 (B) 膳食纤维 (C) 饱和脂肪酸 (D) 优质蛋白质
- 288) 高 GI 食物(GI>70)的典型特征是 ()。
- (A) 消化慢, 血糖波动小 (B) 蛋白质含量高 (C) 富含膳食纤维 (D) 消化快, 血糖升高迅速
- 289) 铁元素补充剂中最常见的化合物形式是 ()。
- (A) 硫酸亚铁和葡萄糖酸亚铁 (B) 氯化铁和硝酸铁 (C) 碳酸铁和磷酸铁 (D) 氢氧化铁和氧化铁
- 290) () 最适合用于社区健康宣讲现场的视觉展示。
- (A) 宣传海报 (B) 健康知识小册子 (C) 广播音频 (D) 网络推文
- 291) 食物蛋白质中含量相对较低、严重影响机体对蛋白质利用的氨基酸称为 ()。
- (A) 必需氨基酸 (B) 限制氨基酸 (C) 非必需氨基酸 (D) 条件必需氨基酸
- 292) 在任何情况下, 干预措施与所解决问题的 () 是选择营养干预措施的最重要原则。
- (A) 相关性 (B) 可行性 (C) 整合性 (D) 有效性
- 293) 肉眼观察正常的新鲜尿液颜色为 () 透明的液体。
- (A) 淡黄色 (B) 深黄色 (C) 红色 (D) 乳白色
- 294) () 不属于女性内生殖器。
- (A) 卵巢 (B) 子宫 (C) 阴蒂 (D) 输卵管
- 295) 生物电阻抗分析法【BIA】的基本原理是 ()。
- (A) 利用不同组织对 X 射线的吸收差异进行成像 (B) 利用脂肪和非脂肪组织在水中密度不同的原理 (C) 利用人体内脂肪组织导电性差, 非脂肪组织导电性好的特性 (D) 利用稳定同位素在体内稀释的程度来计算总水量
- 296) 社区健康促进的定义是 ()。
- (A) 单纯的疾病治疗措施 (B) 仅针对老年人的健康教育 (C) 商业健康产品的推广 (D) 通过多部门合作改善社区居民健康状况
- 297) 铜含量最高的是 ()。
- (A) 牛奶 (B) 牡蛎 (C) 苹果 (D) 大米
- 298) 社区咨询中, () 最有助于准确理解居民的需求。
- (A) 对方表达时适时插话, 以表达关心 (B) 以自己的观点为主, 引导对方思考 (C) 关注问题本身, 忽略表达中的情绪 (D) 认真倾听并用自己的话确认对方意思
- 299) 铬的生理功能的描述错误的是 ()。
- (A) 预防动脉硬化 (B) 保护毛发正常的色素和结构 (C) 构成葡萄糖耐量因子 (D) 降低血清胆固醇, 增加高密度脂蛋白

三、多选题(共 150 题、每题 1 分，合计 150 分)

- 1) 临床常用的体成分分析仪类型包括 ()。
- (A) 多频生物电阻抗仪 (B) 双能 X 线骨密度仪 (C) 全身气体置换舱 (D) CT/MRI 断层扫描 (E) 超声皮下脂肪测定仪
- 2) 使用体成分分析仪进行测量前，需要完成的准备工作包括 ()。
- (A) 检查仪器电源连接状态 (B) 校准仪器至标准零点 (C) 要求受试者排空膀胱 (D) 清洁电极接触部位皮肤 (E) 输入受试者年龄和身高数据
- 3) () 是营养师进行有效网络传播时应关注的要点。
- (A) 根据受众特点调整内容风格 (B) 合理安排发布时间提高曝光率 (C) 使用复杂术语体现专业深度 (D) 结合图片、视频等多媒体形式增强吸引力 (E) 尽量使用统一模板减少内容差异
- 4) 茶叶中可能存在的微量矿物质成分包括 ()。
- (A) 茶碱 (B) 锌 (C) 镁 (D) 钙 (E) 铁
- 5) 为个体计划膳食时需要考虑的 DRIs 相关因素包括 ()。
- (A) 个体的年龄和性别 (B) 食物的市场价格 (C) 烹饪过程中的营养损失率 (D) 个体的特殊生理状态 (E) 食品包装的保质期限
- 6) 预防与应急处理公共卫生突发事件，平时预防包括 ()。
- (A) 制定突发公共卫生事件应急预案 (B) 做好对突发公共卫生事件的科学监测 (C) 启动应急预案处理突发公共卫生事件 (D) 及时对突发公共卫生事件进行科学预警 (E) 拟订突发公共卫生事件应急反应计划
- 7) 道德跨行业渗透的典型表现为 ()。
- (A) 金融风控模式套用膳食评估 (B) 医疗伦理应用于营养咨询 (C) 教育诚信准则延伸至健康管理 (D) 工业标准替代营养干预方案 (E) 公共服务精神覆盖社区营养
- 8) 营养强化剂使用的基本要求包括 ()。
- (A) 必须符合《食品营养强化剂使用标准》(GB14880) 的规定 (B) 强化剂的添加量应控制在安全范围内，不得超过允许的最大使用量 (C) 营养强化应针对特定人群的营养缺乏状况，具有明确的公共卫生目的 (D) 强化食品应明确标注营养强化剂的名称和含量 (E) 选择营养强化剂种类不受食品类别限制
- 9) () 属于社区健康促进的主要内容。
- (A) 社区资源整合 (B) 健康生活方式推广 (C) 医疗器械销售 (D) 环境卫生改善 (E) 健康食品广告投放
- 10) 社区诊断通常包括 ()。
- (A) 社区基本人口学特征的分析 (B) 社区健康资源和服务状况的评估 (C) 社

区主要健康问题的识别 (D) 社区居民健康需求的调查 (E) 社区环境卫生状况的调查

11) 男性生殖系统的附属性器官包括 ()。

(A) 输精管 (B) 精囊腺 (C) 前列腺 (D) 尿道球腺 (E) 尿道

12) 道德发展过程中的普遍规律包括 ()。

(A) 从被动遵守到主动内化 (B) 由他律向自律转化 (C) 道德标准始终不变
(D) 与社会发展阶段无关 (E) 个体差异性逐步显现

13) 用于食物蛋白质质量评价的指标包括 ()。

(A) 生物价 (B) 蛋白质净利用率 (C) 蛋白质功效比值 (D) 氨基酸评分
(E) 食物中总蛋白含量

14) 维生素 B₆ 营养状况的评价指标包括 ()。

(A) 血清铁蛋白 (B) 血浆 PLP (5"-磷酸吡哆醛) (C) 尿肌酐系数 (D) 色氨酸负荷试验
(E) 红细胞转氨酶活性

15) () 属于常见的网络传播方法。

(A) 建立微信公众号平台 (B) 举办线下咨询活动 (C) 发布短视频营养科普内容
(D) 通过健康类 APP 推送营养建议 (E) 组织营养知识讲座比赛

16) () 属于提升演讲有声语言表达效果的技巧。

(A) 根据内容变化调整语速 (B) 使用单一语调避免分散注意 (C) 在关键处使用停顿以增强强调
(D) 结合语气变化表达情绪态度 (E) 保持语音清晰、发音准确

17) () 属于演讲过程中应掌握的非语言表达技巧。

(A) 与听众保持适当的目光接触 (B) 使用恰当的面部表情传达情感 (C) 尽量减少肢体动作以避免分散注意
(D) 注意站姿和身体姿态的稳重性 (E) 利用手势配合语言内容进行表达

18) 营养流行病学研究中, 控制偶然误差的统计方法包括 ()。

(A) 增大样本量 (B) 采用分层随机抽样 (C) 设置空白对照组 (D) 进行多因素回归分析
(E) 计算测量指标的变异系数

19) 可用于评估脂代谢状况的实验室指标包括 ()。

(A) 载脂蛋白 A1 (B) 血清总胆红素 (C) 血尿酸 (D) 脂蛋白 a (E) 血清淀粉酶

20) 群体咨询方案制定流程中, () 步骤是不可或缺的。

(A) 确定目标人群 (B) 分析营养问题 (C) 设定具体目标 (D) 制定实施计划
(E) 评估与反馈效果

21) 社区营养干预场所包括 ()。

(A) 社区 (B) 学校 (C) 工厂 (D) 医院 (E) 公司

22) 营养干预方案制定时应遵循 () 等基本原则。

(A) 科学性 (B) 可行性 (C) 针对性 (D) 持续性 (E) 经济性

23) 高血压患者膳食管理应遵循的原则包括 ()。

(A) 增加膳食纤维摄入 (B) 多喝浓茶和咖啡 (C) 优先选择动物内脏 (D) 保证钾的充足摄入 (E) 每日饮酒不超过 100ml

24) 食源性疾病预防对策中的技术处理包括 ()。

(A) 及时报告当地的卫生行政部门 (B) 救治中毒患者 (C) 对中毒场所的清洁、消毒 (D) 对导致中毒食品的控制 (E) 行政控制措施

25) 食品与原料的运输的卫生要求注意 ()。

(A) 防雨 (B) 防尘 (C) 防蝇 (D) 防晒 (E) 防盗

26) () 是属于环境因素可能导致疾病的表现。

(A) 完全由基因决定的遗传病 (B) 单次剧烈运动后的肌肉拉伤 (C) 长期暴露于有害化学物质后出现癌症 (D) 遗传性血友病的出血倾向 (E) 室内甲醛超标引发儿童哮喘

27) 公共卫生突发事件上报需做好接报记录, 记录内容包括 ()。

(A) 事件发生的时间、地点等 (B) 事件的可能性质、受威胁人数、发病人数、死亡人数等 (C) 发病的可能原因、初步分析的结果 (D) 报告时间、报告人、联系电话等 (E) 已采取的初步应急措施、尚需要上级有关部门解决的疑难问题等

28) 餐饮服务食品安全操作规范包括 ()。

(A) 患有有碍食品安全疾病的人员, 应调整到不影响食品安全的工作岗位 (B) 接触直接入口食品的从业人员应每年进行健康检查并取得健康证明 (C) 烹饪食品的中心温度应达到 70℃ 以上并保持足够时间 (D) 原料、半成品、成品及其盛放容器与工具分开使用、定位存放 (E) 食品添加剂应存放在专用橱柜, 并标示"食品添加剂"

29) 烟酸的生理功能包括 ()。

(A) 参与能量代谢 (NAD/NADP 辅酶) (B) 降低血浆甘油三酯 (C) 维持皮肤和神经系统健康 (D) 促进钙吸收 (E) 促成肌肉合成

30) 在对定量资料进行分析时, 通常采用 () 的方法来描述集中和离散趋势。

(A) 最大值 (B) 均数 (C) 标准差 (D) 最小值 (E) 频率

31) 蛋白质缺乏的诊断指标包括 ()。

(A) 血清葡萄糖水平升高 (B) 血清白蛋白水平降低 (C) 血尿酸水平升高 (D) 尿肌酐排出量减少 (E) 血清前白蛋白水平降低

32) 适宜于冷冻的食物是 ()。

(A) 牛奶 (B) 鸡蛋 (C) 禽肉 (D) 生肉 (E) 畜肉

33) 食品相关公共卫生突发事件包括 ()。

(A) 生物病原体所致疾病 (B) 不良生活习惯引起的慢性病 (C) 有毒有害因素污染造成的群体中毒 (D) 意外事故引起的死亡、煤矿瓦斯爆炸等 (E) 食物中毒事件

34) 生物电阻抗分析法(BIA)的描述中, 正确的有()。

(A) 测量时要求受试者空腹或餐后 2 小时, 身体放松平躺 (B) 其测量结果具有较好的稳定性, 适用于监测个体体成分的长期变化 (C) 不同品牌和型号的 BIA 仪器因其算法不同, 测量结果可直接进行比较 (D) 采用八电极的 BIA 设备可以分别测量躯干和四肢的阻抗, 精度高于四电极 (E) 测量时皮肤与电极必须直接接触, 穿着袜子会导致测量失败

35) 在应用膳食营养素参考摄入量(DRIs)为群体计划膳食时, 需要综合考虑()。

(A) 不同年龄、性别群体的 DRIs 差异 (B) 群体中营养素摄入量的分布情况 (C) 特定人群(如孕妇、老年人)的特殊 DRIs 需求 (D) 营养素的 UL(可耐受最高摄入量)标准 (E) 膳食中营养素的生物利用率

36) 血脂异常病人在营养治疗中, 补充()可能通过抗氧化或代谢调节作用改善血脂水平。

(A) 维生素 E (B) 维生素 C (C) 维生素 B12 (D) 叶酸 (E) 维生素 K

37) 促进道德内化的核心途径是()。

(A) 典型案例教育 (B) 情境模拟实践 (C) 延长理论学习时间 (D) 反思日记撰写 (E) 增加薪资待遇

38) 糖尿病饮食管理的原则包括()。

(A) 合理控制总能量 (B) 食物多样化 (C) 限制脂肪摄入量、适量选择优质蛋白质 (D) 适当控制主食类食物, 减少或禁止食用单糖及双糖的食物 (E) 矿物质、维生素、膳食纤维要合理充足

39) 高血压患者应保证充足的矿物质摄入, 包括()。

(A) 钾 (B) 钙 (C) 镁 (D) 钠 (E) 磷

40) 必需脂肪酸缺乏的实验室检测指标是()。

(A) 血清白蛋白 (B) 二十碳三烯酸 (C) 血红蛋白 (D) 空腹血糖 (E) 花生四烯酸

41) 保健食品区别于普通食品的特殊卫生监控项目包括()。

(A) 生产车间常规微生物检测 (B) 包装材料食品级安全认证 (C) 成品功效成分每周批次检测 (D) 实施基础 GMP 规范要求 (E) 外包装功能性声称合规审查

42) 在演讲中, () 的技巧有助于构建有效的开场白或结束语。

(A) 用提问引发听众思考 (B) 引用名人名言增强权威性 (C) 与主题贴合的故事引入内容 (D) 避免使用情感语言以保持中立 (E) 在结尾提出行动建议或鼓励

43) 尿液颜色异常可能提示的临床情况包括 ()。

- (A) 血尿时呈洗肉水样 (B) 胆红素尿时呈浓茶色 (C) 乳糜尿时呈乳白色
(D) 服用利福平后尿液变橙红色 (E) 脱水时尿液颜色加深

44) 常用的教学法包括 ()。

- (A) 讲授法 (B) 问答法 (C) 谈话法 (D) 演示法 (E) 考察法

45) 进行膳食调查时,准确计算家庭或集体食堂的食物消费率(实际消费量)是营养评估基础,()直接影响食物消费率计算结果准确性。

- (A) 调查期间食物市场价格的波动情况 (B) 调查开始时对家庭或食堂食物结存量的初始称量准确性 (C) 调查期间每日购入食物量的记录完整性 (D) 调查期间产生的食物废弃量(如丢弃、喂养动物)的记录完整性 (E) 调查结束时对剩余食物量的最终称量准确性

46) 案例教学法实施要点是 ()。

- (A) 精选案例 (B) 增加讨论时间,鼓励发表不同意见 (C) 实行小班授课制
(D) 密切联系实际 (E) 知能并重

47) 食物频率法的特点包括 ()。

- (A) 适用于评估长期膳食摄入模式 (B) 可快速获取大量人群的膳食数据 (C) 依赖被调查者对食物摄入频率的记忆 (D) 适用于精确计算每日营养素摄入量 (E) 常用于研究膳食与慢性病的关联。

48) 定性资料的分析过程包括 ()。

- (A) 案例研究分析 (B) 初步分析资料 (C) 整理资料 (D) 分析抽象 (E) 数值计算

49) 关于演讲准备阶段和演讲准备技巧的叙述正确的是 ()。

- (A) 演讲题目的确定不容忽视 (B) 演讲时演讲者首先要了解和熟悉听众 (C) 演讲的目的是感染、说服广大听众 (D) 要准备一份好的讲稿,首先要熟悉自己要讲的内容 (E) 演讲辅助教具要事先准备完善

50) 关于食品营养强化的叙述正确的是 ()。

- (A) 食品营养强化的根据是人群营养需要 (B) 食品营养强化的目的是提高食品营养价值 (C) 食品营养强化只可添加一种营养素 (D) 食品营养强化能添加多种营养素 (E) 经过强化的食品称为强化食品

51) 餐饮服务食品安全监督内容包括 ()。

- (A) 检查餐饮服务提供者的食品经营许可资质 (B) 核查食品原料采购索证索票和进货查验记录 (C) 监督食品加工制作过程的卫生规范执行情况 (D) 检查餐饮具清洗消毒和食品留样制度的落实 (E) 评估食品安全管理人員和从业人员的健康管理及培训情况

- 52) 高血压病人应选择的富含膳食纤维的食物有 ()。
- (A) 苹果 (B) 菠菜 (C) 白米饭 (D) 全麦面包 (E) 燕麦片
- 53) 尿液相对密度异常降低的病理原因包括 ()。
- (A) 脱水 (B) 尿崩症 (C) 糖尿病酮症酸中毒 (D) 慢性肾小管损伤 (E) 高蛋白饮食
- 54) 评价老年人营养状况需要特别关注的是 ()。
- (A) BMI 是否在正常范围之内 (B) 血脂、胆固醇是否正常 (C) 钙和骨骼健康 (D) 慢性病预防 (E) 蛋白质营养状况
- 55) () 的膳食行为与心脑血管疾病的发生密切相关。
- (A) 多食富含维生素 C 的水果 (B) 高脂高胆固醇饮食 (C) 多摄入膳食纤维 (D) 长期摄入反式脂肪酸 (E) 钠摄入量长期超标
- 56) 体成分分析仪测得的肌肉相关指标包括 ()。
- (A) 骨骼肌质量 (B) 体脂肪百分比 (C) 蛋白质含量 (D) 去脂体重 (E) 内脏脂肪面积
- 57) 常见的档案管理软件包括 ()。
- (A) GoogleDrive (B) OneNote (C) AutoCAD (D) NutritionistPro (E) Dropbox
- 58) 营养强化的意义和作用主要包括 ()。
- (A) 弥补天然食品的营养缺陷 (B) 补充食品营养素的损失 (C) 简化膳食处理, 方便摄食 (D) 适应不同人群生理及职业的需要 (E) 预防营养不良
- 59) 制作健康传播材料时, 需要特别注意 ()。
- (A) 信息的准确性 (B) 语言的通俗易懂 (C) 图片的吸引力 (D) 材料的耐用性 (E) 传播渠道的多样性
- 60) 计划行为理论中的主要构成要素包括 ()。
- (A) 政府政策支持力度 (B) 行为态度 (C) 行为认知方法 (D) 主观规范 (E) 周边环境影响
- 61) 铜缺乏可能导致 ()。
- (A) 高血压 (B) 葡萄糖耐量降低 (C) 毛发脱色 (D) 胃炎 (E) 贫血
- 62) 属于单一营养素补充剂的有 ()。
- (A) 维生素 D 胶囊 (B) 复合维生素 B 片 (C) 钙片 (D) 多种维生素矿物质片 (E) 铁剂
- 63) 食物频率法膳食调查中一般选用的食物进食次数单位有 ()。
- (A) 次/日 (B) 次/周 (C) 次/月 (D) 次/季 (E) 次/年
- 64) 食物频率法的技术要点是 ()。

(A) 需保证被调查对象常食用的食物种类均包括其中 (B) 选择调查方法时需注意调查的目的 (C) 调查时应考虑特定文化习俗地区人群的食物所具有的特殊性 (D) 食物频率表需多次讨论和安排一定次数的验证 (E) 进行定量食物频率法调查时, 需提供标准的食物份额大小的参考品

65) 高龄老人膳食在设计时, 应 ()。

(A) 采用高热量食物以增加体力 (B) 食物形态软烂、易咀嚼 (C) 搭配多样化 (D) 注重营养均衡 (E) 主食全部更换为粗粮

66) 定量分析主要是指对事物的 () 等数量关系所连行的分析。

(A) 大小 (B) 规模 (C) 速度 (D) 范围 (E) 程度

67) 影响 GI 的因素包括 ()、颗粒大小、成熟度和食品储藏、 α -淀粉酶限制因子等。

(A) 淀粉组成 (B) 单糖成分性质 (C) 黏性纤维 (D) 烹调 (E) 加工

68) 社区营养师在走访过程中, 可以采用 () 方式来全面了解居民的营养与健康状况。

(A) 通过观察了解居民的居住和饮食环境 (B) 设计并发放简明易懂的营养问卷 (C) 与重点人群进行个别访谈, 了解其饮食行为和健康困扰 (D) 收集居民的既往病史和体检信息 (E) 结合社区卫生服务站信息评估慢病高发趋势

69) 系统误差的特点包括 ()。

(A) 可以通过统计方法完全消除 (B) 大小和方向不可预测 (C) 具有可重复性 (D) 会导致测量值偏离真值 (E) 只存在于实验室检测中

70) 合理利用血糖生成指数指导饮食, 可带来的益处有 ()。

(A) 有助于控制餐后血糖水平 (B) 有利于维持体重, 预防肥胖 (C) 降低心血管疾病的发生风险 (D) 改善糖尿病患者的血糖控制 (E) 提高运动员的耐力和运动表现

71) 在营养流行病学研究中, 常用于分析变量间关联性的统计方法有 ()。

(A) t 检验 (B) 卡方检验 (C) 线性回归 (D) 方差分析 (E) Logistic 回归

72) 根据美国运动医学学会的定义, 关于体适能(physical fitness)的分类和组成, () 是正确的。

(A) 体适能仅包括与运动技能相关的身体素质, 如速度、爆发力和灵敏度 (B) 健康体适能是指个体完成日常工作后仍有余力应对突发事件的能力 (C) 体适能分为健康体适能和技能体适能两大类 (D) 关节柔韧性活动属于技能体适能的范畴 (E) 抗阻力活动主要通过有氧代谢供能, 以增强心肺耐力

73) 氟的生理功能包括 ()。

(A) 增强牙齿抗酸能力 (B) 加速骨骼形成 (C) 参与蛋白质合成 (D) 维持神经传导功能 (E) 参与能量代谢

74) 素食者保证蛋白质营养的策略包括 ()。

(A) 适量搭配食用大豆制品 (B) 多种植物蛋白搭配食用 (C) 完全依赖谷类作为主食 (D) 合理利用坚果和种子类 (E) 适当补充植物性蛋白粉

75) 富含益生菌的食物包括 ()。

(A) 新鲜水果 (B) 发酵豆制品 (C) 水产品 (D) 发酵蔬菜 (E) 酸奶

76) 定量数据分析中, 用于检验两组均数差异的常用方法包括 ()。

(A) 卡方检验 (B) t 检验 (C) 相关分析 (D) 回归分析 (E) 方差分析。

77) 血常规中提示可能存在血液系统恶性肿瘤的指标包括 ()。

(A) 未成熟粒细胞出现 (B) 单核细胞轻度减少 (C) 嗜酸性粒细胞比例正常 (D) 白细胞计数异常增高伴贫血 (E) 血红蛋白轻度升高

78) 正常排便需要的条件包括 ()。

(A) 饮食量及所含的纤维适当, 水的摄入量足够 (B) 肠道无梗阻, 消化、吸收、蠕动正常 (C) 有正常的排便反射, 腹肌及膈肌有足够的力量协助排便动作 (D) 每天至少排便两次 (E) 使用开塞露

79) 健康传播理论在实践应用中体现的重要特征包括 ()。

(A) 注重传播内容的科学性和准确性 (B) 强调受众的个体差异和需求分析 (C) 关注传播渠道的多样性和互补性 (D) 重视传播效果的评估和反馈 (E) 倡导双向互动的沟通模式

80) 常见的群体营养咨询形式有 ()。

(A) 家庭随访 (B) 专题讲座 (C) 现场咨询活动 (D) 小组互动工作坊 (E) 电话个别咨询

81) 践行"团结协作"需做到 ()。

(A) 否定同行方案 (B) 共享社区营养数据 (C) 垄断客户资源 (D) 尊重厨师专业建议 (E) 配合疾控中心调查

82) 高血压患者需限制的宏量营养素摄入包括 ()。

(A) 饱和脂肪酸 (B) 反式脂肪酸 (C) 胆固醇 (D) 膳食纤维 (E) 添加糖

83) () 可以用于收集健康传播材料受众的数据。

(A) 问卷调查 (B) 电话访谈 (C) 焦点小组讨论 (D) 社交媒体分析 (E) 实地观察

84) 关于教学法概念的叙述正确的是 ()。

(A) 是教师为达到教学目的而开展的教学活动的各种办法的总和 (B) 学生的学法要通过教师的教法而加以体现 (C) 教学法包括教师的教法和学生的学法两方面 (D) 教学是涉及师生两方面的共同活动 (E) 教学法也是教法与学法的辩证统一

85) 忠于职守的内涵有 ()。

(A) 严格执行 DRIs 标准 (B) 24h 应急响应 (C) 随时调整食谱 (D) 保护客户隐私 (E) 优先服务亲属

86) 血脂异常患者进行饮食调整时, 应遵循 () 原则。

(A) 控制总能量摄入, 维持健康体重 (B) 严格限制胆固醇摄入 (C) 增加可溶性膳食纤维摄入 (D) 避免所有脂肪的摄入 (E) 可适量选用富含植物固醇/甾烷醇的食品

87) 影响人体水平衡的因素包括 ()。

(A) 环境温度升高 (B) 高强度运动 (C) 高盐饮食 (D) 发热性疾病 (E) 饮酒

88) 不利于控制体重的饮食习惯有 ()。

(A) 边看电视边吃零食 (B) 在外就餐、经常饮酒 (C) 不吃早餐 (D) 经常吃油炸食品 (E) 经常吃宵夜

89) 富含钴的食物包括 () 等。

(A) 蘑菇 (B) 洋葱 (C) 菠菜 (D) 甜菜 (E) 荞麦

90) 影响老年人基础代谢率下降的因素有 ()。

(A) 肌肉量减少 (B) 甲状腺功能亢进 (C) 器官代谢活性降低 (D) 脂肪组织比例升高 (E) 体力活动量增加

91) 实习指导的意义包括 ()。

(A) 是一种重要的实践教学形式 (B) 是贯彻理论与实践相结合原则的具体体现 (C) 是培养具有较强实际工作能力的人才的重要方法和途径 (D) 使学生有能力参加科研活动 (E) 培养学生独立工作能力

92) 营养干预方案的基本内容应包括 ()。

(A) 项目背景的描述 (B) 总目标和分目标 (C) 工作所需的人力、物力清单 (D) 项目活动的时间安排 (E) 经费预算

93) 技能体适能评估的核心要素包括 ()。

(A) 神经肌肉协调性 (B) 反应速度 (C) 心肺耐力 (D) 爆发力 (E) 柔韧性

94) 血脂异常的膳食预防措施应包括 ()。

(A) 减少饱和脂肪酸摄入 (B) 增加膳食纤维摄入 (C) 每日饮用绿茶 5 杯以降低 LDL-C (D) 控制胆固醇摄入 (E) 食用动物内脏补充铁元素

95) () 是有效的社区咨询技巧。

(A) 保持耐心, 给予居民充分表达的时间 (B) 使用开放式问题引导居民详细描述 (C) 关注居民的情绪变化, 给予适当回应 (D) 复述居民的观点, 确认理解准确 (E) 尊重居民隐私, 维护咨询的保密性

96) () 是法定食物中毒报告单位。

(A) 发生食物中毒的单位 (B) 接收治疗食物中毒患者的各级各类卫生机构 (C) 中毒患者 (D) 当地政府的突发公共卫生事件应急处理领导小组 (E) 当地卫生行政部门

97) 常用于降低血脂的食物有 () 等。

(A) 豆类 (B) 山楂 (C) 洋葱 (D) 鱼类 (E) 大蒜

98) 营养师职业道德的有效培养方式有 ()。

(A) 入职培训 (B) 依赖个人对职业发展的要求 (C) 参与行业典型案例研讨 (D) 建立职业行为监督机制 (E) 定期进行道德自评

99) 钼的主要生理功能包括 ()。

(A) 参与黄嘌呤氧化酶的组成 (B) 催化亚硫酸盐转化为硫酸盐 (C) 维持骨骼健康 (D) 增强氟的作用 (E) 抗氧化作用

100) 铬的生理功能包括 ()。

(A) 参与糖代谢, 增强胰岛素敏感性 (B) 促进胆固醇分解, 降低血清胆固醇 (C) 构成甲状腺激素的成分 (D) 影响核酸代谢, 参与蛋白质合成 (E) 预防动脉硬化

101) 根据食品安全法, 食品生产经营禁止行为包括 ()。

(A) 用非食品原料生产食品 (B) 使用苏丹红作为食品添加剂 (C) 使用超过保质期的牛奶作为原料乳 (D) 用回收食品作为原料生产食品 (E) 感官性状异常的食品

102) 定性资料和定量资料的区别主要在 () 几方面。

(A) 结论 (B) 准确性 (C) 数据 (D) 分析方法 (E) 目的

103) 针对高龄老年人的特殊膳食建议包括 ()。

(A) 食物制作细软易消化 (B) 每日钠盐摄入量不超过 5g (C) 每日必须补充蛋白粉 (D) 进餐时保持坐姿防误吸 (E) 适量摄入优质动物性食品

104) 精益求精的实践包括 ()。

(A) 精确到克称重 (B) 优化烹饪温度 (C) 满足国标 (D) 个性化微调 (E) 沿用旧版指南

105) 关于钴的吸收与代谢, 正确的说法是 ()。

(A) 可经消化道和呼吸道进入人体 (B) 与铁竞争吸收部位 (C) 主要经尿液排出 (D) 吸收率高达 90% 以上 (E) 主要经胆汁排出

106) () 是档案管理软件的基本功能。

(A) 档案的存储与分类 (B) 视频剪辑与编辑 (C) 图表制作 (D) 实现快速准确的档案检索 (E) 档案的备份与恢复

107) 感觉系统的基本生理特性包括 ()。

(A) 适宜刺激 (B) 换能作用 (C) 编码功能 (D) 表达功能 (E) 适应现象

108) 血中矿物质检测指标包括 () 等。

(A) 血清钙 (B) 血清无机磷 (C) 血浆硒 (D) 磷酸钙 (E) 乳钙

109) 血常规化验指标正确的叙述是 ()。

(A) 成年男性红细胞计数正常值为 400-550 万/mm³ (B) 成年女性红细胞计数正常值为 350-500 万/mm³ (C) 新生儿红细胞计数正常值为 600-700 万/mm³ (D) 新生儿红细胞计数 1 周岁后逐渐下降 (E) 新生儿白细胞计数正常值为 15000-20000/mm³

110) 演讲者应具备的心理素质有 ()。

(A) 创新意识, 能够提出新颖观点并设计生动内容 (B) 反馈意识, 关注听众反应并及时调整表达方式 (C) 吸引意识, 通过语言和肢体调动听众注意力 (D) 自信意识, 在演讲中表现出坚定与可靠 (E) 独立意识, 能够自主准备和完成演讲任务

111) 营养素补充剂的作用包括 ()。

(A) 预防特定营养缺乏症 (B) 为特殊人群 (如孕妇、老人等) 提供额外营养支持 (C) 治疗所有疾病 (D) 增强智力 (E) 代替正常饮食

112) 参与式培训的技巧包括 ()。

(A) 以学生为中心 (B) 制定时间表 (C) 重视参与者的具体情况 (D) 保证均等的参与 (E) 正确应对不良表现

113) 营养干预效果评价中, () 通常被用作评价指标。

(A) 体重指数 (BMI) 的变化 (B) 目标人群膳食行为的改善 (C) 干预方案编制流程的完整性 (D) 营养相关疾病发病率的变化 (E) 营养知识水平的提高

114) 微型营养评价简表(MNA-SF)的评估内容包括 ()。

(A) 体重变化情况 (B) 饮食摄入量变化 (C) 活动能力评估 (D) 心理应激状态 (E) 小腿围测量

115) 符合"服务于民"要求的具体表现有 ()。

(A) 开展免费社区营养讲座 (B) 优先服务高收费客户 (C) 编写通俗易懂的膳食指南 (D) 为不同收入群体提供不同服务 (E) 建立便民咨询渠道

116) () 可用于评估老年人的功能状态。

(A) 日常生活活动 (ADLs) (B) 工具性日常生活活动 (IADLs) (C) 握力测试 (D) 血清白蛋白水平 (E) 24 小时膳食回顾

117) 体成分分析仪测量误差的分类中, () 属于可通过标准化操作和仪器校准进行控制的误差类型。

(A) 系统误差 (B) 随机误差 (C) 人为误差 (D) 方法误差 (E) 环境误差

118) 影响老年人矿物质吸收的因素包括 ()。

- (A) 胃酸分泌减少 (B) 植酸和草酸干扰 (C) 长期服用质子泵抑制剂 (D) 膳食纤维摄入过少 (E) 抗生素使用

119) 应用 DRIs 进行膳食评价时需要考虑的因素包括 ()。

- (A) 个体的年龄和性别 (B) 个体的活动量水平 (C) 食物的烹饪方式 (D) 特殊生理状态 (E) 食物的外观色泽

120) 膳食调查中数据收集的准确性主要依赖于 ()。

- (A) 使用标准量具和食物模型辅助估计 (B) 仅依靠被调查者口头描述食物种类 (C) 连续 3 天 24 小时回顾法结合称重法 (D) 对调查员进行统一培训以减少人为误差 (E) 通过实验室化学分析法验证部分样本

121) 可溶性膳食纤维对糖尿病患者的益处包括 ()。

- (A) 降低餐后血糖 (B) 减少胆固醇吸收 (C) 增加饱腹感 (D) 增提供必需氨基酸 (E) 完全替代降糖药物

122) 氟的主要食物来源有 ()。

- (A) 茶叶 (B) 水果 (C) 海鱼 (D) 饮用水 (E) 全谷物

123) 教学法的意义包括 ()。

- (A) 规范教学过程 (B) 保证考试分数高 (C) 提高学生学习效率 (D) 促进学生的主动参与 (E) 帮助教师科学安排教学内容

124) 属于非参数检验方法的是 ()。

- (A) t 检验 (B) Mann-WhitneyU 检验 (C) 方差分析 (D) Pearson 相关 (E) Kruskal-Wallis 检验

125) 关于铬的膳食参考摄入量(DRIs), 说法正确的是 ()。

- (A) 成年女性的 AI 为 $30 \mu\text{g/d}$ (B) 乳母的 AI 需额外增加 (C) 孕妇的需求量高于非孕女性 (D) 儿童需求量高于成人 (E) 婴儿需求高于成人

126) 富含钼的食物来源有 ()。

- (A) 动物肝脏 (B) 干豆类 (C) 全谷类 (D) 绿叶蔬菜 (E) 奶制品

127) 有效的体重管理策略包括 ()。

- (A) 控制能量摄入 (B) 增加身体活动 (C) 使用代餐产品代替正餐 (D) 不吃早餐 (E) 调整饮食结构

128) 食物频率法调查表的内容包括 ()。

- (A) 食物名单 (B) 食物成分 (C) 食物的食用频率 (D) 被调查者体力活动情况 (E) 膳食结构

129) 酒类中可能存在的微量营养成分包括 ()。

- (A) 乙醇 (B) 维生素 B2 (C) 甲醛 (D) 铁 (E) 亚硝酸盐

130) 食物频率法调查报告撰写的基本步骤包括 ()。

(A) 设计调查问卷 (B) 收集食物消费数据 (C) 分析营养素摄入量 (D) 绘制食物图谱 (E) 评估调查对象的文化程度。

131) 锌缺乏可能导致 ()。

(A) 龋齿 (B) 异食癖 (C) 免疫功能下降 (D) 食欲不振 (E) 甲状腺功能亢进

132) 社会主义职业道德发展的根本动力是 ()。

(A) 社会实践需求变化 (B) 生产力与生产关系矛盾运动 (C) 国际组织强制要求 (D) 精英阶层主观设计 (E) 偶然历史事件触发

133) 属于评价身体成分的常用方法是 ()。

(A) 体质指数 (BMI) (B) 坐位体前屈测试成绩 (C) 1 英里跑/走测试时间 (D) 腰围 (E) 台阶测试心率恢复值

134) 糖尿病预防的膳食原则包括 ()。

(A) 保证全谷物占主食 1/3 以上 (B) 每日饮用含糖饮料不超过 200ml (C) 优先选择油炸烹饪方式 (D) 餐餐有新鲜蔬菜 (E) 完全禁食所有水果

135) 使用档案管理软件进行健康档案管理时, () 是规范操作。

(A) 将健康档案信息保存为图片发送至微信个人聊天窗口以备查阅 (B) 设置不同用户权限, 控制档案访问范围 (C) 在使用过程中将软件操作记录全部删除以节省系统内存 (D) 建立个性化营养目标 (E) 利用档案编号、姓名等方式快速检索目标档案

136) 定性分析基本方法包括 ()。

(A) 案例研究分析 (B) 一致性比较法 (C) 比较性分析法 (D) 差异性比较分析 (E) 流程图方法

137) 营养干预形成评价和过程评价的常见内容包括 ()。

(A) 干预目标的合理性 (B) 干预方法的科学性 (C) 执行过程的质量控制 (D) 干预结果的健康效应 (E) 资源与人员配置的适宜性

138) 关于铜的生理功能的描述中, 正确的是 ()。

(A) 保护毛发正常的色素和结构 (B) 构成血红蛋白、肌红蛋白的成分 (C) 保护骨骼、血管和皮肤的正常 (D) 维护正常的造血功能 (E) 维持正常血压

139) 高血压的膳食预防应综合考虑 ()。

(A) 限制钠盐摄入 (B) 增加钾元素摄入 (C) 控制酒精摄入量 (D) 保持膳食纤维摄入 (E) 维持健康体重

140) 富含氯的食物来源有 ()。

(A) 烟熏食品 (B) 食盐 (C) 虾皮 (D) 酱咸菜 (E) 酱油

141) 尿常规指标包括 ()。

- (A) 颜色 (B) 尿蛋白 (C) 尿沉渣 (D) 尿糖 (E) 酮体

142) 应用膳食营养素参考摄入量(DRIs)评价个体营养素摄入状况时, 需结合 ()。

- (A) 临床生化检测结果 (B) 体格测量数据 (C) 膳食调查记录 (D) 食物强化标准 (E) UL 值进行综合分析

143) 与传统方法相比, 基于智能手机的饮食记录 APP, 具备 () 特点。

- (A) 可实现实时记录, 提高报告的即时性 (B) 内置大型食物图谱库, 辅助份量估算 (C) 能够完全自动化地识别和记录所有摄入食物 (D) 可利用推送通知等功能, 改善用户依从性 (E) 能够精确判断食物的烹饪方式与调料使用

144) 血脂异常患者膳食管理的核心原则包括 ()。

- (A) 严格限制饱和脂肪酸和反式脂肪酸 (B) 主食以精米白面为主以保证能量 (C) 每日必须补充深海鱼油胶囊 (D) 保证充足的膳食纤维尤其可溶性纤维 (E) 完全杜绝所有类型的植物油

145) 正确的饮食治疗便秘的方法包括 ()。

- (A) 多食富含粗纤维的蔬菜和水果 (B) 多食富含维生素 B 族的食物 (C) 忌吃辣椒等刺激性食物 (D) 少食干豆 (E) 多喝水

146) 老年人钙的良好来源食物包括 ()。

- (A) 牛奶及奶制品 (B) 大豆及豆制品 (C) 精制米面 (D) 深绿色蔬菜 (E) 瘦猪肉

147) 应用 DRIs 进行群体膳食评价时, 需要重点关注的指标包括 ()。

- (A) 个体最高摄入量记录 (B) 营养素摄入不足概率 (C) 食物烹饪损失率 (D) 群体摄入量分布情况 (E) 食品添加剂使用种类

148) 群体营养咨询过程中, () 体现了良好的“倾听与重述”技巧。

- (A) 对方表达过程中插话补充观点, 以提高效率 (B) 通过点头和目光接触表示关注 (C) 用自己的话复述对方的意思以确认理解是否一致 (D) 对参与者的情绪反应进行适当回应 (E) 对表达不清的发言不作回应, 以免引起误会

149) 维生素 D 营养状况的实验室评价指标包括 ()。

- (A) 血清 25-羟维生素 D 浓度 (B) 血清钙浓度 (C) 血清甲状旁腺激素水平 (D) 血清碱性磷酸酶活性 (E) 血清 1,25-二羟维生素 D 浓度

150) 慢性便秘预防的膳食建议包括 ()。

- (A) 多吃蔬菜 (B) 保证每日饮水量 1500-2000ml (C) 完全避免所有油脂摄入 (D) 规律摄入发酵乳制品 (E) 选择去皮去籽的水果

四、简答题(共 60 题、每题 1 分，合计 60 分)

- 1) 论述食物频率法的技术要点有哪些？
- 2) 食物频率法调查的步骤有哪些？
- 3) 请问食物频率定性调查表通常收集哪些资料，不收集哪些资料？
- 4) 阐述制订平面媒体传播材料制作的计划应包括哪些内容。
- 5) 突发公共卫生事件的处理应贯彻什么原则？

6) 简述体成分分析仪的概念。

7) 简述参与式培训的概念。

8) 简述制作平面媒体传播材料时，准备工作是指哪些内容，如何开展准备工作。

9) 简述进行健康传播材料受众分析的目的。

10) 膳食纤维分为哪两种？分别有哪些作用？

11) 什么是误差？误差主要分哪几种？

12) 阐述在制作平面媒体传播材料时，如何对目标人群进行需求评估。

13) 论述蛋白质的功效比值（PER）在评价蛋白质质量中的作用及意义。

14) 简述教学法的意义。

15) 铜的主要食物来源有哪些？

16) 食物频率法的定义及主要优点是什么？

17) 食物频率法的主要缺点有哪些？

18) 老年人的生理特点有哪些？

19) 多数国家是如何确定成人能量需要量的？婴儿的能量需要量主要由哪两部分组成？

20) 如何进行糖尿病的医学营养治疗？

21) 阐述参与式培训的主要特点。

22) 高血压的营养防治措施有哪些？

23) 摄入过量的氟有哪些危害？

24) 铬的生理功能有哪些？铬缺乏的危害有哪些？

25) 简述食品营养强化的概念，根据加入的营养素的种类，可以分为哪几类。

26) 简述体成分分析仪在健康管理中的主要作用。

27) 论述膳食纤维含量作为碳水化合物质量评价指标的作用。

28) 简述制作平面媒体传播材料的基本步骤。

29) 老年人在体成分方面发生哪些改变？

30) 简述教学法的特点。

31) 氯的生理功能有哪些？

32) 说明氨基酸评分（AAS）作为蛋白质质量评价指标的原理及其局限性。

33) 老年人对哪些矿物质的需求较高？为什么？

34) 简述教学法的概念及内涵。

35) 简述营养健康传播材料的制作原则。

36) 什么是氨基酸模式？如何进行计算？

37) 论述如何进行食物频率调查表的可靠性和有效性分析。

38) 体内水的正常平衡受哪些环节调节？

39) 阐述参与式培训的方法及选择标准。

40) 简述公共卫生突发事件的定义及特点。

41) 阐述必需脂肪酸含量作为脂肪质量评价指标的概念及其意义。

42) 如何做好突发公共卫生事件的平时的预防？

43) 多数国家是如何确定成人能量需要量的？孕妇额外需要的能量值包括哪两部分？

44) 阐述在制作平面媒体传播材料时，如何选择和确定所要传播的营养教育信息。

45) 什么是限制氨基酸？什么是第一限制氨基酸？

46) 如何进行糖尿病的综合治疗？

47) 如何做好突发公共卫生事件的战时的处理？

48) 简述卫生行政部门接到食源性疾病的报告后，如何进行行政处理？

49) 说明酸价作为脂肪质量评价指标的原理及其局限性。

50) 简述制作平面媒体传播材料组建的设计制作小组人员有哪些。

51) 疾病预防控制中心和卫生监督机构在接到突发公共卫生事件报告时，应记录哪些内容？

52) 什么是系统误差，有什么特点，如何校正系统误差？

53) 什么是讲授法？其优点有哪些？

54) 对体成分分析仪中常见的基础代谢率指标进行解读。

55) 简述营养健康传播材料的使用原则。

56) 在食品安全事故中，如何对可疑中毒食品进行控制处理？

57) 常用的教学法有哪些？

58) 老年人维生素 B1 的推荐摄入量为多少？富含维生素 B1 的食物有哪些？

59) 假设某测量工具的系统误差为+2%，若测量值为 100，求校正后的测量值。

60) 简述教学法的构成。

第4部分

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：1.1.1

试题名称：食物频率法膳食调查

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区计划对 50 名 55-65 岁中老年居民开展膳食营养调查，现提供完整的 50 份样本数据（含性别、年龄、食物频率等信息），数据详情如下表所示。考生需基于此数据完成调查表设计、人均日均摄入量计算、营养问题分析及干预建议制定。

食物频率调查数据集（次）

调查对象	性别	年龄	谷薯类/日	鱼虾类/周	畜禽类/日	鲜奶/日	蔬菜/日	水果/周
1	女	58	2	2	1	0.5	2	3
2	男	62	1.5	1	1.5	0	1.5	2
3	女	57	2	3	3	1	2	4
4	男	60	1	2	1	0.5	1	3
5	女	63	2.5	4	1	1.5	2.5	5
6	男	59	1.8	2	0.5	0.8	1.8	3

7	女	56	2	3	2	1	2	4
8	男	61	1.2	1	1	0.3	1.2	2
9	女	55	2.2	3	0.5	1.2	2.2	4
10	男	65	1.7	2	2	0.7	1.7	3
11	女	54	2.1	3	2	1.1	2.1	4
12	男	63	1.6	2	2	0.6	1.6	3
13	女	59	2.3	4	1	1.3	2.3	5
14	男	64	1.4	1	0.5	0.4	1.4	2
15	女	57	2.4	3	0.5	1.4	2.4	4
16	男	60	1.9	2	0.5	0.9	1.9	3
17	女	56	2.6	4	0.5	1.6	2.6	5
18	男	62	1.3	1	1	0.3	1.3	2
19	女	58	2.7	3	2	1.7	2.7	4
20	男	61	1.1	2	1	0.1	1.1	3
21	女	53	2.8	4	1	1.8	2.8	5
22	男	65	1	1	2	0	1	2
23	女	55	2.9	3	2	1.9	2.9	4
24	男	64	1.7	2	1	0.7	1.7	3
25	女	59	3	4	0.5	2	3	5
26	男	60	1.5	1	2	0.5	1.5	2
27	女	57	2.5	3	1	1.5	2.5	4
28	男	63	1.8	2	0.5	0.8	1.8	3

29	女	56	2.6	4	1	1.6	2.6	5
30	男	62	1.2	1	0.5	0.2	1.2	2
31	女	58	2.7	3	2	1.7	2.7	4
32	男	61	1.4	2	1	0.4	1.4	3
33	女	54	2.8	4	0.5	1.8	2.8	5
34	男	65	1	1	2	0	1	2
35	女	55	2.9	3	2	1.9	2.9	4
36	男	64	1.6	2	1	0.6	1.6	3
37	女	59	3	4	1	2	3	5
38	男	60	1.7	1	0.5	0.7	1.7	2
39	女	57	2.4	3	2	1.4	2.4	4
40	男	63	1.9	2	1	0.9	1.9	3
41	女	56	2.3	4	1	1.3	2.3	5
42	男	62	1.1	1	1	0.1	1.1	2
43	女	58	2.2	3	1	1.2	2.2	4
44	男	61	1.3	2	1	0.3	1.3	3
45	女	53	2.1	4	1	1.1	2.1	5
46	男	65	1	1	1	0	1	2
47	女	55	2	3	1	1	2	4
48	男	64	1.5	2	0.5	0.5	1.5	3
49	女	59	2.5	4	2	1.5	2.5	5
50	男	60	1.8	1	0.5	0.8	1.8	2

换算规则：

谷薯类 1 次=100g，鱼虾类 1 次=120g，鲜奶 1 次=200g

蔬菜类 1 次=200g，水果类 1 次=150g，畜禽肉 1 次=80g

蛋类 1 次=60g，豆类 1 次=50g，坚果 1 次=10g，盐 1 次=5g

油 1 次=10g

群体均值：

蛋类 24g/日，豆类 35g/日，坚果 8g/日，盐 6g/日，油 27g/次

2. 试题要求

（1）设计一份定量的食物频率法调查表，需包含“特殊饮食偏好”字段，且适配老年群体个体特征。

（2）根据上述数据集及换算规则，计算谷薯类、鱼虾类、鲜奶、畜禽类的人均日均摄入量。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.1.1

试题名称： 食物频率法膳食调查

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、定量食物频率法调查表设计	4	
2、人均日均摄入量计算	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.1.2

试题名称：食物频率法膳食调查与群体营养分析

考核时间：5 min

1. 背景资料

某幼儿园计划对 50 名 3-6 岁儿童开展膳食营养调查，现提供完整的 50 份样本数据（含性别、年龄、食物频率等信息），数据详情如下表所示。考生需基于此数据完成调查表设计、人均日均摄入量计算、营养问题分析及干预建议制定。

食物频率调查数据集（次）

调查对象	性别	年龄	谷类/日	乳制品/日	畜禽肉/周	蔬菜/日	水果/日
1	男	3	2	1.5	3	1	1
2	女	4	1.8	1	2	0.8	0.5
3	男	5	2.2	2	4	1.2	1.2
4	女	6	2	1.2	3	1	0.8
5	男	3	1.5	1	2	0.5	0.5
6	女	4	2.3	1.8	3	1.3	1
7	男	5	2.1	2.2	4	1.1	1.3
8	女	6	1.9	1.5	3	0.9	0.9
9	男	3	1.6	1.2	2	0.6	0.6
10	女	4	2.4	2	4	1.4	1.1

11	男	5	2	1.6	3	1	1
12	女	6	1.8	1.3	2	0.8	0.7
13	男	3	1.7	1.1	2	0.7	0.5
14	女	4	2.5	2.1	4	1.5	1.2
15	男	5	2.2	1.7	3	1.2	1.1
16	女	6	2	1.4	3	1	0.8
17	男	3	1.4	1	2	0.4	0.4
18	女	4	2.6	2.2	4	1.6	1.3
19	男	5	2.3	1.8	3	1.3	1.2
20	女	6	1.9	1.5	2	0.9	0.9
21	男	3	1.5	1.2	2	0.5	0.5
22	女	4	2.7	2.3	4	1.7	1.4
23	男	5	2.4	1.9	3	1.4	1.3
24	女	6	2.1	1.6	3	1.1	1
25	男	3	1.6	1.1	2	0.6	0.6
26	女	4	2.8	2.4	4	1.8	1.5
27	男	5	2.5	2	3	1.5	1.4
28	女	6	2.2	1.7	2	1.2	1.1
29	男	3	1.7	1.3	2	0.7	0.7
30	女	4	2.9	2.5	4	1.9	1.6
31	男	5	2.6	2.1	3	1.6	1.5
32	女	6	2.3	1.8	3	1.3	1.2
33	男	3	1.8	1.4	2	0.8	0.8
34	女	4	3	2.6	4	2	1.7
35	男	5	2.7	2.2	3	1.7	1.6
36	女	6	2.4	1.9	2	1.4	1.3
37	男	3	1.9	1.5	2	0.9	0.9
38	女	4	2.1	1.8	3	1.1	1

39	男	5	2.8	2.3	4	1.8	1.7
40	女	6	2.5	2	3	1.5	1.4
41	男	3	1.3	1	2	0.3	0.3
42	女	4	2.2	1.9	4	1.2	1.1
43	男	5	2.9	2.4	3	1.9	1.8
44	女	6	2.6	2.1	2	1.6	1.5
45	男	3	1.4	1.1	2	0.4	0.4
46	女	4	2.3	2	4	1.3	1.2
47	男	5	3	2.5	3	2	1.9
48	女	6	2.7	2.2	3	1.7	1.6
49	男	3	1.5	1.2	2	0.5	0.5
50	女	4	2.4	2.1	4	1.4	1.3

换算规则：

谷类 1 次=50g，乳制品 1 次=150g，畜禽肉 1 次=50g，蔬菜 1 次=100g，水果 1 次=80g，蛋类 1 次=40g，豆类 1 次=30g，油 1 次=5g

群体均值：

蛋类 18g/日，豆类 22g/日，油 15g/日

2、试题要求：

- (1) 计算下列食物的人均日均摄入量（谷类、乳制品、畜禽肉、蔬菜）。
- (2) 对比《中国居民膳食指南》宝塔标准，以该群体的数据分析该饮食存在的主要问题。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.1.2

试题名称： 食物频率法膳食调查与群体营养分析

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、人均日均摄入量计算	6	
2、饮食结构问题分析	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.1.3

试题名称：食物频率法膳食调查

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区卫生服务中心计划对 100 名 20-49 岁育龄妇女开展膳食营养调查，现提供完整的 100 份样本数据（含年龄分层、食物频率、饮食习惯等信息），数据详情如下表所示。考生需基于此数据完成调查表优化、分层人均日均摄入量计算、营养问题对比分析及针对性干预建议制定。

食物频率调查数据集（次）

调查对象	年龄分层	谷类/日	乳制品/日	鱼虾类/周	绿叶菜/日	坚果/周	是否素食
1	20-29 岁	1.8	0.5	2	0.6	1	否
2	20-29 岁	1.5	0.3	1	0.4	0	是
3	20-29 岁	1.6	0.4	2	0.5	1	否
4	20-29 岁	1.7	0.6	3	0.6	0	否
5	20-29 岁	1.9	0.5	2	0.7	1	否
6	20-29 岁	1.4	0.2	1	0.3	0	否
7	20-29 岁	1.8	0.5	2	0.6	1	否
8	20-29 岁	1.6	0.4	2	0.5	0	否
9	20-29 岁	1.7	0.5	3	0.6	1	否
10	20-29 岁	1.5	0.3	1	0.4	0	否

11	20-29 岁	1.9	0.6	2	0.7	1	否
12	20-29 岁	1.6	0.4	2	0.5	1	否
13	20-29 岁	1.8	0.5	2	0.6	0	否
14	20-29 岁	1.7	0.5	3	0.6	1	否
15	20-29 岁	1.5	0.3	1	0.4	0	是
16	20-29 岁	1.6	0.4	2	0.5	1	否
17	20-29 岁	1.8	0.5	2	0.6	1	否
18	20-29 岁	1.7	0.5	3	0.6	0	否
19	20-29 岁	1.9	0.6	2	0.7	1	否
20	20-29 岁	1.6	0.4	2	0.5	1	否
21	30-39 岁	2.1	1.2	3	1.1	2	否
22	30-39 岁	2.5	1.5	4	1.3	3	否
23	30-39 岁	2.4	1.3	3	1.2	2	否
24	30-39 岁	2.2	1.1	3	1.0	2	否
25	30-39 岁	2.3	1.4	3	1.2	2	否
26	30-39 岁	2.6	1.6	4	1.4	3	否
27	30-39 岁	2.4	1.3	3	1.2	2	否
28	30-39 岁	2.2	1.1	3	1.0	2	否
29	30-39 岁	2.5	1.5	4	1.3	3	否
30	30-39 岁	2.3	1.3	3	1.2	2	否
31	30-39 岁	2.4	1.4	3	1.2	2	否
32	30-39 岁	2.2	1.2	3	1.1	2	否
33	30-39 岁	2.5	1.5	4	1.3	3	否
34	30-39 岁	2.3	1.3	3	1.2	2	否
35	30-39 岁	2.4	1.4	3	1.2	2	否
36	30-39 岁	2.2	1.1	3	1.0	2	否
37	30-39 岁	2.5	1.5	4	1.3	3	否
38	30-39 岁	2.3	1.3	3	1.2	2	否

39	30-39 岁	2.4	1.4	3	1.2	2	否
40	30-39 岁	2.2	1.2	3	1.1	2	否
41	40-49 岁	2.3	0.8	1	0.9	1	否
42	40-49 岁	2.2	0.7	2	0.8	2	否
43	40-49 岁	2.0	0.9	1	0.7	1	否
44	40-49 岁	2.1	0.8	1	0.8	1	否
45	40-49 岁	2.3	0.9	2	0.9	2	否
46	40-49 岁	2.2	0.7	1	0.8	1	否
47	40-49 岁	2.0	0.8	1	0.7	1	否
48	40-49 岁	2.1	0.9	2	0.8	2	否
49	40-49 岁	2.3	0.8	1	0.9	1	否
50	40-49 岁	2.2	0.7	2	0.8	2	否
51	20-29 岁	1.8	0.5	2	0.6	1	否
52	20-29 岁	1.5	0.3	1	0.4	0	否
53	20-29 岁	1.6	0.4	2	0.5	1	否
54	20-29 岁	1.7	0.6	3	0.6	0	否
55	20-29 岁	1.9	0.5	2	0.7	1	否
56	20-29 岁	1.4	0.2	1	0.3	0	否
57	20-29 岁	1.8	0.5	2	0.6	1	否
58	20-29 岁	1.6	0.4	2	0.5	0	否
59	20-29 岁	1.7	0.5	3	0.6	1	否
60	20-29 岁	1.5	0.3	1	0.4	0	否
61	30-39 岁	2.1	1.2	3	1.1	2	否
62	30-39 岁	2.5	1.5	4	1.3	3	否
63	30-39 岁	2.4	1.3	3	1.2	2	否
64	30-39 岁	2.2	1.1	3	1.0	2	否
65	30-39 岁	2.3	1.4	3	1.2	2	否
66	30-39 岁	2.6	1.6	4	1.4	3	否

67	30-39 岁	2.4	1.3	3	1.2	2	否
68	30-39 岁	2.2	1.1	3	1.0	2	否
69	30-39 岁	2.5	1.5	4	1.3	3	否
70	30-39 岁	2.3	1.3	3	1.2	2	否
71	40-49 岁	2.3	0.8	1	0.9	1	否
72	40-49 岁	2.2	0.7	2	0.8	2	否
73	40-49 岁	2.0	0.9	1	0.7	1	否
74	40-49 岁	2.1	0.8	1	0.8	1	否
75	40-49 岁	2.3	0.9	2	0.9	2	否
76	40-49 岁	2.2	0.7	1	0.8	1	否
77	40-49 岁	2.0	0.8	1	0.7	1	否
78	40-49 岁	2.1	0.9	2	0.8	2	否
79	40-49 岁	2.3	0.8	1	0.9	1	否
80	40-49 岁	2.2	0.7	2	0.8	2	否
81	20-29 岁	1.8	0.5	2	0.6	1	否
82	20-29 岁	1.5	0.3	1	0.4	0	否
83	20-29 岁	1.6	0.4	2	0.5	1	否
84	20-29 岁	1.7	0.6	3	0.6	0	否
85	20-29 岁	1.9	0.5	2	0.7	1	否
86	30-39 岁	2.1	1.2	3	1.1	2	否
87	30-39 岁	2.5	1.5	4	1.3	3	否
88	30-39 岁	2.4	1.3	3	1.2	2	否
89	30-39 岁	2.2	1.1	3	1.0	2	否
90	30-39 岁	2.3	1.4	3	1.2	2	否
91	40-49 岁	2.3	0.8	1	0.9	1	否
92	40-49 岁	2.2	0.7	2	0.8	2	否
93	40-49 岁	2.0	0.9	1	0.7	1	否
94	40-49 岁	2.1	0.8	1	0.8	1	否

95	40-49 岁	2.3	0.9	2	0.9	2	否
96	40-49 岁	2.2	0.7	2	0.8	2	否
97	20-29 岁	1.6	0.4	2	0.5	1	否
98	30-39 岁	2.4	1.3	3	1.2	2	否
99	40-49 岁	2.0	0.9	1	0.7	1	否
100	20-29 岁	1.7	0.6	3	0.6	0	否

换算规则：

谷类 1 次=60g，乳制品 1 次=200g，鱼虾类 1 次=70g，绿叶菜 1 次=120g，坚果 1 次=25g

群体均值（全人群）：

薯类 80g/日，水果 150g/日，烹调油 25g/日

2. 试题要求

（1）以以上材料为基础，完成调查表优化设计。

（2）计算 30-39 岁年龄层的人均日均摄入量（谷类、乳制品、鱼虾类、绿叶菜）（保留一位小数）。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.1.3

试题名称： 食物频率法膳食调查

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、定量食物频率法调查表设计	4	
2、年龄层人均日均摄入量计算	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.1.4

试题名称：青少年运动员膳食调查与营养分析

考核时间：5 min

1. 背景资料

某体校对 30 名 13-18 岁青少年运动员开展膳食营养调查，涵盖性别、年龄（13-15 岁/16-18 岁）、运动项目（田径/球类/游泳）、每日食物摄入数据及训练信息。完整数据如下表：

调查对象	性别	年龄	运动项目	谷薯类 (g/日)	畜禽肉 (g/日)	鱼虾类 (次/周)	奶类 (ml/日)	蔬菜 (g/日)	水果 (g/日)	烹饪油 (g/日)	训练次数 (次/周)	近期是否有运动损伤
1	男	14	田径	350	120	4	400	200	150	30	5	否
2	女	16	球类	300	90	3	300	250	200	25	6	否
3	男	15	游泳	400	150	5	500	180	180	35	6	是

4	女	17	田径	280	80	2	250	220	160	20	5	否
5	男	13	球类	320	100	3	350	150	120	28	4	否
6	女	18	游泳	360	110	4	450	260	220	32	7	否
7	男	16	田径	380	130	3	420	190	170	33	6	否
8	女	14	球类	290	85	2	280	240	190	24	5	否
9	男	17	游泳	420	160	6	550	210	200	38	7	是
10	女	15	田径	310	95	3	320	230	180	26	5	否
11	男	18	球类	390	140	4	480	170	160	34	6	否
12	女	13	游泳	330	90	5	360	270	210	29	4	否
13	男	15	田径	360	125	3	410	180	150	31	6	否
14	女	17	球类	300	80	2	300	250	190	23	5	是
15	男	14	游泳	410	155	5	520	200	190	36	7	否
16	女	16	田径	290	85	3	290	220	170	25	6	否
17	男	13	球类	330	105	3	370	160	130	27	4	否
18	女	18	游泳	370	115	4	460	280	230	33	7	否
19	男	16	田	390	135	4	430	200	180	35	6	是

			径									
20	女	15	球类	300	85	2	290	240	180	24	5	否
21	男	17	游泳	430	165	6	560	220	210	39	7	否
22	女	14	田径	320	90	3	330	230	190	27	5	否
23	男	18	球类	400	145	4	490	180	170	35	6	否
24	女	13	游泳	340	95	5	380	280	220	30	4	否
25	男	15	田径	370	130	3	420	190	160	32	6	否
26	女	17	球类	310	85	2	310	260	200	24	5	否
27	男	14	游泳	420	160	5	530	210	200	37	7	是
28	女	16	田径	300	90	3	300	230	180	26	6	否
29	男	13	球类	340	110	3	380	170	140	28	4	否
30	女	18	游泳	380	120	5	470	290	240	34	7	否

换算规则:

谷薯类 1 次=100g, 畜禽肉 1 次=50g, 鱼虾类 1 次=100g, 奶类 1 次=200ml, 蔬菜 1 次=100g, 水果 1 次=100g, 烹饪油 1 次=10g。

参考标准:

谷薯类: 350-500g/日 (13-15 岁)、400-550g/日 (16-18 岁)

畜禽肉+鱼虾类：150-200g/日（其中鱼虾类 $\geq$ 50g/日）

奶类：400-600ml/日

蔬菜：300-400g/日，水果：200-300g/日

烹饪油： $\leq$ 25g/日

2. 试题要求

- （1）计算人均日均谷薯类、畜禽肉+鱼虾类、奶类、蔬菜、烹饪油摄入量。
- （2）对比推荐标准，分析该群体膳食结构的主要问题。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.1.4

试题名称： 青少年运动员膳食调查与营养分析

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 双维度分组摄入量计算	6	
2. 膳食问题与运动能力关联分析	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.1.1.5

试题名称：评估社区高血压老年人群膳食

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区为制定高血压老年人群营养管理方案，计划对 50 名 60-70 岁高血压居民（收缩压 $\geq 140\text{mmHg}$ 或舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$ ，均未服用降压药）开展膳食营养调查，现提供完整的 50 份样本数据（含性别、年龄、食物频率等信息），数据详情如下表所示。考生需基于此数据完成调查表设计、人均日均摄入量计算、营养问题分析及干预建议制定。

食物频率调查数据集（次）

调查对象	性别	年龄	谷薯类/日	鱼虾类/周	畜禽类/日	低脂奶/日	蔬菜/日	低 GI 水果/周
1	女	62	1.5	1	1.2	0.3	1.2	2
2	男	68	1.2	2	1.5	0	1.0	1
3	女	65	2.0	3	0.8	0.8	1.8	3
4	男	63	1.0	1	1.0	0.2	0.8	2
5	女	69	2.2	4	0.5	1.2	2.0	4
6	男	61	1.6	2	0.6	0.5	1.5	2
7	女	64	1.8	3	0.7	0.9	1.9	3
8	男	67	1.1	1	1.1	0.1	0.9	1
9	女	66	2.1	3	0.6	1.1	2.1	4

10	男	60	1.7	2	1.3	0.4	1.6	2
11	女	65	2.3	4	0.5	1.3	2.3	5
12	男	62	1.4	1	0.9	0.3	1.3	2
13	女	68	2.4	3	0.7	1.4	2.4	4
14	男	64	1.3	2	1.0	0.2	1.2	1
15	女	61	2.5	4	0.6	1.5	2.5	5
16	男	69	1.8	1	0.8	0.1	1.7	2
17	女	63	2.6	3	0.5	1.6	2.6	4
18	男	66	1.2	2	1.1	0.4	1.1	1
19	女	67	2.7	4	0.7	1.7	2.7	5
20	男	60	1.5	1	0.9	0.3	1.4	2
21	女	64	2.8	3	0.6	1.8	2.8	4
22	男	68	1.0	2	1.2	0	1.0	1
23	女	62	2.9	4	0.5	1.9	2.9	5
24	男	65	1.6	1	1.0	0.2	1.5	2
25	女	69	3.0	3	0.7	2.0	3.0	4
26	男	61	1.7	2	0.8	0.5	1.6	1
27	女	66	2.5	4	0.6	1.5	2.5	5
28	男	63	1.9	1	0.9	0.3	1.8	2
29	女	68	2.6	3	0.5	1.6	2.6	4
30	男	64	1.1	2	1.1	0.1	1.1	1
31	女	65	2.7	4	0.7	1.7	2.7	5
32	男	60	1.4	1	0.8	0.4	1.3	2
33	女	69	2.8	3	0.6	1.8	2.8	4
34	男	62	1.0	2	1.2	0	1.0	1
35	女	67	2.9	4	0.5	1.9	2.9	5
36	男	65	1.6	1	1.0	0.2	1.5	2
37	女	61	3.0	3	0.7	2.0	3.0	4

38	男	68	1.7	2	0.8	0.5	1.6	1
39	女	64	2.4	4	0.6	1.4	2.4	5
40	男	63	1.9	1	0.9	0.3	1.8	2
41	女	66	2.3	3	0.5	1.3	2.3	4
42	男	69	1.1	2	1.1	0.1	1.1	1
43	女	62	2.2	4	0.7	1.2	2.2	5
44	男	60	1.3	1	0.8	0.4	1.3	2
45	女	65	2.1	3	0.6	1.1	2.1	4
46	男	68	1.0	2	1.2	0	1.0	1
47	女	67	2.0	4	0.5	1.0	2.0	5
48	男	64	1.5	1	0.9	0.5	1.5	2
49	女	61	2.5	3	0.7	1.5	2.5	4
50	男	69	1.8	2	0.8	0.8	1.8	1

换算规则

谷薯类 1 次=100g，鱼虾类 1 次=120g（限深海鱼/淡水鱼，不含虾蟹），低脂奶 1 次=200g，蔬菜类 1 次=200g（深色蔬菜占比需标注），低 GI 水果 1 次=150g（如苹果、梨，不含香蕉、葡萄），畜禽类 1 次=80g（限瘦肉，不含内脏/肥肉），蛋类 1 次=60g，豆类 1 次=50g，坚果 1 次=10g（限原味），盐 1 次=5g，油 1 次=10g（限植物油）。

群体均值

蛋类 22g/日，豆类 32g/日，坚果 7g/日，盐 7.2g/日，油 29g/日，全谷物占谷薯类比例 20%，深色蔬菜占蔬菜类比例 35%。

2. 试题要求

（1）设计一份定量的食物频率法调查表。

(2) 根据上述数据集及换算规则，计算谷薯类、鱼虾类、低脂奶、畜禽类的人均日均摄入量。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.1.5

试题名称： 评估社区高血压老年人群膳食

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、定量食物频率法调查表设计	4	
2、人均日均摄入量计算	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.2.1

试题名称：评估社区青少年群体膳食摄入情况

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区 15 岁男性青少年群体（共 30 人），正接受为期 1 个月的膳食习惯调查，调查采用食物频率法记录其每日食物摄入的频率与量，旨在评估其营养摄入均衡性、识别潜在营养问题，为膳食管理提供依据。相关调查数据如下：

（1）群体食物频率调查表

食物名称	是否食用 (是填 1，否填 0)	每月食用次数	平均每次食用量(克)
1. 大米	1	750	200
2. 全麦面包	1	600	150
3. 燕麦片	1	450	100
4. 油炸食品(炸鸡翅)	1	300	120
5. 豆类及其制品	1	540	80
6. 坚果	1	360	60
7. 新鲜蔬菜	1	900	300
8. 新鲜水果	1	750	200
9. 猪肉	1	450	130
10. 牛肉	1	360	110
11. 禽肉(鸡肉)	1	660	140
12. 水产品(鱼虾)	1	420	160
13. 鲜奶	1	750	250
14. 奶粉	0	-	-
15. 酸奶	1	540	220

16. 蛋类（鸡蛋）	1	750	80
17. 白酒	0	-	-
18. 啤酒	0	-	-
19. 果酒	0	-	-
20. 果汁饮料	1	450	280
21. 其他饮料	1	660	320

(2) 30 人营养素月总摄入量表

营养素名称	群体总摄入量（/月）
能量	2621430 kcal
蛋白质	111240 g
脂肪	88830 g
碳水化合物	344250 g
钙	802800 mg
铁	17640 mg
维生素 C	124200 mg
维生素 D	2880 μg
纤维素	25650 g
糖	130500 g

2. 试题要求

(1) 根据“群体食物频率调查表”，计算群体对于坚果、全麦面包、新鲜水果、鲜奶月摄入量。

(2) 依据《青少年膳食指南》，评估人均能量摄入量是否符合标准，并简要说明理由；

(3) 结合上述计算结果与“营养素摄入量表”，识别人均膳食中的主要营养问题。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.2.1

试题名称： 评估社区青少年群体膳食摄入情况

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、食物月摄入量计算	4	
2、能量摄入量评估	3	
3、营养问题识别	3	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.2.2

试题名称：评估社区老年人群体膳食摄入情况

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区开展 70 岁老年人群（共 30 人）膳食健康调查，采用食物频率法记录该群体每月食物摄入频率与平均食用量，旨在评估群体营养摄入合理性，为社区老年营养干预提供依据。相关调查数据如下：

（1）群体食物频率调查表

食物名称	是否食用（是填 1， 否填 0）	每月平均食用次 数	每次平均食用量 （克）
1. 精白米面	1	840	180
2. 杂粮（玉米、小米 等）	1	300	120
3. 新鲜蔬菜	1	750	250
4. 新鲜水果	1	540	150
5. 低脂牛奶	1	450	200
6. 豆制品	1	360	100
7. 猪牛羊肉	1	660	150
8. 鱼虾类	1	240	100
9. 蛋类	1	600	60
10. 烹调油	1	900	30

11. 食盐	1	900	10
12. 坚果	1	240	20
13. 含糖糕点	1	450	80
14. 白开水	1	900	800
15. 浓茶	1	750	500

(2) 该人群营养素月总摄入量表

营养素名称	群体总摄入量
能量	1890000kcal
蛋白质	67500g
脂肪	63000g
碳水化合物	243000g
钠	2700000mg
钙	450000mg
膳食纤维	13500g
水分	7200000mL

2. 试题要求

(1) 根据“群体食物频率调查表”，计算该老年群体的杂粮、低脂牛奶、豆制品、新鲜蔬菜的月总摄入量。

(2) 依据《中国居民膳食指南（2022）》中 70 岁轻体力活动老年人能量推荐标准，评估该群体平均每日能量摄入量是否符合标准，并简要说明理由。

(3) 结合上述计算结果与“群体营养素摄入量表”，识别该老年群体膳食中的主要营养问题。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.2.2

试题名称： 评估社区老年人群体膳食摄入情况

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、食物月摄入量计算	4	
2、能量摄入量评估	3	
3、营养问题识别	3	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：1.2.3

试题名称：评估社区妊娠期糖尿病孕妇群体膳食摄入情况

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区对 20 名妊娠期糖尿病（GDM）孕妇（孕周 24-32 周）开展膳食监测，采用食物频率法记录每月食物摄入情况，旨在评估其膳食对血糖控制及胎儿发育的影响。相关数据如下：

（1）群体食物频率调查表

食物名称	是否食用（是填 1，否填 0）	每月平均食用次数	每次平均食用量（克）
1. 白米饭	1	560	200
2. 全谷物（燕麦粥）	1	160	150
3. 面条（精制）	1	400	180
4. 新鲜蔬菜（深色）	1	300	250
5. 高 GI 水果（荔枝、芒果）	1	240	150
6. 瘦肉（牛肉、鸡胸肉）	1	360	100
7. 鸡蛋	1	500	60
8. 牛奶（低脂）	1	200	250
9. 添加糖（蛋糕、蜂蜜）	1	320	30

10. 坚果（核桃）	1	120	20
11. 油炸食品（薯条）	1	280	100
12. 豆制品（豆腐、豆浆）	1	200	120

（2）该群体营养素月总摄入量表

营养素名称	群体总摄入量
能量	1080000kcal
碳水化合物	135000g
蛋白质	36000g
脂肪	36000g
膳食纤维	5400g
叶酸	18000μg
铁	3600mg
钙	270000mg

2. 试题要求

（1）根据“群体食物频率调查表”，计算该群体的全谷物（燕麦粥）、高 GI 水果、添加糖、豆制品的月总摄入量。

（2）依据《妊娠期糖尿病膳食指南》，评估该群体平均每日碳水化合物供能比是否符合标准，并说明理由。

（3）结合上述结果与“群体营养素摄入量表”，识别该群体膳食中与血糖控制及孕期营养相关的主要问题。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1. 2. 3

试题名称： 评估社区妊娠期糖尿病孕妇群体膳食摄入情况

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、食物月摄入量计算	4	
2、能量摄入量评估	3	
3、营养问题识别	3	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.2.4

试题名称：评估社区高血压合并高血脂患者群体膳食摄入情况

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区卫生服务中心对 40 名高血压合并高血脂患者（年龄 50-70 岁，男女各半）开展膳食干预前评估，采用食物频率法记录每月食物摄入情况，旨在为个性化膳食指导提供依据。相关数据如下：

（1）群体食物频率调查表

食物名称	是否食用（是填 1，否填 0）	每月平均食用次数	每次平均食用量（克）
1. 腌制食品（咸菜、香肠）	1	1000	50
2. 全谷物（玉米、荞麦）	1	240	100
3. 猪肥肉/动物内脏	1	720	80
4. 深海鱼（三文鱼、鳕鱼）	1	160	120
5. 新鲜蔬菜（绿叶菜）	1	600	200
6. 精制糕点（蛋糕、酥饼）	1	480	100
7. 坚果（核桃、杏仁）	1	200	20

8. 烹调油（猪油、棕榈油）	1	1200	40
----------------	---	------	----

(2) 该群体营养素月总摄入量表

营养素名称	群体总摄入量
能量	2520000kcal
蛋白质	72000g
总脂肪	90000g
饱和脂肪酸	36000g
碳水化合物	288000g
钠	6000000mg
膳食纤维	10800g
Omega-3 脂肪酸	1800g

2. 试题要求

(1) 根据“群体食物频率调查表”，计算该群体的腌制食品、全谷物、深海鱼、坚果的月总摄入量。

(2) 依据《中国高血压防治指南》《中国成人血脂异常防治指南》，评估该群体饱和脂肪酸供能比是否符合标准，并说明理由。

(3) 结合上述结果与“群体营养素摄入量表”，识别该群体膳食中与血压、血脂控制相关的主要问题。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.2.4

试题名称： 评估社区高血压合并高血脂患者群体膳食摄入情况

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、食物月摄入量计算	4	
2、能量摄入量评估	3	
3、营养问题识别	3	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.2.5

试题名称：评估住院胃肠道术后康复期患者群体膳食摄入情况

考核时间：5min

1. 背景资料

某医院营养科对 30 名胃肠道术后 2-4 周的康复期患者（年龄 40-65 岁）开展膳食监测，采用食物频率法记录每日食物摄入情况，旨在评估其膳食对伤口愈合及消化功能恢复的影响，优化康复期营养支持方案。相关数据如下：

（3）群体食物频率调查表

食物名称	是否食用（是填 1，否填 0）	每月平均食用次数	每次平均食用量（克）
1. 白米粥	1	900	300
2. 蒸蛋羹	1	600	150
3. 肥肉粥	1	450	200
4. 油炸肉丸	1	360	100
5. 清炒绿叶菜	1	300	150
6. 豆腐脑	1	540	250
7. 全脂牛奶	1	240	200
8. 蜂蜜水	1	750	200（含蜂蜜 20g）
9. 鱼肉泥（鲈鱼）	1	180	100
10. 蛋糕（奶油）	1	420	120

(4) 该群体营养素月总摄入量表

营养素名称	群体总摄入量
能量	1620000kcal
蛋白质	40500g
优质蛋白质	13500g
脂肪	54000g
膳食纤维	3600g
锌	2700mg
维生素 C	16200mg
乳糖	14400g

2. 试题要求

(1) 根据“群体食物频率调查表”，计算该群体的蒸蛋羹、清炒绿叶菜、鱼肉泥、蜂蜜水（含蜂蜜）的月总摄入量。

(2) 依据《临床营养指南（2023 版）》中胃肠道术后康复期营养要求，评估该群体平均每日蛋白质总摄入量及优质蛋白占比是否符合标准，并说明理由。

(3) 结合上述结果与“群体营养素摄入量表”，识别该群体膳食中与术后康复相关的主要营养问题。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.2.5

试题名称： 评估住院胃肠道术后康复期患者群体膳食摄入情况

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、食物月摄入量计算	4	
2、能量摄入量评估	3	
3、营养问题识别	3	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.3.1

试题名称：评估社区青少年群体膳食摄入情况

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区对 30 名青少年（含高一至高三男女生）开展为期 1 个月的膳食调查，采用 24 小时回忆法记录每日食物摄入量及营养素数据，旨在评估群体营养摄入均衡性，为社区膳食管理与健康干预提供依据。具体调查数据如下：

青少年群体营养素摄入数据表：

编号	性别	年级	蛋白质 (克)	脂肪 (克)	碳水化合物 (克)	维生素 A (微克)	铁(毫 克)	钙(毫 克)
201	女	高一	55	65	320	850	14	1047
202	男	高二	48	72	310	880	13	668.7
203	女	高三	50	68	305	890	15	664.7
204	男	高一	52	70	315	860	16	1040.8
205	女	高二	51	69	310	875	14	940.5
206	男	高三	53	71	315	895	15	804.4
207	女	高一	54	67	310	865	14	1039.75
208	男	高二	49	73	305	885	13	542.05
209	女	高三	52	69	308	895	15	567.2
210	男	高一	50	70	310	855	16	792.6
211	女	高二	52	72	315	880	14	996.05
212	男	高三	54	73	320	900	16	838.05
213	女	高一	55	65	320	850	14	833

214	男	高二	48	72	310	880	13	529.9
215	女	高三	50	68	305	890	15	1039.5
216	男	高一	52	70	315	860	16	1093.2
217	女	高二	51	69	310	875	14	858
218	男	高三	53	71	315	895	15	900
219	女	高一	54	67	310	865	14	1174.5
220	男	高二	49	73	305	885	13	540.5
221	女	高三	52	69	308	895	15	1184.4
222	男	高一	50	70	310	855	16	856.8
223	女	高二	52	72	315	880	14	715.4
224	男	高三	54	73	320	900	16	1099.1
225	女	高一	55	65	320	850	14	703.5
226	男	高二	48	72	310	880	13	585.6
227	女	高三	50	68	305	890	15	1003.7
228	男	高一	52	70	315	860	16	885.2
229	女	高二	51	69	310	875	14	620.6
230	男	高三	53	71	315	895	15	1040.3

参考标准（节选）

- 膳食蛋白质参考摄入量（15岁人群）：男性 RNI75g/日，女性 RNI60g/日
- 膳食宏量营养素可接受范围（AMDR，15岁人群）：脂肪 20-30%E，碳水化合物 50-65%E
- 膳食维生素 A 参考摄入量（15岁人群）：男性 RNI810 μ g/日，女性 RNI670 μ g/日
- 膳食铁参考摄入量（15岁人群）：男性 RNI16mg/日，女性 RNI18mg/日
- 膳食钙参考摄入量（15岁人群）：RNI1000mg/日

2. 试题要求

- （1）计算该青少年群体蛋白质（男）、钙的平均摄入量，并与上述推荐摄入量对

比。

(2) 基于计算结果，深入分析并识别该群体膳食中的主要营养问题。

(3) 针对识别的问题，提出具体、可操作的营养改进建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.3.1

试题名称： 评估社区青少年群体膳食摄入情况

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、营养素平均摄入量计算与对比	4	
2、膳食营养问题识别	2	
3、营养改进建议	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.3.2

试题名称：评估社区老年人群体膳食摄入情况

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区对 30 名老年人（60-75 岁，含男女）开展为期 1 个月的膳食调查，采用 24 小时回忆法记录每日食物摄入量及营养素数据，旨在评估老年群体营养摄入均衡性，为社区老年膳食干预提供依据。具体调查数据如下：

老年人群体营养素摄入数据表：

编号	性别	年龄 (岁)	蛋白质 (克)	脂肪 (克)	碳水化合物 (克)	钙 (mg)	铁 (mg)	维生素 D(μ g)
301	男	62	58	60	280	850	12	8.5
302	女	65	50	55	270	780	11	7.2
303	男	68	60	62	285	820	13	9.0
304	女	70	49	56	265	760	10	6.8
305	男	63	59	59	275	840	12	8.8
306	女	66	51	54	272	790	11	7.5
307	男	69	61	61	282	830	13	9.2
308	女	72	48	57	268	770	10	7.0
309	男	64	57	60	280	810	12	8.6
310	女	67	52	55	271	785	11	7.3
311	男	70	62	63	286	850	13	9.1
312	女	65	47	56	266	750	10	6.9
313	男	66	58	59	278	820	12	8.7

314	女	68	50	54	270	775	11	7.4
315	男	69	60	61	283	835	13	9.0
316	女	71	49	57	269	765	10	7.1
317	男	63	59	60	276	830	12	8.9
318	女	66	51	55	273	780	11	7.6
319	男	67	61	62	284	840	13	9.3
320	女	70	48	56	267	755	10	7.0
321	男	64	58	59	279	825	12	8.8
322	女	68	50	54	271	770	11	7.5
323	男	69	60	61	282	830	13	9.1
324	女	72	47	57	265	760	10	6.8
325	男	65	59	60	280	815	12	8.7
326	女	67	51	55	272	780	11	7.3
327	男	70	62	63	285	850	13	9.2
328	女	66	49	56	268	770	10	7.1
329	男	68	58	60	278	820	12	8.8
330	女	71	50	55	270	780	11	7.4

参考标准（节选）

膳食蛋白质参考摄入量（60-75 岁人群）：男性 RNI65g/日，女性 RNI55g/日

膳食宏量营养素可接受范围（AMDR，60-75 岁人群）：脂肪 20-30%E，碳水化合物 50-65%E

膳食钙参考摄入量（60-75 岁人群）：AI1000mg/日

膳食铁参考摄入量（60-75 岁人群）：男性 RNI12mg/日，女性 RNI12mg/日（无月经）

膳食维生素 D 参考摄入量（60-75 岁人群）：RNI15 μ g/日

2. 试题要求

(1) 计算该老年人群体蛋白质（女）、维生素 D 的平均摄入量，并与上述推荐摄入量对比。

(2) 基于计算结果，深入分析并识别该群体膳食中的主要营养问题。

(3) 针对识别的问题，提出具体、可操作的营养改进建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.3.2

试题名称： 评估社区老年人群体膳食摄入情况

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、营养素平均摄入量计算与对比	4	
2、膳食营养问题识别	2	
3、营养改进建议	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.3.3

试题名称：评估幼儿园儿童群体膳食摄入情况

考核时间：5 min

1. 背景资料

某幼儿园对 25 名 4-6 岁儿童（含男女，均为全日制在园儿童，每日在园摄入早、中、晚 3 餐）开展为期 1 个月的膳食调查，采用称重法记录每日食物摄入量及营养素数据，同步收集儿童生长发育监测数据（身高、体重），旨在评估在园膳食对儿童营养需求的满足度，为幼儿园食谱优化提供依据。具体调查数据如下：

幼儿园儿童群体营养素摄入数据表

编号	性别	年龄 (岁)	身高(cm)	体重 (kg)	蛋白质 (g)	钙(mg)	铁(mg)	维生素 C(mg)	能量 (kcal)
701	男	4	98	15.2	35	400	6.5	45	1100
702	女	4	105	16.8	32	380	5.5	42	1050
703	男	5	112	18.5	38	430	7.5	48	1200
704	女	6	118	20.3	36	400	7	46	1150
705	男	4	96	14.8	34	390	6	43	1080
706	女	4	103	16.2	31	370	5.5	40	1020
707	男	5	110	18.1	37	410	7.3	47	1180
708	女	6	116	19.8	35	390	6.7	45	1120
709	男	4	99	15.5	36	420	6.5	46	1120
710	女	4	104	16.5	33	390	5.7	41	1060
711	男	5	113	18.8	39	430	7.7	49	1220
712	女	6	119	20.5	37	443	7.2	47	1170

713	男	4	97	15	33	410	5.8	42	1070
714	女	4	102	16	30	360	5.3	39	1000
715	男	5	111	18.3	36	400	7	46	1160
716	女	6	117	20	34	460	6.5	44	1100
717	男	4	98	15.3	35	405	6.3	44	1090
718	女	4	103	16.3	32	375	5.6	40	1030
719	男	5	111	18.6	38	432	7.5	48	1210
720	女	6	118	20.2	36	400	7	46	1160
721	男	4	97	15.1	34	405	6.1	43	1080
722	女	4	101	15.9	31	355	5.4	39	1010
723	男	5	110	18.4	37	400	7.2	47	1190
724	女	6	115	19.7	35	395	6.8	45	1130
725	男	4	105	16.9	36	410	6.5	45	1100

参考标准（节选）

膳食蛋白质参考摄入量（3-6岁人群）：3-4岁 RNI25g/日，5-6岁 RNI25g/日（幼儿园膳食需满足全天需求的70%，即3-4岁 ≥ 17.5 g/日，5-6岁 ≥ 17.5 g/日）

膳食钙参考摄入量（4-6岁人群）：AI600mg/日（幼儿园膳食需满足全天需求的70%）

膳食铁参考摄入量（4-6岁人群）：RNI12mg/日（幼儿园膳食需满足全天需求的70%）

2. 试题要求

（1）计算该幼儿园儿童群体钙、铁的平均摄入量，并结合“幼儿园膳食需求占比”，判断是否满足全天营养需求。

（2）基于计算结果，深入分析并识别该群体在园膳食中的主要营养问题。

(3) 针对识别的问题，提出具体、可操作的幼儿园膳食改进建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.3.3

试题名称： 评估幼儿园儿童群体膳食摄入情况

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、营养素平均摄入量计算与需求对比	4	
2、膳食营养问题识别	2	
3、营养改进建议	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.3.4

试题名称：评估住院糖尿病患者群体膳食摄入情况

考核时间：5 min

1. 背景资料

某医院对 32 名住院糖尿病患者（2 型糖尿病，含男女，部分合并高血压）开展为期 1 周的膳食调查，采用称重法记录每日食物摄入量及营养素数据，旨在评估患者膳食营养状况与病情的关联性，为临床营养干预提供依据。具体调查数据如下：

糖尿病患者营养素摄入数据表：

编号	性别	是否合并高血压	蛋白质 (g)	脂肪 (g)	碳水化合物 (g)	膳食纤维 (g)	钠 (mg)	能量 (kcal)
501	男	是	65	58	220	12	2300	1850
502	女	否	60	55	210	11	1800	1750
503	男	否	68	60	225	13	1900	1900
504	女	是	58	52	205	10	2200	1700
505	男	是	66	59	222	12	2350	1880
506	女	否	61	56	212	11	1850	1780
507	男	否	69	61	226	13	1950	1920
508	女	是	59	53	206	10	2250	1720
509	男	是	64	57	218	12	2280	1830
510	女	否	59	54	208	11	1820	1730
511	男	否	67	59	224	13	1920	1890
512	女	是	57	51	203	10	2180	1680
513	男	是	65	58	220	12	2300	1850
514	女	否	60	55	210	11	1800	1750
515	男	否	68	60	225	13	1900	1900
516	女	是	58	52	205	10	2200	1700

517	男	是	67	59	223	12	2320	1870
518	女	否	62	57	215	11	1880	1800
519	男	否	70	62	228	13	1980	1950
520	女	是	59	53	207	10	2230	1710
521	男	是	63	56	217	12	2260	1820
522	女	否	58	53	207	11	1810	1720
523	男	否	66	58	222	13	1930	1880
524	女	是	56	50	202	10	2170	1670
525	男	是	66	59	221	12	2310	1860
526	女	否	61	56	213	11	1860	1790
527	男	否	69	61	227	13	1960	1930
528	女	是	58	52	205	10	2210	1700
529	男	是	64	57	219	12	2290	1840
530	女	否	59	54	209	11	1830	1740
531	男	否	68	60	225	13	1910	1910
532	女	是	57	51	204	10	2190	1690

参考标准（节选）

膳食蛋白质参考摄入量（成年糖尿病患者）：1.0-1.2g/kg 体重（按平均体重 60kg 计，60-72g/日）

膳食宏量营养素可接受范围（糖尿病患者）：脂肪 20-30%E，碳水化合物 45-60%E（优先选择低 GI 食物）

膳食纤维推荐摄入量（糖尿病患者）：25-30g/日

钠摄入量限制（普通糖尿病患者<2000mg/日；合并高血压患者<1500mg/日）

能量需求（成年糖尿病患者）：轻体力活动者 25-30kcal/kg 体重（按平均体重 60kg 计，1500-1800kcal/日）

2. 试题要求

（1）计算该糖尿病患者群体膳食纤维、钠的平均摄入量，并与上述推荐标准对比。

（2）基于计算结果，结合糖尿病及高血压病情特点，深入分析该群体膳食中的主要营养问题（至少 2 个）。

(3) 针对识别的问题，提出具体、可操作的营养改进建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.3.4

试题名称： 评估住院糖尿病患者群体膳食摄入情况

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、营养素平均摄入量计算与对比	4	
2、膳食营养问题识别	2	
3、营养改进建议	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.3.5

试题名称：评估孕妇群体膳食摄入情况

考核时间：5 min

1. 背景资料

某妇幼保健院对 30 名孕妇（含早、中、晚期，部分合并妊娠糖尿病）开展为期 1 个月的膳食调查，采用 24 小时回顾法结合称重法记录每日食物摄入量及营养素数据，旨在评估孕期营养摄入合理性，为孕期营养指导提供依据。具体调查数据如下：

孕妇群体营养素摄入数据表：

编号	年龄 (岁)	孕周	是否合并妊娠 糖尿病	蛋白质 (g)	脂肪 (g)	碳水化 合物(g)	叶酸 (μg)	铁 (mg)	钙 (mg)	能量 (kcal)
601	28	10	否	65	55	230	320	15	850	1900
602	30	20	否	72	60	250	350	18	920	2100
603	26	32	是	68	58	220	330	16	880	1850
604	32	12	否	63	54	225	310	14	840	1880
605	29	24	否	75	62	260	360	19	950	2200
606	27	35	是	66	56	210	325	15	860	1800
607	31	8	否	64	53	228	305	13	830	1850
608	25	18	否	70	59	245	340	17	900	2050
609	33	30	是	67	57	215	320	15	870	1820
610	28	14	否	66	55	232	315	14	850	1920
611	29	22	否	73	61	255	355	18	930	2150
612	30	36	是	65	55	205	310	14	850	1780
613	27	9	否	63	52	226	300	12	820	1830
614	26	16	否	69	58	240	335	16	890	2000
615	31	28	是	66	56	212	315	15	860	1800
616	28	11	否	65	54	229	310	13	840	1890

617	29	25	否	74	63	265	365	19	960	2250
618	32	34	是	67	57	218	322	15	875	1830
619	25	7	否	62	51	224	295	12	810	1800
620	27	20	否	71	60	252	345	18	910	2100
621	30	33	是	68	58	219	325	16	880	1840
622	28	13	否	65	55	231	312	14	850	1910
623	29	23	否	73	62	258	358	18	940	2180
624	31	37	是	66	56	208	312	14	855	1790
625	26	10	否	64	53	227	308	13	830	1840
626	27	19	否	70	59	248	342	17	905	2080
627	32	29	是	67	57	214	318	15	865	1810
628	29	15	否	67	56	235	320	15	860	1950
629	30	26	否	75	63	262	362	19	955	2220
630	28	35	是	66	55	209	310	14	850	1770

参考标准（节选）

膳食蛋白质参考摄入量：孕早期 60g/日，孕中期 70g/日，孕晚期 85g/日

膳食宏量营养素可接受范围：脂肪 20-30%E，碳水化合物 45-65%E（合并妊娠糖尿病者 40-50%E）

膳食叶酸参考摄入量：孕早期 600 μg/日，孕中晚期 400 μg/日

膳食铁参考摄入量：孕早期 20mg/日，孕中晚期 24mg/日

膳食钙参考摄入量：孕中晚期 1000mg/日（孕早期与成人相同 800mg/日）

膳食能量推荐摄入量：孕早期与孕前相同（轻体力活动女性 1800kcal/日），孕中期+300kcal/日，孕晚期+450kcal/日

2. 试题要求

- （1）计算该孕妇群体叶酸、钙的平均摄入量，并与上述推荐标准对比。
- （2）结合孕期生理特点及并发症风险，深入分析并识别该群体膳食中的主要营养问题。
- （3）针对识别的问题，区分不同孕周及是否合并妊娠糖尿病，提出具体、可操

作的营养改进建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.3.5

试题名称： 评估孕妇群体膳食摄入情况

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、营养素平均摄入量计算与对比	4	
2、膳食营养问题识别	2	
3、营养改进建议	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码： 2.1.1

试题名称： 完成握力测量和评估

考核时间： 5 min

1. 场地设备要求

（1）安踏握力器。

2. 工作任务

- （1）对握力器进行测量前的校准检查。
- （2）使用握力器测量考生自己左右手握力，记录有效数据。
- （3）并对自己的左右手的握力值进行评估。

3. 技能要求

- （1）能测量握力。
- （2）能进行体格测量方法的校正和核准。

4. 质量指标

- （1）握力测量：姿势指导准确、数据记录规范。
- （2）体格测量校正核准：体成分分析仪与握力器的校准流程符合设备操作标准，校准结果可验证。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.1.1

试题名称： 完成握力测量和评估

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M1	3	正确完成握力器校准检查过程,每个步骤正确,得1分,满分3分。			
M2	1	测量姿势正确,得1分。			
M3	1	调节握距正确,得1分。			
M4	1	握力测试过程正确,得1分。			
M5	1	读取握力数据正确,得1分。			
M6	1.5	评估左手握力步骤,正确1个,得0.5分,满分1.5分。			
M7	1.5	评估右手握力步骤,正确1个,得0.5分,满分1.5分。			
合计配分	10	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码： 2.1.2

试题名称： 完成体成分分析与握力器校准并完成握力测试

考核时间： 5 min

1. 场地设备要求

- (1) InBody 270 型体成分分析仪界面图片。
- (2) 安踏握力器。

2. 工作任务

- (1) 简要说明体成分分析仪测量前的校准检查过程。
- (2) 对握力器进行测量前的校准检查。
- (3) 使用握力器测量自己左右手握力，记录有效数据。

3. 技能要求

- (1) 能测量握力。
- (2) 能进行体格测量方法的校正和核准。

4. 质量指标

- (1) 握力测量：流程完整、操作规范。
- (2) 体格测量校正核准：体成分分析仪与握力器的校准流程符合设备操作标准，校准结果可验证。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.1.2

试题名称： 完成体成分分析与握力器校准并完成握力测试

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M1	3	正确完成体成分分析仪校准检查过程，得3分，每个步骤正确得1分。			
M2	3	正确完成握力器校准检查过程，得3分，每个步骤正确得1分。			
M3	1	测量姿势正确，得1分。			
M4	1	调节握距正确，得1分。			
M5	1	握力测试过程正确，得1分。			
M6	1	读取握力数据正确，得1分。			
合计配分	10	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核 试题单

准考证号：

试题代码： 2.1.3

试题名称： 完成体成分分析仪和握力器的校准并完成体成分的检测

考核时间： 5 min

1. 场地设备要求

- (1) InBody 270 型体成分分析仪界面图片。
- (2) 安踏握力器。

2. 工作任务

- (1) 对握力器进行测量前的校准检查。
- (2) 简要说明体成分分析仪测量前校准检查的过程。
- (3) 简要说明如何运用体成分分析仪进行检测。

3. 技能要求

- (1) 能应用体成分分析仪。
- (2) 能进行体格测量方法的校正和核准。

4. 质量指标

- (1) 体成分分析仪应用：校准检查到位，居民信息录入准确，测量姿势引导规范，数据读取完整且无误。
- (2) 体格测量校正核准：体成分分析仪与握力器的校准流程符合设备操作标准，

校准结果可验证。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.1.3

试题名称： 完成体成分分析仪和握力器的校准并完成体成分的检测

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M1	3	正确完成握力器校准检查过程，得 3 分，每个步骤正确，得 1 分。			
M2	3	正确完成体成分分析仪校准检查过程，得 3 分，每个步骤正确，得 1 分。			
M3	1	准备工作正确，得 1 分。			
M4	1	输入信息正确，得 1 分。			
M5	1	静止站立正确，得 1 分。			
M6	1	开始测试，结束测试正确，得 1 分。			
合计配分	10	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码： 2.1.4

试题名称： 完成体成分分析检测与报告解读

考核时间： 5 min

1. 场地设备要求

(1) InBody 270 型体成分分析仪界面图片。

2. 工作任务

(1) 简要说明体成分分析仪进行测量前的校准检查。

(2) 简要说明如何运用体成分分析仪进行检测。

(3) 解读体成分报告。

3. 技能要求

(1) 能应用体成分分析仪。

(2) 能进行体格测量方法的校正和核准。

4. 质量指标

(1) 体成分分析仪应用：校准检查到位，居民信息录入准确，测量姿势引导规范，数据读取完整且无误。

(2) 体格测量校正核准：体成分分析仪与握力器的校准流程符合设备操作标准，校准结果可验证。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.1.4

试题名称： 完成体成分分析检测与报告解读

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M1	3	正确完成体成分分析仪校准检查过程，得3分，每个步骤正确，得1分。			
M2	1	准备工作正确，得1分。			
M3	1	输入信息正确，得1分。			
M4	1	静止站立正确，得1分。			
M5	1	开始测试，结束测试正确，得1分。			
M6	1.5	基本概念正确得0.5分，结合报告正确得1分。			
M7	1.5	基本概念正确得0.5分，结合报告正确得1分。			
合计配分	10	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码： 2.1.5

试题名称： 完成体成分检测与报告解读

考核时间： 5 min

1. 场地设备要求

(1) InBody 270 型体成分分析仪界面图片。

2. 工作任务

(1) 简要说明如何运用体成分分析仪进行检测。

(2) 解读体成分报告。

3. 技能要求

(1) 能应用体成分分析仪。

4. 质量指标

(1) 体成分分析仪应用：校准检查到位，居民信息录入准确，测量姿势引导规范，数据读取完整且无误。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.1.5

试题名称： 完成体成分检测与报告解读

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M1	1	准备工作正确，得1分。			
M2	1	输入信息正确，得1分。			
M3	1	静止站立正确，得1分。			
M4	1	开始测试，结束测试正确，得1分。			
M5	3	基本概念正确得1.5分，结合报告正确得1.5分。			
M6	3	基本概念正确得1.5分，结合报告正确得1.5分。			
合计配分	10	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码： 2.2.1

试题名称： 分析与评价体格状况

考核时间： 10 min

1. 背景资料

某大型公司 63 岁退休员工陈女士，日常处理家务基本不运动，近期出现身体不适症状，具体信息如下：

- 基础体格数据：身高 1.56m，体重 69kg，自我感觉疲倦、腰背酸痛（活动后加重），食欲波动大，经常便秘；
- 体检结果：血压 165mmHg/105mmHg，血清胆固醇 6.91mmol/L（正常值 2.32-5.62mmol/L），血清甘油三酯 2.21mmol/L（正常值 0.30-1.92mmol/L）；
- 饮食与生活习惯：喜食甜食、油炸食品及腌制食品，不爱吃粗粮，晚餐后习惯边看电视边吃大量零食，不太爱运动。
- 陈女士进行过老年人营养不良风险评估，分数为初筛 9 分，评估为 10 分。

2. 试题要求

- （1）请确认陈女士营养不良风险的类型，评估陈女士个体运动能力。
- （2）总结陈女士的总体健康问题，并针对每个问题给出具体建议与膳食指导。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.2.1

试题名称： 分析与评价体格状况

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、营养不良的风险和运动能力评估	2	
2、健康问题	2	
3、健康建议和膳食指导	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：2.2.2

试题名称：分析老年人营养不良风险与评估运动能力

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区卫生服务中心为独居老年人开展健康筛查，接诊 72 岁男性王先生，具体信息如下：

基础体格数据：身高 168cm，体重 52kg，过去 3 个月内体重下降 4kg；握力 17kg（同龄男性正常 ≥ 22 kg），6 米步行时间 12 秒（正常 < 8 秒），日常仅能完成穿衣、洗漱等简单活动，上下楼梯需扶手辅助；

体检结果：血清白蛋白 33g/L（正常 35-50g/L），血清前白蛋白 180mg/L（正常 200-400mg/L）；简易营养评估量表（MNA-SF）评分 10 分；

饮食与生活习惯：因牙齿松动，每日主食以软烂白粥（约 120g）为主，肉类仅每周吃 1 次（约 50g），蔬菜煮烂后食用（每日约 100g），几乎不摄入水果和乳制品；因“怕摔倒”，每日户外活动时间 < 30 分钟；未服用任何营养补充剂。

2. 试题要求

（1）根据王先生的体格数据，计算 BMI 及体重下降率，结合 MNA-SF 评分评估其营养不良风险等级。

（2）总结王先生的总体健康问题，针对营养不良风险与运动能力不足分别给

出具体建议与膳食指导（需适配老年人咀嚼、消化特点）。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.2.2

试题名称： 分析老年人营养不良风险与评估运动能力

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、BMI 计算与营养不良风险评估	2	
2、健康问题	2	
3、健康建议和膳食指导	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：2.2.3

试题名称：分析住院康复期老年人营养不良风险与运动能力评估

考核时间：10 min

1. 背景资料

某医院康复科接诊 80 岁女性刘奶奶，因“股骨颈骨折术后 1 个月”入院康复，具体信息如下：

基础体格数据：身高 155cm，术前体重 55kg，目前体重 48kg（术后 1 个月下降 7kg）；握力 14kg（同龄女性正常 ≥ 18 kg），简易运动功能评定（FIM）评分 58 分（满分 126 分， ≤ 60 分提示重度运动功能障碍），需借助助行器完成室内短距离行走（ ≤ 10 米）；

体检结果：血清白蛋白 31g/L（正常 35-50g/L），血清转铁蛋白 2.0g/L（正常 2.2-4.0g/L）；微型营养评定量表（MNA-SF）评分 7 分；伤口愈合缓慢（术后 1 个月仍有轻微渗液）；

饮食与生活习惯：术后因“怕疼痛”减少活动，每日卧床时间 ≥ 20 小时；进食依赖家属喂食，主食以米糊（每日 100g）为主，蛋白质摄入以鸡蛋羹（每日 1 个）为主，几乎不摄入肉类、蔬菜；因“担心消化不良”，拒绝饮用牛奶及营养补充剂；正在服用钙片（每日 500mg）及止痛药物（布洛芬）。

2. 试题要求

(1) 根据刘奶奶的体格数据，计算 BMI、术后体重下降率，结合 MNA-SF 评分与临床指标（白蛋白、伤口愈合情况），综合评估其营养不良风险等级。

(2) 总结刘奶奶的总体健康问题，针对“营养不良影响伤口愈合”“运动能力障碍延缓康复”两大核心问题，给出适配术后康复的膳食指导与运动建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.2.3

试题名称： 分析住院康复期老年人营养不良风险与运动能力评估

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、BMI 计算与营养不良风险综合评估	2	
2、健康问题	2	
3、健康建议和膳食指导	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：2.2.4

试题名称：评估营养不良风险和运动能力

考核时间：10 min

1. 背景资料

周爷爷，78 岁，身高 165cm，体重 50kg（近 3 个月非自主性体重从 53kg 降至 50kg），患 2 型糖尿病 15 年，无认知障碍。

日常活动：室内扶椅慢走，每次 10 分钟、每日 2 次，无法独立外出；30 秒坐站测试仅能完成 6 次；右手握力 18kg，步速 0.55m/s。

饮食情况：食欲差，每日主食仅半碗白粥（约 50g）、炒白菜 100g，无蛋、奶、豆制品及肉类摄入，自述常感乏力。

MNA-SF 量表评分，总 3 分。

2. 试题要求

- （1）结合背景数据，评估周爷爷的营养不良风险。
- （2）结合运动相关指标及日常表现，评估周爷爷的运动能力。
- （3）针对其健康状况，给出个体化营养建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.2.4

试题名称： 评估营养不良风险和运动能力

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、营养风险评估	2	
2、运动能力评估	2	
3、健康问题	2	
4、健康建议和膳食指导	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：2.2.5

试题名称：分析认知障碍合并吞咽困难老年人营养不良风险与评估其运动能力

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区日间照料中心接待 78 岁男性孙爷爷，确诊“阿尔茨海默病（中度认知障碍）”2 年，伴吞咽功能障碍（洼田饮水试验 3 级，需稠厚流质饮食），具体信息如下：

基础体格数据：身高 162cm，1 年前体重 56kg，目前体重 47kg；握力 13kg（同龄男性正常 ≥ 22 kg），简易体能状况量表（SPPB）评分 2 分（满分 12 分， ≤ 3 分提示极重度运动功能减退），日常需照护者协助完成坐立、转移（无法自主行走）；

体检结果：血清白蛋白 28g/L（正常 35-50g/L），血清锌 $7.0 \mu\text{mol/L}$ （正常 $7.5-22.9 \mu\text{mol/L}$ ）；微型营养评定量表（MNA-SF）评分 5 分；近 1 个月因吞咽呛咳引发 2 次吸入性肺炎；

饮食与生活习惯：因认知障碍拒食频发，每日需照护者喂食稠厚流质饮食（如米糊、藕粉），蛋白质主要来源于鸡蛋羹（每日 1 个，约 5g 蛋白质），蔬菜、水果因“口感不适”几乎不摄入；每日由照护者协助进行肢体被动活动（每次 5 分钟，每日 1 次）；正在服用胆碱酯酶抑制剂（多奈哌齐）、肺炎恢复期抗生素（阿莫西林）。

2. 试题要求

(1) 根据孙爷爷的体格数据，计算 BMI、1 年体重下降率，结合 MNA-SF 评分与临床并发症（吸入性肺炎），综合评估其营养不良风险等级。

(2) 总结孙爷爷的总体健康问题，针对“认知拒食+吞咽困难导致营养不良”“运动能力极重度减退”两大核心问题，给出适配认知障碍、防呛咳的膳食指导与安全活动建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.2.5

试题名称： 分析认知障碍合并吞咽困难老年人营养不良风险与评估其运动能力

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、BMI 计算与营养不良风险综合评估	4	
2、健康问题	2	
3、健康建议和膳食指导	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试 题 单

准考证号：

试题代码：2.3.1

试题名称：解读老年人检测项目指标

考核时间：10 min

1. 背景资料

社区居民李某（65岁男性），主诉“近半年易疲劳，爬3层楼需中途休息”，
每日久坐6-8小时，极少运动。

基础体格数据：身高 168cm，体重 52kg，过去 3 个月内体重下降 4kg；握
力 17kg（同龄男性正常 ≥ 22 kg），6 米步行时间 12 秒（正常 < 8 秒），日常仅
能完成穿衣、洗漱等简单活动，上下楼梯需扶手辅助。

（一）血压与体格指标

项目	检测结果
血压（mmHg）	150/95
身高（cm）	168
体重（kg）	82
腰围（cm）	96

（二）血脂相关指标

项目	检测结果
总胆固醇（TC）	6.8mmol/L
甘油三酯（TG）	2.2mmol/L
高密度脂蛋白胆固醇（HDL-C）	1.1mmol/L
低密度脂蛋白胆固醇（LDL-C）	4.5mmol/L

（三）其他营养与代谢指标

项目	检测结果	正常参考范围
血红蛋白（Hb）	140g/L	120-160g/L
血清铁（Fe）	18 μmol/L	11-30 μmol/L
血清铁蛋白（SF）	80 μg/L	30-400 μg/L
维生素 D（25-OH-D）	35nmol/L	>50nmol/L（理想）
钙（Ca）	2.3mmol/L	2.1-2.6mmol/L
磷（P）	1.2mmol/L	0.8-1.5mmol/L
镁（Mg）	0.9mmol/L	0.7-1.1mmol/L
空腹血糖（FPG）	7.5mmol/L	3.9-6.1mmol/L
糖化血红蛋白（HbA1c）	6.8%	≤6.5%
血清白蛋白（ALB）	45g/L	40-55g/L
前白蛋白（PA）	300mg/L	200-400mg/L

2. 试题要求

（1）在这位老人的血检报告中，哪些指标不正常，并提示有什么样的问题？

（2）用 Fried 衰弱评估方法，简述依据并评估该老人的衰弱情况。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.3.1

试题名称： 解读老年人检测项目指标

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 血检异常指标	4	
2. 血检提示的健康问题	4	
3. 评估衰弱状况	2	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试 题 单

准考证号：

试题代码：2.3.2

试题名称：解读老年人检测项目指标

考核时间：10 min

1. 背景资料

社区居民王阿姨(72 岁女性),身高 155cm, 术前体重 55kg, 目前体重 48kg (术后 1 个月下降 7kg); 握力 14kg (同龄女性正常 $\geq$ 18kg), 简易运动功能评定 (FIM) 评分 58 分 (满分 126 分, $\leq$ 60 分提示重度运动功能障碍), 需借助助行器完成室内短距离行走 ($\leq$ 10 米)

社区医生初步判断存在 “衰弱风险”,完善血检、尿检及衰弱评估相关检查。

(一) 体格与衰弱评估指标

项目	检测结果
体重 (kg)	42
握力 (kg)	13
步速 (m/s)	0.6

(二) 营养相关尿液指标

项目	检测结果	正常参考范围
尿蛋白 (PRO)	200mg/24h	阴性或 $<$ 150mg/24h
尿微量白蛋白 / 肌酐 (ACR)	35mg/g	$<$ 30mg/g (正常)

尿钙 (Ca)	2.3mmol/24h	2.7-7.5mmol/24h
尿锌 (Zn)	0.3mmol/24h	0.4-1.0mmol/24h

2. 试题要求

(1) 解读该老人的营养相关尿液指标，指出异常指标并描述具体意义。

(2) 用 Fried 衰弱评估方法，简述依据并评估该老人的衰弱情况。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.3.2

试题名称： 解读老年人检测项目指标

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 尿液异常指标	4	
2. 尿检提示的健康	4	
3. 评估衰弱状况	2	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：2.3.3

试题名称：解读老年人检测项目指标

考核时间：10 min

1. 背景资料

某养老机构入住老人张爷爷（78 岁男性），有 2 型糖尿病（病史 10 年），高血压（病史 8 年），近 4 个月出现“进食量减半、站立不稳、每月跌倒 1 次”，养老机构营养师评估其存在“衰弱风险”，完善血检、尿检及衰弱相关检查。

（一）体格与衰弱评估指标

项目	检测结果	正常参考范围（老年人）
体重（kg）	53（近 4 个月下降 8kg）	近 6 个月体重下降>5%提示衰弱
握力（kg）	18	男性>26kg（正常）
日常活动能力（ADL）	5 分	6-10 分（正常）、<6 分（功能受损）

（二）营养相关血液指标

项目	检测结果	正常参考范围
血清白蛋白（ALB）	32g/L	40-55g/L
血清前白蛋白（PA）	140mg/L	200-400mg/L
血红蛋白（Hb）	102g/L	男性 120-160g/L

血清铁蛋白 (SF)	18 μ g/L	30-400 μ g/L
空腹血糖 (FPG)	8.9mmol/L	3.9-6.1mmol/L (糖尿病患者<7.0mmol/L)
维生素 D (25-OH-D)	25nmol/L	>50nmol/L (理想)

2. 试题要求

- (1) 分析该老人的营养相关血液指标，指出异常指标并说明提示的健康问题。
- (2) 用Fried 衰弱评估方法，简述依据并评估该老人的衰弱情况。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.3.3

试题名称： 解读老年人检测项目指标

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 血检异常指标指标	4	
2. 血检提示的健康问题	4	
3. 衰弱评估	2	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：2.3.4

试题名称：解读老年人检测项目指标

考核时间：10 min

1. 背景资料

某医院老年科住院患者李奶奶（80 岁女性），因“反复肺部感染、食欲差 1 个月”入院，既往有高血压（病史 15 年，血压控制不佳）、骨质疏松（病史 5 年）。入院后查：近 1 个月体重下降 7kg，卧床时需他人协助翻身，简易营养评估量表（MNA）评分 10 分，完善血检、尿检及衰弱相关检查。

（一）体格与衰弱评估指标

项目	检测结果	正常参考范围（老年人）
体重（kg）	40（身高 155cm）	近 1 个月体重下降>5% 提示重度衰弱
体质指数（BMI）	16.7kg/m ²	<18.5kg/m ² 提示营养不良
握力（kg）	9	女性>18kg（正常）

（二）营养相关尿液指标

项目	检测结果	正常参考范围
尿蛋白（PRO）	350mg/24h	阴性或<150mg/24h
尿微量白蛋白 / 肌酐（ACR）	60mg/g	<30mg/g（正常）
尿钙（Ca）	1.8mmol/24h	2.7-7.5mmol/24h

尿钠 (Na)	110mmol/24h	130-260mmol/24h
---------	-------------	-----------------

2. 试题要求

(1) 解读该老人的营养相关尿液指标，指出异常指标并描述具体意义。

(2) 结合住院环境与所有指标，用 Fried 衰弱评估方法，简述依据并评估该老人的衰弱情况。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.3.4

试题名称： 解读老年人检测项目指标

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 尿检异常指标	3	
2. 尿检提示健康问题	3	
3. 衰弱评估	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试 题 单

准考证号：

试题代码：2.3.5

试题名称：解读老年人检测项目指标

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区日间照料中心服务对象赵爷爷（75 岁男性），确诊阿尔茨海默病（中度认知障碍，MMSE 评分 16 分）、2 型糖尿病（病史 12 年）、冠心病（病史 8 年）。近 5 个月出现“进食依赖他人喂食、每餐仅吃半碗软饭、体重下降 9kg、反复跌倒 3 次”，照料者反映其“常拒绝吃蔬菜和肉，只愿意喝糖水”。完善血检、尿检及衰弱评估检查。

（一）体格与衰弱评估指标

项目	检测结果
体重（kg）	51（身高 170cm）
体质指数（BMI）	17.5kg/m ²
握力（kg）	15
简易智力状态（MMSE）	16 分
进食能力评分	3 分

（二）营养相关血液指标

项目	检测结果	正常参考范围
血清白蛋白（ALB）	28g/L	40-55g/L

血清前白蛋白（PA）	110mg/L	200-400mg/L
血红蛋白（Hb）	92g/L	男性 120-160g/L
血清铁（Fe）	5 μ mol/L	11-30 μ mol/L
血清铁蛋白（SF）	15 μ g/L	30-400 μ g/L
空腹血糖（FPG）	10.2mmol/L	糖尿病患者<7.0mmol/L
糖化血红蛋白（HbA1c）	8.9%	糖尿病患者<7.5%
维生素 B12	180pg/mL	>200pg/mL（正常，低提示认知障碍风险）
叶酸	3.0ng/mL	>3.1ng/mL（正常）
维生素 D（25-OH-D）	18nmol/L	>50nmol/L（理想）
总胆固醇（TC）	6.5mmol/L	<5.2mmol/L（冠心病患者<4.1mmol/L）

2. 试题要求

- （1）分析该老人的营养相关血液指标，指出异常指标并说明提示的健康问题。
- （2）结合认知障碍与进食依赖特点，用 Fried 衰弱评估方法，简述依据并评估该老人的衰弱情况。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.3.5

试题名称： 解读老年人检测项目指标

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 血检异常指标	4	
2. 血检提示的健康问题	4	
3. 衰弱评估	2	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：3.1.1

试题名称：选购和评价食物

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区卫生服务中心营养科接诊了四位“三高”患者，需指导其选择适合的

特殊类食品及膳食营养补充剂。患者信息如下：

1. 高血压患者（男，50岁）：日常饮食偏咸，血钾偏低，无其他并发症。
2. 高胆固醇血症患者（男，60岁）：LDL-C4.5mmol/L，喜食油炸食品。
3. 冠心病患者（女，68岁）：心功能 II 级，需低脂饮食，长期服用他汀类药物。

2. 试题要求

（1）针对高血压患者，请分析其选购特殊类食品要注意的食品标签（至少 3 项），并说明理由。

（2）冠心病患者选购某款鱼油软胶囊，标签标注“每粒含 EPA500mg、DHA300mg、维生素 D400IU”。请评价该产品是否符合以下要求：是否满足每日推荐摄入量？是否存在过量风险？

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.1.1

试题名称： 选购和评价食物

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 特殊食物标签	6	
2. 评价营养补充剂	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：3.1.2

试题名称：食物选购和评价（社区多重慢性病人综合膳食管理）

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区卫生服务中心营养科接诊了四位慢性疾病患者，需指导其选择适合的
特殊类食品及膳食营养补充剂。患者信息如下：

痛风合并高血压患者（男，55岁）：血尿酸 $480\mu\text{mol/L}$ ，血压 $150/95\text{mmHg}$ ，
喜食加工肉制品。

糖尿病肾病患者（女，60岁）：空腹血糖 7.8mmol/L ，尿微量白蛋白/肌酐比
值 35mg/g ，肾小球滤过率 65ml/min 。

骨质疏松合并慢性胃炎患者（女，70岁）：骨密度 T 值 -2.6 ，胃镜提示萎缩
性胃炎，进食后易腹胀。

2. 试题要求

（1）针对痛风合并高血压患者，请分析其选购特殊类食品要注意的食品标签（至少 3 项），并说明理由。

（2）为糖尿病肾病患者设计一日的膳食补充剂组合，要求：保护肾功能、辅助

控制血糖，并说明其作用机制。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.1.2

试题名称： 选购和评价食物

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 选购特殊食物标签	6	
2. 选购膳食补充剂	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：3.1.3

试题名称：社区多重慢性病人群的食物选购和评价

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区卫生服务中心营养科接诊了四位病情更为复杂的慢性疾病患者，需为其提供特殊类食品及膳食营养补充剂的专业指导。患者信息如下：

1. 高血压合并慢性肾病患者（男，60岁）：血压 155/100mmHg，血肌酐 180 $\mu\text{mol/L}$ ，存在水钠潴留，同时伴有高钾血症。

2. 2 型糖尿病合并痛风患者（女，58 岁）：空腹血糖 9.0mmol/L，糖化血红蛋白 7.8%，血尿酸 550 $\mu\text{mol/L}$ ，肾功能轻度受损。

3. 高胆固醇血症合并脂肪肝患者（男，52 岁）：LDL-C5.2mmol/L，甘油三酯 3.5mmol/L，肝功能检查显示 ALT 轻度升高，有长期饮酒史。

2. 试题要求

（1）针对高血压合并慢性肾病且有高钾血症的患者，请分析其选购特殊类食品要注意的食品标签（至少 3 项），并详细说明理由。

（2）2 型糖尿病合并痛风患者选购某款复合营养补充剂，标签标注“每粒含维

生素 C1000mg、B 族维生素（B12mg、B22mg、B65mg、B121 μ g）、锌 15mg、硒 200 μ g”。请全面评价该产品中 Vc 和锌是否符合患者的每日推荐摄入量，是否存在过量风险及对病情的潜在影响。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.1.3

试题名称： 社区多重慢性病人群的食物选购和评价

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 选购特殊食物标签	6	
2. 评估营养补充剂的要点	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：3.1.4

试题名称：选购和评价食物

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区卫生服务中心营养科接诊三位人群，需指导其选适合的食品及膳食补充剂，无复杂并发症。人群信息如下：

高血压患者（女，45岁）：口味偏咸，血压145/90mmHg左右，无其他疾病。

缺铁性贫血患者（成年女性，28岁）：月经量多致贫血（血红蛋白105g/L），无药物过敏。

轻度高血脂患者（男，50岁）：LDL-C3.6mmol/L（正常<3.4mmol/L），喜油炸食品，未服药。

2. 试题要求

（1）缺铁性贫血患者（成年女性）选“铁+维生素C复合补充剂”，标签标“每片含元素铁60mg、维生素C100mg”，评价：是否满足每日推荐补充量？是否存在过量风险？

（2）为轻度高血脂患者设计基础膳食补充剂组合（辅助调血脂），说明简单作用。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.1.4

试题名称： 选购和评价食物

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 评估营养补充剂的要点	4	
2. 选购膳食补充剂	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：3.1.5

试题名称：选购和评价相关安全食品

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区营养服务站接待三位常见健康风险人群，需指导其选择适配的包装食品及基础膳食补充剂，无复杂并发症。人群信息如下：

糖尿病前期人群（男，40岁）：空腹血糖 6.3mmol/L （正常 $<6.1\text{mmol/L}$ ），日常爱喝甜饮料、吃糕点，无其他疾病。

骨质疏松高风险人群（中老年女性，58岁）：每日奶制品摄入不足 200mL ，日晒少，无肾结石病史。

轻度脂肪肝人群（女，35岁）：BMI 24.5kg/m^2 （正常 $<24\text{kg/m}^2$ ），爱吃高脂零食，未服用药物。

2. 试题要求

（1）针对糖尿病前期人群，分析其选购包装食品（如早餐麦片、无糖饮料）时需关注的标签信息，并说明理由。

（2）骨质疏松高风险人群（中老年女性）选购某款“碳酸钙补充剂”，标签标注

“每片含元素钙 300mg”，评价：是否满足每日推荐摄入量？是否存在过量风险？

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.1.5

试题名称： 选购和评价相关安全食品

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 选购特殊食物标签	6	
2. 评估营养补充剂的要点	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：3.2.1

试题名称：设计健康老人食谱

考核时间：10 min

1. 背景资料

钱女士，65岁，身高166cm、体重61kg，无基础病，轻体力活动。一日饮食：谷物225g（含小米、燕麦），水果250g（苹果、蓝莓），油脂18g（葵花籽油、橄榄油），豆乳350g（低脂奶、香干），肉125g（鲈鱼、鸡胸肉），蔬菜450g（深色占55%），烹饪以蒸、清炒为主，无油炸。钱女士退休之后越来越关注健康饮食，虽然没有系统学习，但是也希望了解更多的健康知识。

2. 试题要求

- （1）总体评价下钱女士的营养状况和饮食状况。
- （2）请为钱女士设计一天的食谱简述必要的步骤和过程。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.2.1

试题名称： 设计健康老人食谱

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 饮食评价	3	
2. 各营养素计算	3	
3. 谷薯类摄入量	1	
4. 蔬菜类摄入量	1	
5. 水果类摄入量	1	
6. 动物性食物摄入量	1	
7. 奶及奶制品类摄入量	1	
8. 大豆坚果类摄入量	1	
9. 油脂类摄入量	1	
10. 食谱设计	2	
合计	15	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码： 3.2.2

试题名称： 设计肥胖老人食谱

考核时间： 10 min

1. 背景资料

王先生,70岁,身高175cm,实测体重85kg,轻体力劳动者(日常仅散步、买菜,运动少),最近两年高血压不稳定,且经常便秘。询问其一日食物摄入情况如下:

谷物类:6两(早餐1两白粥,午餐3两米饭,晚餐2两馒头,均为精制谷物);

蔬菜类:每日约3两(以腌黄瓜、炒青菜为主,几乎不吃绿叶菜,膳食纤维不足);

水果类:极少食用(每周少于1次,缺乏维生素与纤维);

肉类:午餐吃卤猪耳100g(约2两),晚餐吃红烧肉150g(约3两),动物蛋白摄入高且高脂;

油脂类:烹调用油约30g(约6汤匙),每日吃油炸花生约50g,总热量高;

豆乳类:偶尔喝牛奶(每周1-2次,每次约200g,优质蛋白补充不足)。

2. 试题要求

- (1) 评估下王先生的膳食情况。
- (2) 请你为王先生设计低热量，预防便秘的食谱，简述必要的步骤和过程。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.2.2

试题名称： 设计肥胖老人食谱

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 饮食评价	3	
2. 各营养素计算	3	
3. 谷薯类摄入量	1	
4. 蔬菜类摄入量	1	
5. 水果类摄入量	1	
6. 动物性食物摄入量	1	
7. 奶及奶制品类摄入量	1	
8. 大豆坚果类摄入量	1	
9. 油脂类摄入量	1	
10. 食谱设计	2	
合计	15	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：3.2.3

试题名称：设计高血糖老人食谱

考核时间：10 min

1. 背景资料

赵先生，68岁，身高170cm，实测体重75kg（ $BMI \approx 25.9$ ，超重），轻体力劳动者（日常活动以居家为主，偶尔外出散步，运动少），血糖偏高（未明确控制目标，波动需关注）。询问其一日食物摄入情况如下：

谷物类：5两（早餐1两白米饭，午餐2两馒头，晚餐2两面条，均为精制谷物，升糖快）；

蔬菜类：每日约2两（以土豆、洋葱为主，几乎不吃绿叶蔬菜，膳食纤维不足）；

水果类：极少食用（每月仅1-2次，缺乏维生素与控糖相关营养素）；

肉类：午餐吃炖排骨150g（约3两，高脂），晚餐吃油炸鸡米花100g（约2两，高油高热量）；

海鲜类：每周吃2-3次火锅，其中虾、贝类等海鲜约200g（高嘌呤，且火锅汤底易积油）；

油脂类：烹调用油约 35g (约 7 汤匙)，且常用动物油脂，总热量高；

豆制品：每日吃豆腐泡 50g 左右 (油炸工艺，高油高热量，升糖负荷高)。

2. 试题要求

(1) 评估赵先生的饮食情况。

(2) 为赵先生制定一份低 GI、低热量的食谱，简述必要的步骤和过程。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.2.3

试题名称： 设计高血糖老人食谱

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 饮食评价	3	
2. 各营养素计算	3	
3. 谷薯类摄入量	1	
4. 蔬菜类摄入量	1	
5. 水果类摄入量	1	
6. 动物性食物摄入量	1	
7. 奶及奶制品类摄入量	1	
8. 大豆坚果类摄入量	1	
9. 油脂类摄入量	1	
10. 食谱设计	2	
合计	15	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：3.2.4

试题名称：设计高血脂老人食谱

考核时间：10 min

1. 背景资料

孙女士，72岁，身高158cm，实测体重52kg，轻体力劳动者（日常在家做简单家务，运动量少），高血脂，且经常便秘。询问其一日食物摄入情况如下：

谷物类：3.5两（早餐1两白粥，午餐1.5两米饭，晚餐1两馒头，均为精制谷物，膳食纤维不足）；

蔬菜类：每日约2两（以白菜、萝卜为主，几乎不吃深色蔬菜，膳食纤维匮乏，加重便秘）；

水果类：每日吃苹果1个（约200g）、香蕉1根（约150g）；

肉类：午餐吃酱牛肉80g，晚餐吃清蒸鱼100g，动物蛋白摄入偏高；

豆制品：每日喝豆浆200g，吃豆腐50g；

油脂类：烹调用油约25g，每日吃油炸花生约30g，总油脂摄入高，加重高血脂；

饮水量：每日约800ml，饮水量不足，不利于肠道蠕动及代谢。

2. 试题要求

(1) 评估孙女士的饮食情况。

(2) 请你为孙女士设计一份低脂、预防便秘的食谱，简述必要的步骤和过程。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.2.4

试题名称： 设计高血脂老人食谱

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 饮食评价	3	
2. 各营养素计算	3	
3. 谷薯类摄入量	1	
4. 蔬菜类摄入量	1	
5. 水果类摄入量	1	
6. 动物性食物摄入量	1	
7. 奶及奶制品类摄入量	1	
8. 大豆坚果类摄入量	1	
9. 油脂类摄入量	1	
10. 食谱设计	2	
合计	15	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：3.2.5

试题名称：设计慢病老人食谱

考核时间：10 min

1. 背景资料

周先生，67岁，身高165cm，实测体重72kg，轻体力劳动者（日常活动以散步、下棋为主），患2型糖尿病8年，同时伴有高脂血症（总胆固醇6.8mmol/L，正常值2.9-5.2mmol/L；甘油三酯2.5mmol/L，正常值0.56-1.7mmol/L），空腹血糖常为7.5-8.5mmol/L。询问其一日食物摄入情况如下：

谷物类：4两（早餐1两油条，午餐2两米饭，晚餐1两馒头）；

蔬菜类：每日约2.5两（以土豆、茄子为主，绿叶蔬菜较少）；

水果类：每日吃西瓜300g、葡萄200g；

肉类：午餐吃红烧肉100g，晚餐吃炒猪肝80g；

油脂类：烹调用油约30g，且常用猪油；

乳制品：几乎不食用乳制品。

2. 试题要求

(1) 评估周先生的饮食状况。

(2) 请你针对周先生的健康问题，设计一份老年人食谱，简述必要的步骤和过程。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.2.5

试题名称： 设计慢病老人食谱

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 饮食评价	3	
2. 各营养素计算	3	
3. 谷薯类摄入量	1	
4. 蔬菜类摄入量	1	
5. 水果类摄入量	1	
6. 动物性食物摄入量	1	
7. 奶及奶制品类摄入量	1	
8. 大豆坚果类摄入量	1	
9. 油脂类摄入量	1	
10. 食谱设计	2	
合计	15	

考评员（签名）：

日期：

营养师(公共营养师)（二级）操作技能考核
试 题 单

准考证号：

试题代码： 3.3.1

试题名称： 指导膳食制作

考核时间： 5 min

1. 场地设备要求

(1) 食材卡。

2. 工作任务

周先生，男，62岁，某公司退休返聘人员。身高172cm，体重90kg，血压160/95mmHg，胆固醇2.8g/L，餐后两小时血糖9.1mmol/L，空腹血糖6.3mmol/L，服药后血糖控制较好。饮食以荤食为主，爱吃面点甜食、油炸食品，很少食蔬菜水果，经常便秘。由于工作应酬较多，常出去宵夜且大量饮酒，抽烟平均每天一包以上。平时以车代步，周末休息日喜欢在家睡觉、看电视，几乎不出门，很少进行体育活动。无高血压、心脑血管及糖尿病家族史。

附：

不同体型、不同体力活动者每日每千克体重所需热量
单位：千卡（千焦耳）

体力活动强度 \ 体型	卧床休息	轻体力活动	中等体力活动	重体力活动
肥胖、超重	15 (63)	25 (105)	30 (126)	35 (146)
正常	20 (84)	30 (126)	35 (146)	40 (168)
消瘦、过轻	25 (105)	35 (146)	40 (168)	45 (188)

(1) 按照中国成年人 BMI 标准评估周先生的体型，并根据 Broca 改良公式计算其标准体重，并计算周先生的摄入合理的总能量是多少，每天运动所需要消耗能量？

(2) 请结合周先生的情况为其制定体重管理方案，利用食物卡和食物交换份制定饮食方案（表明食材和份数）。

3. 技能要求

(1) 能设计体重管理方案。

4. 质量指标

(1) 设计体重管理方案：每日能量符合最低能量要求，蛋白 15%-20%、碳水 50%-60%，含饮食+运动，贴合个体。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.3.1

试题名称： 指导膳食制作

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或 标称值	结果或 实际值	得分
M1	2	计算结果正确得 1 分 ,判断真确得 1 分。			
M2	1	结果正确得 1 分。			
M3	1	结果正确得 1 分。			
M4	1	结果正确得 1 分。			
M5	2	饮食方案种类齐全，得 2 分；少一种，扣 0.5，扣完为止。			
M6	2	总份数为 18-19 份，得 2 分。			
M7	1	如果食物大类总份数大于一份的，要求食物品种大于 2 种，得 1 分。			
合计配分	10	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

营养师(公共营养师)(二级)操作技能考核

试题单

准考证号:

试题代码: 3.3.2

试题名称: 指导膳食制作

考核时间: 5 min

1. 场地设备要求

(1) 食材卡

2. 工作任务

张女士,女,68岁,退休教师。身高158cm,体重72kg,血压145/85mmHg,空腹血糖7.2mmol/L(未服药),总胆固醇5.8mmol/L,有多年便秘史(3-4天排便一次)。饮食习惯:主食以精白米面为主,每日约200g;爱吃油炸糕点(如油条、麻花),每周3-4次;蔬菜摄入量少(每日约100g),几乎不食用粗粮和杂豆;每日饮用含糖饮料(如可乐)约500ml;睡眠质量差,夜间易醒。日常活动以散步为主,每日约10分钟,无其他运动。有糖尿病家族史(母亲患糖尿病)。

(1) 简述利用食物交换份法,为张女士制作老年餐的主要步骤。

(2) 利用食材卡挑选食材,为张女士1款高纤维膳食食谱(内容包括食材名称、制作方式)。

3. 技能要求

(1) 能制作老年餐。

(2) 能制作高纤维膳食。

4. 质量指标

(1) 制作老年餐：符老年膳食指南，低盐 ($\leq 5\text{g}/\text{日}$) 低脂，食材软烂，荤素配易消化。

(2) 制作高纤维膳食：每日膳食纤维 $\geq 25\text{g}$ ，含全谷物/菌藻等，烹饪保纤维，口感适配。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.3.2

试题名称： 指导膳食制作

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或 标称值	结果或 实际值	得分
M1	3	每个步骤正确得 3 分,1 个步骤正确得 0.5 分。			
M2	1	高膳食纤维的餐谱正确,得 1 分。			
合计配分	4	合计得分			

评价分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	考评员评分			得分
			1	2	3	
J1	3	食材合理得 3 分。				
J2	3	制作方法合理得 3 分。				
合计配分	6	合计得分				

考评员（签名）：

日期：

营养师(公共营养师)（二级）操作技能考核
试 题 单

准考证号：

试题代码：3.3.3

试题名称：指导膳食制作

考核时间：5 min

1. 场地设备要求

(1) 食材卡

2. 工作任务

李爷爷，男，68岁，社区常住居民，身高165cm，体重78kg，确诊2型糖尿病5年，目前口服降糖药治疗，空腹血糖控制在7.2-7.8mmol/L（目标值<7.0mmol/L），餐后2小时血糖10.5-11.2mmol/L（目标值<10.0mmol/L）。

饮食习惯：每日主食以白米饭为主（每餐约150g生米煮制），爱吃红烧肉、油炸花生米，每日饮用含糖饮料1-2瓶（约500ml），蔬菜摄入量少（每日不足100g），几乎不运动，近期偶有口渴、多尿症状。无糖尿病家族史，无高血压、心脑血管疾病史。

附：

不同体型、不同体力活动者每日每千克体重所需热量
单位：千卡（千焦耳）

体力活动强度 \ 体型	卧床休息	轻体力活动	中等体力活动	重体力活动
肥胖、超重	15(63)	25(105)	30(126)	35(146)
正常	20(84)	30(126)	35(146)	40(168)
消瘦、过轻	25(105)	35(146)	40(168)	45(188)

(1) 利用食材卡挑选食材，为李爷爷制作 1 款高膳食纤维餐（内容包括食材名称、制作方式）。

(2) 请结合李爷爷的情况为其制定体重管理的运动方案。

3. 技能要求

(1) 能设计体重管理方案。

4. 质量指标

(1) 设计体重管理方案：每日能量符合最低能量要求，蛋白 15%-20%、碳水 50%-60%，含饮食+运动，贴合个体。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.3.3

试题名称： 指导膳食制作

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或 标称值	结果或 实际值	得分
M1	1	高膳食纤维的餐谱正确，得 1 分。			
M2	1.5	运动强度正确，得 2 分			
合计配分	2.5	合计得分			

评价分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	考评员评分			得分
			1	2	3	
J1	1	食材选择合理，得 1 分。				
J2	2	制作方式合理，得 2 分。				
J3	1.5	运动方式合理，得 1.5 分。				
J4	1.5	运动时间合理，得 1.5 分。				
J5	1.5	运动频率合理，得 1.5 分。				
合计配分	7.5	合计得分				

考评员（签名）：

日期：

营养师(公共营养师) (二级) 操作技能考核

试题单

准考证号:

试题代码: 3.3.4

试题名称: 指导膳食制作

考核时间: 5 min

1. 场地设备要求

(1) 食材卡。

2. 工作任务

张阿姨, 女, 65 岁, 独居老人, 身高 152cm, 体重 58kg, 确诊轻度吞咽障碍 (IDDSI 分级 3 级), 日常进食易呛咳, 偶有餐后咳痰带食物残渣。基础疾病: 高血压 (服药后血压 135/85mmHg), 无糖尿病、心脑血管疾病史。

饮食习惯: 喜欢吃软烂面食 (如面条), 但很少吃蔬菜 (担心咀嚼困难), 每日喝 1 杯全脂牛奶 (200ml), 肉类以清蒸鱼为主 (每周 2 次), 经常因 “吃不下” 导致晚餐摄入量不足, 近 3 个月体重下降 2kg (原体重 60kg)。

(1) 简述利用食物交换份法, 为张阿姨制作老年餐的主要步骤。

(2) 利用食材卡挑选食材, 为张阿姨制作 1 款老年午餐 (内容包括食材名称、制作方式)。

3. 技能要求

(1) 能制作高纤维膳食。

(2) 能设计体重管理方案。

4. 质量指标

(1) 制作高纤维膳食：每日膳食纤维 $\geq 25\text{g}$ ，含全谷物/菌藻等，烹饪保纤维，口感适配。

(2) 设计体重管理方案：每日能量满足自身要求，蛋白 15%-20%、碳水 50%-60%，含饮食+运动，贴合个体。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.3.4

试题名称： 指导膳食制作

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或 标称值	结果或 实际值	得分
M1	1	步骤 1 正确，得 1 分。			
M2	1	步骤 2 正确，得 1 分。			
M3	1	步骤 3 正确，得 1 分。			
M4	1	步骤 4 正确，得 1 分。			
M5	1	步骤 5 正确，得 1 分。			
M6	1	步骤 6 正确，得 1 分。			
合计配分	6	合计得分			

评价分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	考评员评分			得分
			1	2	3	
J1	2	食材合理，得 2 分。				
J2	2	制作方法合理匹配，得 2 分。				
合计配分	4	合计得分				

考评员（签名）：

日期：

营养师(公共营养师) (二级) 操作技能考核
试 题 单

准考证号:

试题代码: 3.3.5

试题名称: 指导膳食制作

考核时间: 5 min

1. 场地设备要求

(1) 食材卡。

2. 工作任务

王奶奶, 女, 70 岁, 社区独居老人, 身高 158cm, 体重 65kg, 确诊高尿酸血症 3 年, 目前未服药, 近 1 个月尿酸值 $480\mu\text{mol/L}$ (正常范围: 女性绝经后 $<420\mu\text{mol/L}$), 偶有关节轻微酸痛。

饮食习惯: 每周吃 2 次动物内脏 (如猪肝、鸡胗), 每月吃 3-4 次海鲜 (如虾、蟹), 主食以白馒头、白米饭为主, 每日饮水约 800ml, 蔬菜以土豆、洋葱为主 (每日约 150g), 很少吃绿叶蔬菜, 无糖尿病、高血压病史, 日常活动量: 每日散步 30 分钟 (轻体力活动)。

附:

不同体型、不同体力活动者每日每千克体重所需热量
单位: 千卡 (千焦耳)

体力活动强度 \ 体型					
	卧床休息	轻体力活动	中等体力活动	重体力活动	

肥胖、超重	15 (63)	25 (105)	30 (126)	35 (146)
正常	20 (84)	30 (126)	35 (146)	40 (168)
消瘦、过轻	25 (105)	35 (146)	40 (168)	45 (188)

(1) 请结合王奶奶的情况为其制定体重管理方案，利用食物卡和食物交换份制定饮食方案（表明食材和份数）和运动方案等。

3. 技能要求

(1) 能设计体重管理方案。

4. 质量指标

(1) 设计体重管理方案：每日能量符合最低能量要求，蛋白 15%-20%、碳水 50%-60%，含饮食+运动，贴合个体。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.3.5

试题名称： 指导膳食制作

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或 标称值	结果或 实际值	得分
M1	3	饮食方案种类齐全，得 3 分；少一种，扣 1 分，扣完为止。			
M2	1	总份数为 14-15 份，得 1 分。			
M3	1	食物大类总份数大于一份的，要求食物品种大于 2 种，得 1 分。			
M4	1	运动强度正确，得 1 分。			
合计配分	6	合计得分			

评价分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	考评员评分			得分
			1	2	3	
J1	2	运动方式合理，得 2 分。				
J2	2	运动时间频率和时间合理，得 2 分。				
合计配分	4	合计得分				

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：4.1.1

试题名称：完成对高血压、糖尿病高发群体的营养教育

考核时间：10 min

1. 背景资料

上海阳光小区是建成 30 年的老小区，65 岁以上居民占 60%，其中 82% 患有高血压、糖尿病等慢性病。近期社区卫生服务中心数据显示，该小区老年人因“高盐饮食导致血压波动”“主食过量引发血糖升高”等饮食问题就医的比例较去年上升 20%。典型案例：72 岁的王阿姨（患高血压 10 年、糖尿病 5 年），因每日食用腌制咸菜（约 50g/天）且主食以白米饭为主（约 300g/餐），近 1 个月血压波动至 160/95mmHg，空腹血糖达 8.5mmol/L。

社区拟开展系列营养教育活动，改善上述问题。

2. 试题要求

（1）社区针对现状需要组织一次健康科普讲座，请为这次健康科普活动设计一句广告语。

（2）以“王阿姨的饮食问题”为典型案例，设计小区健康营养讲座的完整流程。

(3) 结合小区高血压患病率高(65%)的特点,制作针对老年高血压患者的讲座

大纲。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 4.1.1

试题名称： 完成对高血压、糖尿病高发群体的营养教育

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 设计广告语	2	
2. 设计讲座前期准备阶段	3	
3. 设计讲座现场执行阶段	3	
4. 设计讲座后期跟进阶段	3	
5. PPT 第 1 个标题内容	2	
6. PPT 第 2 个标题内容	2	
7. PPT 第 3 个标题内容	2	
8. PPT 第 4 个标题内容	2	
9. PPT 第 5 个标题内容	1	
合计	20	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：4.1.2

试题名称：对高血脂、糖尿病高发群体进行营养教育

考核时间：10 min

1. 背景资料

上海绿洲小区是建成 15 年的中型社区，45-65 岁居民占比 55%，其中 48% 存在高血脂问题，32% 属于超重或肥胖。社区卫生服务中心近期数据显示，该小区居民因“长期高脂饮食导致血脂异常”“热量摄入超标引发肥胖”等饮食问题就诊的比例较去年上升 15%。典型案例：58 岁的张大叔（高血脂 3 年、超重 2 年），日常饮食偏好油炸食品（每周 4-5 次），每日肉类摄入约 200g，且很少食用蔬菜，近 3 个月体检显示甘油三酯升至 2.8mmol/L，BMI 达 28.5kg/m²。

社区拟开展系列营养教育活动，改善上述问题。

2. 试题要求

（1）社区针对现状需要组织一次健康科普讲座，请为这次健康科普活动设计一句广告语。

（2）结合此次教育活动，可以设计不少于 4 种宣传材料。

(3) 以“张大叔的饮食问题”为典型案例，设计小区健康营养讲座的完整流程。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 4.1.2

试题名称： 对高血脂、糖尿病高发群体进行营养教育

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 设计广告语	3	
2. 宣传材料 1	2	
3. 宣传材料 2	2	
4. 宣传材料 3	2	
5. 宣传材料 4	2	
6. 设计讲座前期准备阶段	3	
7. 设计讲座现场执行阶段	3	
8. 设计讲座后期跟进阶段	3	
合计	20	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：4.1.3

试题名称：对痛风、高尿酸血症高发群体进行营养教育

考核时间：10 min

1. 背景资料

上海长风小区是一个建成 20 年的小区，50 岁以上居民占比 58%，其中 35% 患有高尿酸血症，18% 确诊痛风。社区卫生服务中心最新数据显示，该小区居民因“高嘌呤饮食诱发痛风急性发作”“饮酒及果糖摄入过量导致尿酸持续升高”等饮食问题就医的比例较去年上升 25%。典型案例：62 岁的李大爷（痛风病史 8 年、高尿酸血症 10 年），喜爱食用动物内脏（每周 3-4 次），每日饮用含糖饮料约 500ml，近 1 个月痛风频繁发作，血尿酸值高达 $650\mu\text{mol/L}$ 。

社区计划开展系列营养教育活动，以改善上述状况。

2. 试题要求

（1）社区为应对现状，需组织一次健康科普讲座，请为这次活动设计一句广告语。

（2）针对本小区痛风、高尿酸血症高发及饮食误区，设计 3 个以上课程内容。

(3) 结合小区高尿酸血症患病率高(35%)的特点,制作针对中老年高尿酸血症患者的讲座大纲。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 4.1.3

试题名称： 对痛风、高尿酸血症高发群体进行营养教育

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 设计广告语	3	
2. 设计课程 1	2	
3. 设计课程 2	2	
4. 设计课程 3	2	
5. PPT 第 1 个标题内容	2	
6. PPT 第 2 个标题内容	2	
7. PPT 第 3 个标题内容	2	
8. PPT 第 4 个标题内容	2	
9. PPT 第 5 个标题内容	2	
10. PPT 第 6 个标题内容	1	
合计	20	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：4.1.4

试题名称：对儿童营养不良与营养过剩高发群体进行营养教育

考核时间：10 min

1. 背景资料

上海春晖小区内有两所幼儿园和一所小学，3-12岁儿童占小区总人口的22%。社区卫生服务中心体检数据显示，该群体中15%存在营养不良（低体重、生长迟缓），20%存在营养过剩（超重、肥胖）。近期家长反馈，儿童因“挑食偏食导致营养素缺乏”“过多食用零食和油炸食品引发肥胖”等饮食问题就医的比例较去年上升18%。典型案例：9岁的小明（小学三年级），长期挑食不吃蔬菜，每日零食（薯片、糖果）摄入超300g，身高125cm（低于同年龄儿童均值），体重35kg（BMI=22.4，属于超重），近半年感冒频率增加，注意力不集中。

社区计划针对上述问题开展系列营养教育活动。

2. 试题要求

（1）社区需组织一次面向家长的健康科普讲座，请为这次活动设计一句广告语。

(2) 以“小明的饮食问题”为典型案例，设计小区健康营养讲座的完整流程。

(3) 结合小区儿童营养问题现状，制作针对家长的健康讲座大纲。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 4.1.4

试题名称： 对儿童营养不良与营养过剩高发群体进行营养教育

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 设计广告语	3	
2. 设计讲座前期准备阶段	2	
3. 设计讲座现场执行阶段	2	
4. 设计讲座后期跟进阶段	2	
5. PPT 第 1 个标题内容	2	
6. PPT 第 2 个标题内容	2	
7. PPT 第 3 个标题内容	2	
8. PPT 第 4 个标题内容	2	
9. PPT 第 5 个标题内容	2	
10. PPT 第 6 个标题内容	1	
合计	20	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：4.1.5

试题名称：对孕产妇营养失衡高发群体进行营养教育

考核时间：10 min

1. 背景资料

上海悦景小区近两年新婚家庭增多，备孕及孕产妇群体占比达 12%。社区卫生服务中心监测数据显示，该群体中 28% 存在营养失衡问题，其中 15% 因“过度进补导致孕期肥胖、妊娠糖尿病”就医，13% 因“饮食单一引发缺铁性贫血、钙缺乏”就诊，较去年上升 22%。典型案例：28 岁的陈女士（孕 24 周），孕期每日食用大量滋补品（如燕窝、人参），很少摄入蔬菜，近期产检显示空腹血糖 6.8mmol/L，血红蛋白 95g/L，存在妊娠糖尿病及缺铁性贫血风险。

社区计划针对上述问题开展系列营养教育活动。

2. 试题要求

- （1）社区需组织一次面向孕产妇的健康科普讲座，请为这次活动设计一句广告语。
- （2）针对本小区孕产妇营养失衡高发及饮食误区，设计 3 个以上的宣传材料。
- （3）结合小区孕产妇营养问题现状，制作针对孕产妇的讲座大纲。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 4.1.5

试题名称： 对孕产妇营养失衡高发群体进行营养教育

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 设计广告语	3	
2. 宣传材料 1	2	
3. 宣传材料 2	2	
4. 宣传材料 3	2	
5. PPT 第 1 个标题内容	2	
6. PPT 第 2 个标题内容	2	
7. PPT 第 3 个标题内容	2	
8. PPT 第 4 个标题内容	2	
9. PPT 第 5 个标题内容	2	
10. PPT 第 6 个标题内容	1	
合计	20	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：4.2.1

试题名称：完成老年人的营养咨询

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区正在开展老年人群体的营养咨询与指导服务

序号	姓名	年龄	性别	饮食习惯	健康状况	主要营养需求
1	张三	68	男	偏爱高盐饮食	糖尿病	低盐饮食指导
2	李四	75	女	喜食高脂肪食物	糖尿病	低脂饮食和血糖控制
3	王五	70	男	素食偏好	无重大疾病	蛋白质摄入指导
4	赵六	80	女	高糖饮食	糖尿病	限糖饮食和血糖控制
5	孙七	72	男	不规律饮食	骨质疏松	钙质摄入和骨密度提高

2. 试题要求

- （1）请根据模拟情景，完成营养咨询对话，并在对话后回答相关评估与调整建议的问题。
- （2）根据收集到的信息，如何评估营养咨询的效果，并根据评估结果提出必要的改进建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码：4.2.1

试题名称：完成老年人的营养咨询

考核时间：10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 现场咨询 1	4	
2. 网络咨询 1	4	
3. 评估方法 1	2	
4. 评估方法 2	2	
5. 评估方法 3	2	
6. 改进措施 1	2	
7. 改进措施 2	2	
8. 改进措施 3	2	
合计	20	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：4.2.2

试题名称：完成老年人的营养咨询

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区卫生服务中心开展老年人群营养健康管理服务，以下为部分服务对象

信息：

序号	姓名	年龄	性别	饮食习惯	健康状况	主要营养需求
1	周六	70 岁	女	每日食用腌菜、酱肉等腌制品，饮水量少	高血压病史 5 年	低盐饮食及水分摄入指导
2	吴九	65 岁	男	饮食以白米饭、馒头为主，每周蔬菜摄入不足 2 次	长期消化不良，便秘	膳食纤维补充及均衡饮食指导
3	王五	78 岁	女	拒绝食用肉类、蛋类，仅吃主食和少量蔬菜	轻度缺铁性贫血	蛋白质摄入指导
4	王十一	62 岁	男	每日饮酒（约 200ml 白酒），下酒菜多为油炸食品	肝功能轻度异常	戒酒辅助及护肝饮食指导
5	陈十二	73 岁	女	每餐进食量少（约正常量 1/2），不喜主食	体重指数 17.2（轻度营养不良）	高营养密度饮食及增重指导

2. 试题要求

(1) 请根据模拟情景，完成营养咨询对话，并在对话后回答相关评估与调整建议的问题。

(2) 根据收集到的信息，如何评估营养咨询的效果，并根据评估结果提出必要的改进建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码：4.2.2

试题名称：完成老年人的营养咨询

考核时间：10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 现场咨询 1	4	
2. 网络咨询 1	4	
3. 评估方法 1	2	
4. 评估方法 2	2	
5. 评估方法 3	2	
6. 改进措施 1	2	
7. 改进措施 2	2	
8. 改进措施 3	2	
合计	20	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核 试题单

准考证号：

试题代码：4.2.3

试题名称：完成老年慢性病病人的营养咨询

考核时间：10 min

1. 背景资料

某养老机构为入住老人提供个性化营养咨询服务，以下为部分老人信息：

序号	姓名	年龄	性别	饮食习惯	健康状况	主要营养需求
1	钱十三	76岁	男	顿顿离不开红烧肉，很少吃主食，爱喝浓茶	糖尿病合并高血脂	低脂、控糖及合理膳食结构指导
2	孙十四	82岁	女	只吃软烂食物，拒绝粗粮，食欲差	帕金森病，咀嚼困难，轻度营养不良	高营养密度、易咀嚼及促进食欲饮食指导
3	李十五	73岁	男	嗜酒，每日喝300ml左右米酒，下酒菜多为咸鱼	肝硬化早期，高血压	戒酒辅助、低盐及护肝饮食指导
4	周十六	79岁	女	饮食单一，以馒头和咸菜为主，不爱吃水果	冠心病，维生素缺乏	多样化饮食、补充维生素及控盐指导
5	吴十七	69岁	男	暴饮暴食，尤其晚餐量大，爱吃甜食	肥胖症，睡眠呼吸暂停综合征	规律饮食、减重及控糖饮食指导

2. 试题要求

(1) 请根据模拟情景，完成营养咨询对话，并在对话后回答相关评估与调整建

议的问题。

(2) 根据收集到的信息，如何评估营养咨询的效果，并根据评估结果提出必要的改进建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码：4.2.3

试题名称：完成老年慢性病病人的营养咨询

考核时间：10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 现场咨询 1	4	
2. 网络咨询 1	4	
3. 评估方法 1	2	
4. 评估方法 2	2	
5. 评估方法 3	2	
6. 改进措施 1	2	
7. 改进措施 2	2	
8. 改进措施 3	2	
合计	20	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：4.2.4

试题名称：完成老年病人多重健康的营养咨询

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区卫生服务中心为老年居民提供营养咨询服务，以下为部分居民信息：

序号	姓名	年龄	性别	饮食习惯	健康状况	主要营养需求
1	郑十八	78岁	男	长期食用剩菜，口味重，不爱吃水果	糖尿病、高血压、肾功能轻度下降	控糖、低盐、护肾饮食指导
2	王十九	72岁	女	素食者，拒绝一切动物性食物，爱吃蜜饯	缺铁性贫血、骨质疏松	补铁、补钙及均衡营养指导
3	冯二十	69岁	男	嗜酒，每日饮白酒250ml，饮食不规律	慢性胃炎、肝功能异常	戒酒、养胃及护肝饮食指导
4	陈二十一	81岁	女	进食速度快，喜食糯米类食物，饮水少	消化不良、便秘、高血脂	饮食节奏调整、通肠及降脂饮食指导
5	褚二十二	75岁	男	偏爱油炸食品，主食以精米白面为主，很少吃蔬菜	肥胖、高血糖	低脂、高纤维及控糖饮食指导

2. 试题要求

（1）请根据模拟情景，完成营养咨询对话，并在对话后回答相关评估与调整建议的问题。

(2) 根据收集到的信息，如何评估营养咨询的效果，并根据评估结果提出必要的改进建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码：4.2.4

试题名称：完成老年病人多重健康的营养咨询

考核时间：10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 现场咨询 1	4	
2. 网络咨询 1	4	
3. 评估方法 1	2	
4. 评估方法 2	2	
5. 评估方法 3	2	
6. 改进措施 1	2	
7. 改进措施 2	2	
8. 改进措施 3	2	
合计	20	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：4.2.5

试题名称：完成老年糖尿病人的营养咨询

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区开展老年糖尿病患者营养干预活动，以下为部分参与者信息：

序号	姓名	年龄	性别	饮食习惯	健康状况	主要营养需求
1	杨二十三	76岁	男	爱吃腌制食品，如咸菜、酱鸭，晚餐量大	糖尿病、高血压、轻度肾功能损伤	低盐、控糖、护肾饮食指导
2	朱二十四	71岁	女	长期素食，不喝牛奶，喜食糕点	糖尿病、骨质疏松、轻度贫血	补钙、补铁、控糖饮食指导
3	秦二十五	68岁	男	嗜酒，每日喝啤酒500ml，下酒菜多为油炸花生	糖尿病、高血脂、脂肪肝	戒酒、低脂、控糖饮食指导
4	尤二十六	79岁	女	饮食单一，以白粥配咸菜为主，很少吃肉类	糖尿病、营养不良、免疫力低下	多样化饮食、补充营养、控糖指导
5	许二十七	73岁	男	暴饮暴食，爱吃甜食，如蛋糕、巧克力，不爱运动	糖尿病、肥胖、高尿酸血症	规律饮食、控糖、降尿酸饮食指导

2. 试题要求

（1）请根据模拟情景，完成营养咨询对话，并在对话后回答相关评估与调整建议的问题。

(2) 根据收集到的信息，如何评估营养咨询的效果，并根据评估结果提出必要的改进建议。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码：4.2.5

试题名称：完成老年糖尿病人的营养咨询

考核时间：10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 现场咨询 1	4	
2. 网络咨询 1	4	
3. 评估方法 1	2	
4. 评估方法 2	2	
5. 评估方法 3	2	
6. 改进措施 1	2	
7. 改进措施 2	2	
8. 改进措施 3	2	
合计	20	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：5.1.1

试题名称：收集营养与健康信息并完成上报

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区近日暴发甲型流感疫情，累计报告 30 名感染者，其中 70 岁的王大爷（编号 13）为典型个案：患高血压 5 年（日常血压 140/90mmHg），感染后持续发热 7 天，因“吞咽疼痛”几乎停食主食，每日仅喝少量白粥，1 周内体重下降 3.2kg，血压波动至 155/100mmHg。社区公共营养师需紧急收集疫情相关营养与健康信息，开展针对性干预。

流感疫情营养调查表：

编号	年龄	性别	主要症状	饮食变化	食欲状况	体重变化 (kg)
1	60	男	发热、乏力	减少肉类摄入	食欲减退	-2
2	55	女	咳嗽、头痛	增加蔬菜摄入	食欲基本正常	-1
3	70	男	喉咙痛、疲劳	减少主食摄入	食欲减退	-3
4	65	女	鼻塞、全身酸痛	饮食无明显变化	食欲减退	-1.5
5	58	男	发热、胃口不好	减少油脂摄入	食欲减退	-2.5
6	62	女	头痛、发热	增加水果摄入	食欲稍减	-1.2
7	67	男	喉咙痛、发热	减少乳制品摄入	食欲减退	-2.2
8	54	女	乏力、咳嗽	增加水分摄入	食欲基本正常	-0.8
9	69	男	发热、疲劳	减少高脂肪食物	食欲减退	-2.7
10	63	女	喉咙痛	减少甜食摄入	食欲减退	-1.3

11	61	男	发热、乏力	减少肉类摄入	食欲减退	-2.1
12	59	女	咳嗽、头痛	增加蔬菜摄入	食欲基本正常	-1
13	68	男	喉咙痛、疲劳	减少主食摄入	食欲减退	-3.2
14	64	女	鼻塞、全身酸痛	饮食无明显变化	食欲减退	-1.4
15	57	男	发热、胃口不好	减少油脂摄入	食欲显著减退	-2.6
16	63	女	头痛、发热	增加水果摄入	食欲减退	-1.1
17	66	男	喉咙痛、发热	减少乳制品摄入	食欲减退	-2.3
18	53	女	乏力、咳嗽	增加水分摄入	食欲基本正常	-0.9
19	70	男	发热、疲劳	减少高脂肪食物	食欲减退	-2.8
20	62	女	喉咙痛	减少甜食摄入	食欲减退	-1.5
21	60	男	发热、乏力	减少肉类摄入	食欲减退	-2
22	56	女	咳嗽、头痛	增加蔬菜摄入	食欲基本正常	-1
23	71	男	喉咙痛、疲劳	减少主食摄入	食欲减退	-3.1
24	66	女	鼻塞、全身酸痛	饮食无明显变化	食欲下降	-1.6
25	59	男	发热、胃口不好	减少油脂摄入	食欲显著减退	-2.4
26	64	女	头痛、发热	增加水果摄入	食欲减退	-1
27	69	男	喉咙痛、发热	减少乳制品摄入	食欲减退	-2.5
28	55	女	乏力、咳嗽	增加水分摄入	食欲基本正常	-0.7
29	72	男	发热、疲劳	减少高脂肪食物	食欲减退	-2.9
30	61	女	喉咙痛	减少甜食摄入	食欲减退	-1.2

2. 试题要求

(1) 收集此次流感疫情相关的营养与健康信息，并说明上报流程完成上报。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 5.1.1

试题名称： 收集营养与健康信息并完成上报

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 核心信息	5	
2. 上报流程	5	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：5.1.2

试题名称：建立营养与健康档案数据库（社区诺如病毒感染干预）

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区近日暴发诺如病毒感染疫情，累计报告 25 名感染者，其中 65 岁的李阿姨（编号 8）为典型个案：患糖尿病 3 年（空腹血糖 6.5-7.2mmol/L），感染后持续呕吐、腹泻 4 天，因“进食后即呕吐”几乎停止进食，仅少量饮用温水，3 天内体重下降 2.8kg，空腹血糖波动至 8.5mmol/L。社区公共营养师需紧急收集疫情相关营养与健康信息，开展针对性干预。

诺如病毒感染营养调查表：

编号	年龄	性别	主要症状	饮食变化	食欲状况	体重变化（kg）
1	50	男	呕吐、乏力	减少固体食物	食欲显著减退	-1.5
2	62	女	腹泻、腹痛	仅进食粥类	食欲下降	-1.2
3	58	男	恶心、呕吐	仅进食流质食物	食欲减退	-2.1
4	60	女	腹泻、乏力	减少肉类摄入	食欲稍减	-0.9
5	55	男	呕吐、头痛	减少固体食物	食欲下降	-1.3
6	63	女	腹痛、恶心	仅进食粥类	食欲减退	-1.8
7	52	男	腹泻、头晕	减少肉类摄入	食欲显著减退	-2.3
8	65	女	呕吐、腹泻	仅喝温水	食欲完全消失	-2.8
9	59	男	恶心、乏力	仅喝温水	食欲减退	-2
10	61	女	腹泻、腹痛	仅进食粥类	食欲稍减	-1.1
11	53	男	呕吐、头晕	减少主食摄入	食欲显著减退	-1.7
12	64	女	腹痛、乏力	减少主食摄入	食欲下降	-1

13	57	男	恶心、腹泻	仅进食流质食物	食欲减退	-1.9
14	60	女	呕吐、头痛	减少肉类摄入	食欲稍减	-0.8
15	54	男	腹泻、乏力	仅进食粥类	食欲减退	-2.2
16	62	女	恶心、腹痛	仅进食粥类	食欲下降	-1.4
17	56	男	呕吐、头晕	减少固体食物	食欲显著减退	-1.6
18	63	女	腹泻、恶心	减少主食摄入	食欲稍减	-0.7
19	51	男	腹痛、乏力	仅进食粥类	食欲减退	-2
20	65	女	呕吐、腹泻	仅喝温水	食欲完全消失	-2.6
21	58	男	恶心、头晕	减少肉类摄入	食欲显著减退	-1.8
22	61	女	腹泻、头痛	仅进食粥类	食欲下降	-1.2
23	53	男	呕吐、乏力	仅进食流质食物	食欲减退	-2.1
24	60	女	腹痛、恶心	减少肉类摄入	食欲稍减	-0.9
25	55	男	腹泻、头晕	减少主食摄入	食欲下降	-1.3

2. 试题要求

(1) 按照上报的数据要求，设计包含典型个案特殊信息的数据库字段名称，以便清晰了解疫情现状。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 5.1.2

试题名称： 建立营养与健康档案数据库（社区诺如病毒感染干预）

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 数据库字段设计一	2	
2. 数据库字段设计二	2	
3. 数据库字段设计三	2	
4. 数据库字段设计四	2	
5. 数据库字段设计五	2	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：5.1.3

试题名称：收集营养与健康信息并分析（社区手足口病疫情干预）

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区近期暴发手足口病疫情，累计报告 35 名感染者，其中 4 岁的明明（编号 15）为典型个案：患有先天性心脏病（房间隔缺损），感染后持续发热 5 天，口腔疱疹严重导致无法正常进食，每日仅进食少量米汤，2 周内体重下降 1.8kg，同时出现脱水症状（尿量减少、口唇干燥）。社区公共营养师需紧急收集疫情相关营养与健康信息，开展针对性干预。

手足口病疫情营养调查表：

编号	年龄	性别	主要症状	饮食变化	食欲状况	体重变化（kg）
1	3	女	发热、口腔疱疹	仅喝温水	食欲减退	-0.5
2	5	男	手足疱疹、咽痛	仅进食流质	食欲下降	-0.8
3	2	女	发热、流涎	仅进食流质	食欲显著减退	-1.2
4	6	男	口腔溃疡、乏力	仅进食流质	食欲稍减	-0.6
5	4	女	发热、咽痛	饮食无明显变化	食欲下降	-0.7
6	3	男	手足疱疹、发热	减少肉类摄入	食欲减退	-0.9
7	5	女	口腔疱疹、哭闹	仅喝温水	食欲显著减退	-1.3
8	2	男	发热、拒食	仅进食流质	食欲完全消失	-1.5
9	6	女	口腔溃疡、乏力	减少主食摄入	食欲稍减	-0.5
10	3	男	手足疱疹、发热	饮食无明显变化	食欲下降	-0.8
11	4	女	发热、咽痛	仅进食流质	食欲减退	-1.1
12	5	男	口腔疱疹、流涎	仅进食流质	食欲稍减	-0.7

13	2	女	发热、拒食	仅喝温水	食欲显著减退	-1.4
14	6	男	口腔溃疡、乏力	减少肉类摄入	食欲下降	-0.6
15	4	男	发热、口腔疱疹	仅进食流质	食欲完全消失	-1.8
16	3	女	手足疱疹、咽痛	仅喝温水	食欲减退	-0.9
17	5	男	发热、流涎	仅进食流质	食欲显著减退	-1.2
18	2	女	口腔疱疹、哭闹	仅进食流质	食欲稍减	-0.8
19	6	男	口腔溃疡、发热	饮食无明显变化	食欲下降	-0.5
20	3	女	手足疱疹、乏力	仅进食流质	食欲减退	-0.7
21	4	男	发热、咽痛	仅喝温水	食欲显著减退	-1
22	5	女	口腔疱疹、拒食	减少肉类摄入	食欲完全消失	-1.6
23	2	男	发热、流涎	仅进食流质	食欲减退	-1.3
24	6	女	口腔溃疡、乏力	仅进食流质	食欲稍减	-0.6
25	3	男	手足疱疹、发热	饮食无明显变化	食欲下降	-0.8
26	4	女	发热、咽痛	仅喝温水	食欲显著减退	-1.1
27	5	男	口腔疱疹、哭闹	减少主食摄入	食欲减退	-0.9
28	2	女	发热、拒食	仅进食流质	食欲完全消失	-1.4
29	6	男	口腔溃疡、乏力	仅进食流质	食欲完全消失	-0.7
30	3	女	手足疱疹、发热	减少肉类摄入	食欲下降	-0.5
31	4	男	发热、咽痛	饮食无明显变化	食欲减退	-0.8
32	5	女	口腔疱疹、流涎	仅喝温水	食欲显著减退	-1.2
33	2	男	发热、拒食	仅喝温水	食欲完全消失	-1.5
34	6	女	口腔溃疡、乏力	仅进食流质	食欲稍减	-0.6
35	3	男	手足疱疹、发热	仅进食流质	食欲下降	-1

2. 试题要求

(1) 基于收集到的信息，进行初步的健康相关危险因素分析（例如饮食变化中出现频率最高的类型等）。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 5.1.3

试题名称： 收集营养与健康信息并分析（社区手足口病疫情干预）

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 健康数据分析	6	
2. 危险因素分析	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：5.1.4

试题名称：建立营养与健康档案数据库（社区细菌性痢疾疫情干预）

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区近期暴发细菌性痢疾疫情，累计报告 40 名感染者，其中 68 岁的张奶奶（编号 22）为典型个案：患慢性肾病 3 期（肌酐 $180\mu\text{mol/L}$ ）、高血压 2 级，感染后持续腹痛腹泻 6 天，每日排便 8-10 次，因“进食后腹痛加剧”几乎停止进食，仅少量饮用淡盐水，5 天内体重下降 4.2kg，血压降至 100/60mmHg（基础血压 130/80mmHg），电解质紊乱（低钾血症）。社区公共营养师需紧急收集疫情相关营养与健康信息，开展针对性干预。

细菌性痢疾疫情营养调查表：

编号	年龄	性别	主要症状	饮食变化	食欲状况	体重变化 (kg)
1	55	男	腹痛、腹泻	减少固体食物	食欲减退	-2.1
2	62	女	发热、里急后重	仅喝流质/饮品	食欲下降	-2.8
3	70	男	腹泻、乏力	减少固体食物	食欲显著减退	-3.5
4	58	女	腹痛、发热	仅喝流质/饮品	食欲稍减	-1.8
5	65	男	腹泻、呕吐	饮食无明显变化	食欲下降	-2.3
6	52	女	发热、腹痛	减少固体食物	食欲减退	-2
7	68	男	里急后重、乏力	仅喝流质/饮品	食欲显著减退	-3.2
8	54	女	腹泻、头晕	仅喝流质/饮品	食欲稍减	-1.7
9	63	男	腹痛、发热	减少固体食物	食欲减退	-2.5
10	59	女	腹泻、乏力	饮食无明显变化	食欲下降	-2.2
11	66	男	发热、里急后重	仅喝流质/饮品	食欲显著减退	-3

12	53	女	腹痛、腹泻	仅喝流质/饮品	食欲稍减	-1.9
13	69	男	腹泻、呕吐	减少固体食物	食欲减退	-3.3
14	57	女	发热、乏力	仅喝流质/饮品	食欲下降	-2.4
15	64	男	腹痛、里急后重	减少固体食物	食欲显著减退	-2.7
16	51	女	腹泻、头晕	饮食无明显变化	食欲稍减	-1.6
17	67	男	发热、腹痛	仅喝流质/饮品	食欲减退	-3.1
18	56	女	腹泻、乏力	仅喝流质/饮品	食欲下降	-2.2
19	61	男	里急后重、呕吐	减少固体食物	食欲显著减退	-2.6
20	53	女	腹痛、发热	仅喝流质/饮品	食欲稍减	-1.8
21	68	男	腹泻、头晕	减少固体食物	食欲减退	-3.4
22	68	女	腹痛、腹泻	仅喝流质/饮品	食欲完全消失	-4.2
23	59	男	发热、里急后重	饮食无明显变化	食欲下降	-2.3
24	65	女	腹泻、乏力	仅喝流质/饮品	食欲显著减退	-2.9
25	54	男	腹痛、呕吐	减少固体食物	食欲减退	-2.1
26	62	女	发热、头晕	仅喝流质/饮品	食欲稍减	-1.9
27	69	男	腹泻、里急后重	减少固体食物	食欲显著减退	-3.6
28	58	女	腹痛、乏力	饮食无明显变化	食欲下降	-2.5
29	63	男	发热、腹泻	仅喝流质/饮品	食欲减退	-3.2
30	55	女	里急后重、呕吐	仅喝流质/饮品	食欲稍减	-2
31	66	男	腹痛、头晕	减少固体食物	食欲显著减退	-2.8
32	52	女	腹泻、发热	仅喝流质/饮品	食欲下降	-1.7
33	67	男	里急后重、乏力	减少固体食物	食欲减退	-3.3
34	56	女	腹痛、呕吐	饮食无明显变化	食欲稍减	-1.8
35	64	男	发热、腹泻	仅喝流质/饮品	食欲显著减退	-3
36	53	女	头晕、里急后重	减少固体食物	食欲减退	-2.2
37	61	男	腹痛、乏力	仅喝流质/饮品	食欲下降	-2.6
38	57	女	腹泻、发热	减少固体食物	食欲稍减	-1.9
39	65	男	呕吐、里急后重	仅喝流质/饮品	食欲显著减退	-3.5
40	59	女	腹痛、头晕	饮食无明显变化	食欲下降	-2.4

2. 试题要求

(1) 按照上报的数据要求，设计包含典型个案特殊信息的数据库字段名称，以

便清晰了解疫情现状。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 5.1.4

试题名称： 建立营养与健康档案数据库（社区细菌性痢疾疫情干预）

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 数据库字段设计一	2	
2. 数据库字段设计二	2	
3. 数据库字段设计三	2	
4. 数据库字段设计四	2	
5. 数据库字段设计五	2	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：5.1.5

试题名称：收集营养与健康信息并分析（社区轮状病毒感染干预）

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区近日暴发轮状病毒感染疫情，累计报告 32 名感染者，其中 11 个月的乐乐（编号 18）为典型个案：早产儿（矫正月龄 9 个月），感染后持续呕吐、腹泻 7 天，每日腹泻 10 余次，因频繁呕吐无法正常进食母乳及配方奶，仅少量喂服补液盐，4 天内体重下降 0.9kg，出现中度脱水（前囟凹陷、皮肤弹性差）。社区公共营养师需紧急收集疫情相关营养与健康信息，开展针对性干预。

轮状病毒感染营养调查表：

编号	年龄	性别	主要症状	饮食变化	食欲状况	体重变化（kg）
1	8 个月	男	腹泻、低热	减少母乳/配方奶量	食欲减退	-0.3
2	1 岁	女	呕吐、腹泻	仅喂补液盐/温水	食欲下降	-0.5
3	9 个月	男	发热、腹泻	减少母乳/配方奶量	食欲显著减退	-0.4
4	1.5 岁	女	腹泻、脱水	增加米汤摄入	食欲稍减	-0.6
5	10 个月	男	呕吐、低热	减少母乳/配方奶量	食欲下降	-0.3
6	1 岁 2 个月	女	腹泻、乏力	辅食减量	食欲减退	-0.5
7	7 个月	男	发热、呕吐	仅喂补液盐/温水	食欲显著减退	-0.4
8	11 个月	女	腹泻、脱水	母乳+补液盐	食欲稍减	-0.7

9	1岁3个月	男	呕吐、腹泻	减少母乳/配方奶量	食欲减退	-0.6
10	8个月	女	低热、腹泻	辅食减量	食欲下降	-0.3
11	10个月	男	发热、呕吐	配方奶稀释喂服	食欲显著减退	-0.5
12	1岁1个月	女	腹泻、乏力	增加米汤摄入	食欲稍减	-0.6
13	9个月	男	呕吐、腹泻	减少母乳/配方奶量	食欲减退	-0.4
14	1.5岁	女	发热、脱水	仅喂补液盐/温水	食欲下降	-0.8
15	7个月	男	腹泻、低热	减少母乳/配方奶量	食欲显著减退	-0.3
16	1岁2个月	女	呕吐、乏力	辅食减量	食欲稍减	-0.5
17	10个月	男	发热、腹泻	母乳+米汤	食欲减退	-0.6
18	11个月	女	呕吐、腹泻	仅喂补液盐/温水	食欲完全消失	-0.9
19	1岁3个月	女	腹泻、脱水	配方奶+米糊	食欲下降	-0.7
20	8个月	男	呕吐、低热	减少母乳/配方奶量	食欲显著减退	-0.4
21	11个月	女	发热、腹泻	辅食减量	食欲稍减	-0.5
22	1岁	男	腹泻、乏力	增加温水摄入	食欲减退	-0.6
23	9个月	女	呕吐、腹泻	减少母乳/配方奶量	食欲下降	-0.4
24	1.5岁	男	发热、脱水	米汤+补液盐	食欲显著减退	-0.8
25	10个月	女	腹泻、低热	减少母乳/配方奶量	食欲稍减	-0.3
26	1岁2个月	男	呕吐、乏力	减少母乳/配方奶量	食欲减退	-0.5
27	7个月	女	发热、腹泻	辅食减量	食欲显著减退	-0.4
28	11个月	男	腹泻、脱水	母乳+米糊	食欲下降	-0.7
29	1岁3个月	女	呕吐、腹泻	辅食减量	食欲稍减	-0.6
30	8个月	男	低热、腹泻	配方奶+温水	食欲减退	-0.3
31	10个月	女	发热、呕吐	减少母乳/配方奶	食欲显著减	-0.5

				量	退	
32	1 岁 1 个月	男	腹泻、乏力	仅喂补液盐/温水	食欲下降	-0.8

2. 试题要求

（1）基于收集到的信息，进行初步的健康相关危险因素分析（例如饮食变化中出现频率最高的类型等）。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 5.1.5

试题名称： 收集营养与健康信息并分析（社区轮状病毒感染干预）

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 健康数据分析	6	
2. 危险因素分析	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：5.2.1

试题名称：完成营养干预项目（社区老年人骨质疏松预防项目）

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区共有老年居民 40 人，经过初步筛查，发现其中骨质疏松症患病率比较高。为了预防和减少骨质疏松的发生，社区决定实施一项营养干预项目，主要包括钙和维生素 D 的摄入优化。干预项目为期三个月，旨在通过饮食调整 and 营养补充，提高老年人的骨密度，降低骨质疏松的风险。

老年人钙和维生素 D 摄入数据表：

姓名	钙摄入量（mg/日）	维生素 D 摄入量（IU/日）	骨密度（T 值）
王丽华	800	400	-1.8
张伟	650	300	-2.6
李强	700	350	-1.9
刘芳	600	250	-2.7
陈明	750	380	-1.7
杨静	820	420	-1.6
黄磊	700	300	-1.9
周慧	680	310	-2.8
吴刚	720	360	-1.8
赵敏	690	340	-1.9
孙伟	710	330	-2.7
林小燕	760	400	-2.8
徐强	640	290	-2.6
郑秀英	730	370	-1.7

胡建国	680	320	-1.9
朱婷婷	750	410	-2.6
高志强	700	350	-1.8
马丽	690	300	-2.7
谢军	710	340	-1.9
韩雪	720	360	-1.8
冯刚	730	370	-2.7
董丽娜	680	320	-1.9
曹勇	700	350	-2.8
邓小梅	750	400	-1.7
许文杰	660	310	-2.7
潘美玲	720	360	-1.8
姜涛	690	330	-1.9
钟华	700	350	-2.8

2. 试题要求

- （1）对收集到的老年人钙摄入数据进行初步分析和评价。
- （2）组织制定并实施钙补充和饮食优化的干预措施。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 5.2.1

试题名称： 完成营养干预项目（社区老年人骨质疏松预防项目）

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 数据进行初步分析和评价	4	
2. 干预措施	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：5.2.2

试题名称：完成营养干预项目（社区老年人高血压膳食管理项目）

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区共有老年居民 40 人，近期健康筛查发现高血压患病率较高（收缩压 $\geq 140\text{mmHg}$ 或舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$ ）。为控制血压、降低心脑血管疾病风险，社区计划实施为期三个月的膳食干预项目，重点通过减盐、限油及膳食结构优化改善老年人血压水平。

老年人每日食盐、油脂摄入量及血压数据表：

姓名	食盐摄入量（g/日）	油脂摄入量（g/日）	血压（收缩压/舒张压，mmHg）
赵建国	7.5	35	150/95
孙桂兰	6.8	32	145/92
王红梅	8.2	38	160/98
陈志强	6.5	28	142/88
李秀英	7.0	30	148/90
周大勇	9.0	40	165/100
吴敏	7.2	33	152/93
郑小华	6.9	31	146/89
钱明	8.5	36	158/96
冯丽	7.8	34	155/94
朱伟	6.7	29	143/87

沈芳	8.1	37	159/97
杨军	7.3	32	151/92
刘英	6.6	30	144/88
黄刚	8.3	39	162/99
唐梅	7.1	31	149/91
林建国	7.6	35	153/93
高敏	6.4	27	135/86
张强	8.8	38	163/101
赵敏	7.4	33	154/94
吴晓	7.7	36	156/95
李亚	6.3	26	136/85
周红	8.4	37	161/98
陈明	7.9	34	157/96
王丽	6.2	25	139/84
董军	8.6	39	164/100
胡英	7.5	32	152/92
许刚	6.1	24	138/83

2. 试题要求

- (1) 对收集到的老年人食盐、油脂摄入数据进行初步分析和评价。
- (2) 参与干预项目的过程评价和效果评估。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 5.2.2

试题名称： 完成营养干预项目（社区老年人高血压膳食管理项目）

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 数据进行初步分析	4	
3. 过程评价和效果评估	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：5.2.3

试题名称：完成营养干预项目（社区老年人2型糖尿病膳食管理项目）

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区常住老年居民60人（其中男性32人，女性28人），均为2型糖尿病患者（病程3-10年），目前采用饮食控制+口服降糖药治疗。社区计划开展为期3个月的膳食干预项目，旨在通过个性化膳食调整降低血糖波动，减少并发症风险。

以下为该社区20名老年人的膳食及健康指标抽样数据（其余40人数据分布趋势一致）

姓名	性别	每日主食量 (g)	添加糖摄入 量(g)	膳食纤维摄 入量(g)	空腹血糖 (mmol/L)	是否规 律服药
王德明	男	350	15	12	8.5	否
李桂珍	女	280	10	15	7.8	是
张建国	男	400	20	8	9.2	否
刘芳	女	220	8	18	7.2	是
赵志强	男	380	18	10	8.9	否
孙秀兰	女	250	6	20	6.9	否
周勇	男	420	22	7	9.5	否
陈静	女	200	5	22	6.7	否

吴刚	男	360	16	11	8.7	是
郑梅	女	260	9	16	7.5	否
钱明	男	390	19	9	9.1	否
冯丽	女	230	7	19	6.9	是
朱军	男	370	17	10	8.8	否
高燕	女	240	8	17	7.3	是
林建国	男	410	21	8	9.3	否
王丽	女	210	6	21	6.8	否
胡强	男	340	14	13	8.3	是
姚明	女	270	11	14	7.6	否
唐勇	男	330	13	14	8.2	否
许梅	女	290	12	13	7.7	是

推荐参考标准：

- 每日主食量：男性 250-300g，女性 200-250g（生重）
- 添加糖：<25g/日
- 膳食纤维：≥25g/日
- 空腹血糖控制目标：<7.0mmol/L

2. 试题要求

- （1）结合抽样数据及整体人群特征，分析该社区老年人糖尿病膳食管理中存在的核心问题。
- （2）制定分层干预方案，包含具体膳食调整策略及执行路径。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 5.2.3

试题名称： 完成营养干预项目（社区老年人 2 型糖尿病膳食管理项目）

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 数据分析评价	6	
2. 营养干预措施	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：5.2.4

试题名称：完成营养干预项目（儿童肥胖群体膳食管理项目）

考核时间：10 min

1. 背景资料

某小学有 6-12 岁学生 800 人，健康体检显示肥胖发生率达 15%（BMI≥同年龄、同性别儿童 P95）。学校计划联合家长开展为期 6 个月的膳食干预项目，通过改善校内午餐及家庭膳食结构，降低肥胖儿童 BMI，提升营养健康素养。

以下为 30 名肥胖儿童的膳食及健康指标抽样数据（其余 90 名肥胖儿童数据分布趋势一致）：

姓名	性别	年龄（岁）	每日总能量 摄入（kcal）	含糖饮 料摄入 （次/ 周）	蔬菜水 果摄入 （g/日）	BMI（kg/m ² ）	每周运动 时长（h）
马小明	男	8	2200	5	150	24.5	1
李小雅	女	9	2000	4	180	23.8	1.5
王浩	男	10	2400	6	120	25.2	0.5
张萌	女	7	1900	3	200	23.2	2
赵阳	男	11	2500	7	100	26.0	0.5
孙莉	女	8	2100	4	170	24.0	1.5
周宇	男	9	2300	5	130	24.8	1
吴婷	女	10	2050	3	190	23.5	2
郑强	男	12	2600	8	90	26.5	0.5

钱雪	女	7	1850	2	310	22.8	2.5
冯源	男	8	2250	6	140	24.6	1
陈晨	女	9	2080	4	175	23.7	1.5
褚健	男	10	2350	6	125	25.0	1
卫琳	女	11	2150	5	160	24.2	1.5
蒋伟	男	12	2550	7	95	26.2	0.5
沈悦	女	8	2120	3	180	24.1	1.5
韩东	男	9	2320	5	135	24.9	1
杨颖	女	10	2020	3	195	23.4	2
朱鹏	男	11	2480	7	105	25.8	0.5
秦月	女	7	1880	2	305	22.9	2.5
尤勇	男	8	2280	6	138	24.7	1
许晴	女	9	2090	4	178	23.6	1.5
何军	男	10	2380	7	122	25.2	1
吕佳	女	11	2180	5	155	24.3	1.5
施洋	男	12	2580	8	92	26.3	0.5
张宇	女	8	2150	4	172	24.0	1.5
孔辉	男	9	2330	5	132	24.8	1
曹丽	女	10	2030	3	192	23.3	2
严浩	男	11	2450	6	110	25.5	0.5
华梅	女	12	2200	4	165	24.5	1.5

推荐参考标准:

- 每日总能量摄入: 6-7 岁 1400-1600kcal, 8-9 岁 1600-1800kcal, 10-11 岁 1800-2000kcal, 12 岁 2000-2200kcal
- 含糖饮料: ≤ 1 次/周
- 蔬菜水果: $\geq 300\text{g}$ /日
- 每周运动时长: $\geq 3\text{h}$

2. 试题要求

(1) 结合抽样数据及整体人群特征，分析该小学肥胖儿童膳食管理中存在的核心问题。

(2) 参与干预项目的过程评价和效果评估。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 5.2.4

试题名称： 完成营养干预项目（儿童肥胖群体膳食管理项目）

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 现状问题评价	4	
2. 过程评价和效果评估	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：5.2.5

试题名称：完成营养干预项目（妊娠期妇女营养管理项目）

考核时间：10 min

1. 背景资料

某妇幼保健院辖区内有 200 名妊娠期妇女（孕周分布：孕早期 40 人、孕中期 80 人、孕晚期 80 人），定期产检发现部分孕妇存在营养相关问题（如贫血、体重增长过快、妊娠期糖尿病风险升高等）。医院计划开展为期整个孕期的膳食干预项目，通过个性化膳食指导，改善孕妇营养状况，降低不良妊娠结局风险。

以下为妊娠期妇女的膳食及健康指标抽样数据（其余 160 人数据分布趋势一致）：

姓名	孕周	每日蛋白质摄入（g）	每日铁摄入量（mg）	每日钙摄入量（mg）	体重增长（kg/周）	空腹血糖（mmol/L）	是否贫血（Hb<110g/L）
刘敏	早期	75	15	800	0.3	5.1	否
王丽	中期	60	18	900	0.4	5.3	否
张雪	中期	65	20	1000	0.5	5.5	否
赵敏	中期	81	22	1100	0.6	5.7	否
李娜	晚期	75	25	1200	0.7	5.9	否
周红	晚期	92	28	1300	0.8	6.1	否
吴芳	早期	50	12	700	0.2	5	是
郑丽	中期	58	16	850	0.35	5.2	否
王静	中期	84	19	950	0.45	5.4	否
赵静	晚期	68	21	1050	0.55	5.6	否

李静	晚期	72	24	1150	0.65	5.8	否
周静	晚期	95	27	1250	0.75	6	否
吴静	早期	48	10	650	0.15	4.9	是
郑静	中期	56	14	800	0.3	5.1	是
王芳	中期	60	17	900	0.4	5.3	否
赵芳	晚期	66	20	1000	0.5	5.5	否
李芳	晚期	70	23	1100	0.6	5.7	否
周芳	晚期	76	26	1200	0.7	5.9	否
吴红	中期	52	13	750	0.25	5	否
郑红	中期	59	17	880	0.38	5.2	否
王艳	中期	85	20	980	0.48	5.4	否
赵艳	晚期	69	23	1080	0.58	5.6	否
李艳	晚期	73	26	1180	0.68	5.8	否
周艳	晚期	96	29	1280	0.78	6	否
吴娜	中期	54	14	780	0.28	5.1	否
郑娜	中期	61	18	920	0.4	5.3	否
王莉	中期	82	21	1020	0.5	5.5	否
赵莉	晚期	71	24	1120	0.6	5.7	否
李莉	晚期	74	27	1220	0.7	5.9	否
周莉	晚期	91	30	1320	0.5	6.2	是
吴丽	中期	57	15	820	0.32	5.2	是
郑丽	中期	62	19	930	0.42	5.4	否
王丽	中期	81	22	1030	0.52	5.6	否
赵丽	晚期	73	25	1130	0.62	5.8	否
李丽	晚期	77	28	1230	0.72	6	否
周丽	晚期	92	31	1350	0.82	6.3	是
吴敏	中期	59	16	850	0.35	5.3	否
郑敏	中期	83	20	950	0.45	5.5	否
王敏	晚期	68	23	1050	0.55	5.7	否
赵敏	晚期	72	26	1150	0.65	5.9	否
李敏	晚期	94	29	1250	0.75	6.1	是

推荐参考标准:

- 每日蛋白质摄入：孕早期 70g，孕中期 80g，孕晚期 90g
- 每日铁摄入：孕早期 18mg，孕中期 25mg，孕晚期 29mg
- 每日钙摄入：800mg
- 体重增长：孕早期共增长 1-2kg，孕中期每周增长 0.3-0.5kg，孕晚期每周增长 0.5-0.6kg
- 空腹血糖：<6.1mmol/L

2. 试题要求

- (1) 结合抽样数据及整体人群特征，分析该辖区妊娠期妇女营养管理中存在的核心问题。
- (2) 制定分孕周、分营养状况干预方案。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 5.2.5

试题名称： 完成营养干预项目（妊娠期妇女营养管理项目）

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 数据初步分析	4	
2. 营养干预措施	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核 试题单

准考证号：

试题代码：6.1.1

试题名称：制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间：5 min

1. 背景资料

某市社区健康服务中心计划开展“老年人社区营养管理能力提升培训项目”，旨在提升社区营养工作人员（四级/中级工和三级/高级工）的专业能力。该社区78岁的李阿姨（典型个案）为培训重点应用案例：患2型糖尿病12年（空腹血糖波动7.8-9.5mmol/L）、肌少症（握力18kg，6米步行时间12秒），因“不知如何搭配低GI饮食同时增加蛋白质”多次咨询社区营养师，暴露基层人员在“慢性病合并肌少症营养干预”方面的能力短板。

基层人员具体情况如下。

人员构成：

四级/中级工：20人，负责日常营养咨询和基本膳食指导，在李阿姨案例中暴露出“低GI食物选择不精准”的问题。

三级/高级工：10人，负责营养评估和个性化计划制定，在李阿姨案例中存在“肌少症与糖尿病营养需求平衡方案不完善”的不足。

培训需求分析：

中级工需强化“常见慢性病膳食指导实操能力”（如李阿姨的低GI饮食搭配）。

高级工需提升“复杂病例营养评估与干预方案制定能力”（如李阿姨的糖尿病合并肌少症管理）。

2. 试题要求

- （1）结合李阿姨的典型个案，针对三级/四级公共营养师的培训需求，制定课程内容。
- （2）围绕典型个案的解决流程，制定培训流程。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 6.1.1

试题名称： 制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 制定课程内容	2	
2. 制定培训流程	3	
合计	5	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核 试题单

准考证号：

试题代码：6.1.2

试题名称：制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间：5 min

1. 背景资料

某市社区卫生服务中心计划开展“孕期营养管理能力提升培训项目”，旨在提升社区营养工作人员（四级/中级工和三级/高级工）的专业能力。该社区 28 岁的王女士（典型个案）为培训重点应用案例：孕 24 周，妊娠期糖尿病（空腹血糖 5.3-6.1mmol/L），BMI27（超重），因“不知如何控制血糖同时保证胎儿营养”多次咨询社区营养师，暴露基层人员在“妊娠期糖尿病合并超重营养干预”方面的能力短板。

基层人员具体情况如下。

人员构成：

四级/中级工：20 人，负责孕期日常营养咨询和基础膳食指导，在王女士案例中暴露出“孕期食物交换份使用不熟练”的问题。

三级/高级工：10 人，负责孕期营养评估和个性化计划制定，在王女士案例中存在“孕期能量与营养素平衡方案不完善”的不足。

培训需求分析：

中级工需强化“孕期常见问题膳食指导实操能力”（如王女士的食物交换份应用）。

高级工需提升“复杂孕期病例营养评估与干预方案制定能力”（如王女士的妊娠期糖尿病合并超重管理）。

2. 试题要求

（1）结合王女士的典型个案，针对三级/四级公共营养师的培训需求，制定课程内容。

（2）以王女士案例的处理效果为核心指标，完成相关培训之后，应该如何制定培训评估和改进方法。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 6.1.2

试题名称： 制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 制定课程内容	2	
3. 制定培训评估和改进方法	3	
合计	5	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核 试题单

准考证号：

试题代码：6.1.3

试题名称：制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间：5 min

1. 背景资料

某市三甲医院营养科计划开展“复杂慢性病营养干预培训项目”，旨在提升院内及合作社区营养工作人员（四级/中级工和三级/高级工）的综合服务能力。该院 55 岁的张叔叔（典型个案）为培训重点应用案例：患高血压（150/95mmHg）、高血脂（LDL-C4.2mmol/L）、2 型糖尿病（空腹血糖 8.5mmol/L）10 年，BMI29（超重），因“不知如何在限制多种营养素的同时保证膳食适口性和营养均衡”反复就诊，暴露基层人员在“多种慢性病共病营养协同管理”方面的能力短板。

基层人员具体情况如下。

人员构成：

四级/中级工：25 人，负责慢性病基础营养咨询与膳食指导，在张叔叔案例中暴露出“多种慢性病基础膳食搭配不熟练”“食物成分量化不准确”（如同时控制钠、脂肪、碳水化合物的量化误差）的问题。

三级/高级工：15 人，负责复杂病例营养评估与个性化方案制定，在张叔叔案例中存在“多种慢性病膳食干预优先级排序混乱”“膳食模式（如 DASH 饮食+地中海饮食）应用不灵活”的不足。

培训需求分析：

中级工需强化“多种共病基础膳食限制与平衡技能”（如张叔叔的低钠、低脂、低 GI 饮食协同搭配）。

高级工需提升“多靶点营养干预方案设计与动态调整能力”（如张叔叔的血压、血脂、血糖协同控制的膳食策略）。

2. 试题要求

- （1）围绕典型个案的解决流程，制定培训流程。
- （2）以张叔叔案例的处理效果为核心指标，制定培训评估和改进方法。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 6.1.3

试题名称： 制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 制定培训流程	3	
2. 制定培训评估和改进方法	2	
合计	5	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核 试题单

准考证号：

试题代码：6.1.4

试题名称：制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间：5 min

1. 背景资料

某市儿童健康管理中心计划开展“特殊儿童营养干预能力提升培训项目”，旨在提升中心及合作幼儿园营养工作人员（四级/中级工和三级/高级工）的专业服务能力。该中心6岁的小明（典型个案）为培训重点应用案例：患自闭症谱系障碍（存在明显挑食行为，仅接受3-4种食物）、牛奶蛋白过敏（IgE检测阳性），且身高体重处于同年龄组第10百分位（生长迟缓），因“不知如何在规避过敏原的同时改善进食行为、促进生长”多次求助，暴露基层人员在“特殊儿童复杂营养问题协同干预”方面的能力短板。

基层人员具体情况如下。

人员构成：

四级/中级工：18人，负责儿童日常营养咨询和基础膳食指导，在小明案例中暴露出“无乳替代食物搭配不合理”“与自闭症儿童家长沟通技巧不足”的问题。

三级/高级工：12人，负责特殊儿童营养评估和个性化方案制定，在小明案例中存在“自闭症合并过敏的营养风险评估不全面”“膳食干预与行为矫正结合方案不完善”的不足。

培训需求分析：

中级工需强化“特殊儿童基础膳食替代与沟通实操能力”（如小明的无乳饮食搭配、挑食行为的基础应对）。

高级工需提升“复杂儿童个案多维度评估与整合干预能力”（如小明的过敏管理、生长促进与行为干预的协同方案设计）。

2. 试题要求

（1）结合小明的典型个案，针对三级/四级公共营养师的培训需求，制定课程内容。

（2）围绕典型个案的解决流程，制定培训流程。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 6.1.4

试题名称： 制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 制定课程内容	2	
2. 制定培训流程	3	
合计	5	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核 试题单

准考证号：

试题代码：6.1.5

试题名称：制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区养老服务中心计划开展“老年复杂病症营养管理能力提升培训项目”，旨在提升中心营养工作人员（四级/中级工和三级/高级工）的专业服务能力。该中心 82 岁的赵爷爷（典型个案）为培训重点应用案例：患帕金森病（吞咽功能轻度障碍）、慢性肾病（肾功能不全二期），且有长期便秘问题，因“不知如何在控制蛋白质摄入的同时保证营养、改善吞咽和便秘状况”多次咨询，暴露基层人员在“老年多种病症叠加营养干预”方面的能力短板。

基层人员具体情况如下。

人员构成：

四级/中级工：22 人，负责老年日常营养咨询和基础膳食指导，在赵爷爷案例中暴露出“适合吞咽障碍的低蛋白食物搭配不合理”“与老年患者沟通时对病症影响理解不足”的问题。

三级/高级工：13 人，负责老年复杂病症营养评估和个性化方案制定，在赵爷爷案例中存在“帕金森病合并慢性肾病的营养风险评估不全面”“膳食干预与病症护理结合方案不完善”的不足。

培训需求分析：

中级工需强化“老年基础病症膳食搭配与沟通实操能力”（如赵爷爷的低蛋白易吞咽食物搭配、针对便秘的基础膳食调整）。

高级工需提升“老年复杂病症多维度评估与整合干预能力”（如赵爷爷的蛋白质控制、吞咽功能改善与便秘缓解的协同方案设计）。

2. 试题要求

（1）结合赵爷爷的典型个案，针对三级/四级公共营养师的培训需求，制定课程内容。

（2）以赵爷爷案例的处理效果为核心指标，完成培训任务后，如何制定培训评估和改进方法。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 6.1.5

试题名称： 制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 制定课程内容	2	
2. 制定培训评估和改进方法	3	
合计	5	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：6.2.1

试题名称：指导营养师日常工作

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区 60 岁以上老年人骨质疏松症发病率达 59.89%，72 岁的李奶奶（典型案例）为突出案例：患骨质疏松 3 年（腰椎骨密度 T 值-2.8），因“听说钙片能治骨质疏松”，每日自行服用 3 片碳酸钙（合计钙元素 1500mg），未补充维生素 D，近半年出现便秘加重（每周排便<2 次），且仍常感腰背痛。

社区开展“科学补钙的途径”宣传活动，公共营养师小胡入户动员时，敲门后直接问李奶奶：“您吃钙片吗？骨折过吗？”李奶奶误以为推销保健品，生气欲关门。小胡慌忙出示证件后，直接拿出调查表询问，10 分钟后匆匆离开，未记录李奶奶的补钙误区和不适症状。

回工作室后，小胡提出需组织公开健康营养教育活动，向同事们请求指导。

2. 试题要求

（1）结合李奶奶的个案，根据入户动员的原则和技巧，指出此次入户动员的不足之处。

（2）以李奶奶的典型问题为核心案例，如何开展健康营养教育活动的前期筹备工作，分层指导营养师。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 6.2.1

试题名称： 指导营养师日常工作

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 指出不足之处	2	
2. 分层指导	3	
合计	5	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核 试题单

准考证号：

试题代码：6.2.2

试题名称：指导营养师日常工作

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区 45 岁以上人群糖尿病患病率达 18.3%，65 岁的王大叔（典型个案）为突出案例：患 2 型糖尿病 5 年（空腹血糖波动在 8.5-11.2mmol/L），因“认为主食升糖快”，每日仅吃 1 两米饭（约 50g），未控制肉类摄入（每日约 200g 红烧肉），近 3 个月频繁出现餐前低血糖，伴乏力、手抖。

社区开展“糖尿病患者科学膳食管理”宣传活动，公共营养师小郑入户动员时，进门后直接说：“您血糖这么高，肯定是主食吃多了吧？”王大叔反驳“我吃得很少还低血糖”，小郑未回应，直接拿出《糖尿病膳食表》要求签字参与活动，5 分钟后离开，未记录王大叔的主食量、肉类摄入及低血糖症状。

回工作室后，小郑提出需组织针对性健康营养教育活动，向同事们请求指导。

2. 试题要求

（1）结合王大叔的个案，根据入户动员的原则和技巧，指出此次入户动员的不足之处。

（2）以王大叔的典型问题为核心案例，如何开展健康营养教育活动，分层指导

营养师。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 6.2.2

试题名称： 指导营养师日常工作

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 指出不足之处	2	
2. 分层指导	3	
合计	5	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：6.2.3

试题名称：指导营养师日常工作

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区 60 岁以上老年人群高血压合并高血脂患病率达 32.6%，70 岁的张大爷（典型个案）为突出案例：患高血压 10 年、高血脂 5 年（血压波动 150-165/95-105mmHg，总胆固醇 6.8mmol/L），自述“靠喝浓茶降压”（每日约 500ml 浓茶）、“吃蛋黄补营养”（每日 3 个蛋黄），因“担心药物副作用”自行减少降压药剂量，近 2 个月出现频繁头晕、乏力，且餐后常感胸闷。

社区开展“老年高血压合并高血脂膳食管理”宣传活动，公共营养师小林入户动员时，进门后直接说：“您这指标都不达标，肯定是盐吃多了，得赶紧参加我们的低盐饮食讲座。”张大爷反驳“我喝茶淡、蛋黄有营养”，小林回应“这些都是错的”，随后拿出宣传册要求登记，未询问用药史、运动习惯及浓茶/蛋黄摄入的具体频率，12 分钟后离开。

回工作室后，小林提出需组织针对性健康营养教育活动，向同事们请求指导。

2. 试题要求

（1）结合张大爷的个案，根据入户动员的原则和技巧，指出此次入户动员的不足之处。

（2）以张大爷的典型问题为核心案例，如何开展健康营养教育活动，分层指导

营养师。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 6.2.3

试题名称： 指导营养师日常工作

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 指出不足之处	2	
2. 分层指导	3	
合计	5	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：6.2.4

试题名称：指导营养师日常工作

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区 55 岁以上人群糖尿病合并肥胖患病率达 23.5%，68 岁的赵大爷（典型案例）为突出案例：患 2 型糖尿病 8 年、肥胖（BMI29.3kg/m²），空腹血糖 7.8-9.2mmol/L，因“怕血糖升高”长期不吃水果，每日仅吃少量主食（约 40g），以“代餐饼干”（含添加糖）替代，近半年出现肌肉量下降（握力较前降低 15%）、反复乏力，且坚信“体重降得越快越好”，自行增加运动量至每日快走 2 小时（常感关节疼痛）。

社区开展“糖尿病合并肥胖人群科学管理”宣传活动，公共营养师小周入户动员时，进门后说：“您这体重和血糖都不达标，得按我们的食谱吃才能好。”赵大爷反驳“我吃代餐瘦了 5 斤”，小周拿出代餐成分表说“这里面有糖，没用”，未询问其肌肉量下降、关节疼痛等情况，也未记录代餐食用频率及具体运动量，8 分钟后离开。

回工作室后，小周提出需组织针对性健康营养教育活动，向同事们请求指导。

2. 试题要求

（1）结合赵大爷的个案，根据入户动员的原则和技巧，指出此次入户动员的不足之处。

(2) 以赵大爷的典型问题为核心案例，如何开展健康营养教育活动，分层指导营养师。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 6.2.4

试题名称： 指导营养师日常工作

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 指出不足之处	2	
2. 分层指导	3	
合计	5	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：6.2.5

试题名称：指导营养师日常工作

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区 60 岁以上人群糖尿病合并痛风患病率达 19.2%，70 岁的陈大爷（典型个案）为突出案例：患 2 型糖尿病 12 年、痛风 5 年（空腹血糖 8.9–10.5mmol/L，尿酸 560–620 $\mu\text{mol/L}$ ），因“怕血糖高”每日主食仅 30g，又因“痛风不能吃荤”长期素食（每日蛋白质摄入约 30g），以“蜂蜜水”解渴（每日约 800ml），近 3 个月出现下肢麻木、肌肉酸痛，且坚信“吃素能同时控糖和降尿酸”。

社区开展“糖尿病合并痛风膳食管理”宣传活动，公共营养师小张入户动员时，进门后说：“您这血糖和尿酸都超标，肯定是主食没控制好，必须参加我们的饮食培训。”陈大爷反驳“我吃得很少还吃素”，小张回应“吃素也没用，就得按我们说的吃”，未询问其蛋白质摄入情况、蜂蜜水饮用频率及麻木症状，10 分钟后离开。

回工作室后，小张提出需组织针对性健康营养教育活动，向同事们请求指导。

2. 试题要求

（1）结合陈大爷的个案，根据入户动员的原则和技巧，指出此次入户动员的不足之处。

（2）以陈大爷的典型问题为核心案例，如何开展健康营养教育活动指导营养师。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 6.2.5

试题名称： 指导营养师日常工作

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 指出不足之处	2	
2. 分层指导	3	
合计	5	

考评员（签名）：

日期：

第 5 部分

理论知识考试模拟试卷及答案

营养师（公共营养师）（二级）理论知识试卷

注 意 事 项

- 1. 考试时间：90 min。
- 2. 请首先按要求在试卷的标封处填写您的姓名、准考证号和所在单位的名称。
- 3. 请仔细阅读各种题目的回答要求，在规定的位置填写您的答案。
- 4. 不要在试卷上乱写乱画，不要在标封区填写无关的内容。

	一	二	三	四	总 分
得 分					

得 分	
评分人	

一、判断题（第 1 题～第 20 题。将判断结果填入括号中。正确的填“√”，错误的填“×”。
每题 0.5 分，满分 10 分）

- 1. 改革开放促进了社会主义职业道德体系的完善。（ ）
- 2. 茶多酚是茶叶中的主要营养成分，具有抗氧化作用。（ ）
- 3. 成人膳食铁的推荐摄入量为 60μg/d。（ ）
- 4. 男、女生殖系统都包括内、外生殖器，内生殖器又包括生殖腺和输送管道。（ ）
- 5. 糖尿病患者的能量需求需严格统一降低，以避免血糖波动。（ ）
- 6. 档案管理软件不仅可记录客户基本信息，还能系统地记录营养评估、干预计划、随访记录等全过程信息。（ ）
- 7. 肾脏是泌尿系统中唯一具有排泄功能的器官。（ ）
- 8. 发生食物中毒的单位和接收治疗食物中毒患者的各级各类卫生机构，是法定食物中毒报告单位。（ ）
- 9. 老年人脂肪摄入过少会影响必需脂肪酸的摄入和脂溶性维生素的吸收，因此老年人膳食脂肪的供能比不应低于 20%。（ ）
- 10. 感觉器官是指分布于体表和组织内部的一些感受机体内、外环境变化的结构和装置。（ ）
- 11. 方差是度量数据分散性的一种方法，其数值等于各数据与均值距离的平方数的平均值。（ ）
- 12. 食物频率法膳食调查中需将食物折算成相同的进食次数单位后，才可以对不同年龄人群某类食物的消费频率进行比较。（ ）
- 13. 血清白蛋白的半衰期约为 18-20 天，是评估蛋白质营养状况的常用指标。（ ）
- 14. 社区咨询过程中，积极倾听居民的表达有助于建立信任关系。（ ）

15. 教学法是指在教学过程中教师为实现教学目标而采取的有目的、有计划的教学方式和手段的总称。（ ）
16. 维生素 A 缺乏会导致夜盲症和干眼症。（ ）
17. 膳食治疗肥胖的原则是在保证机体对蛋白质及其他各种营养素需要的基础上，维持能量摄入与消耗的平衡状态。（ ）
18. 根据人群营养需要，向食品中添加一种或多种食物以提高食品营养价值的过程成为食品营养强化。（ ）
19. 网络推文最适合用于社区健康宣讲现场的视觉展示。（ ）
20. 营养干预的形成评价侧重于方案设计的科学性与可行性，过程评价关注实施过程的质量控制。（ ）

得 分	
评分人	

二、单项选择题（第 1 题～第 80 题。选择一个正确的答案，将相应的字母填入题内的括号中。每题 0.5 分，满分 40 分）

1. 道德冲突的必然性根源是（ ）。
- （A）法律制度漏洞（B）个体认知差异（C）教育水平不均（D）社会价值多元化
2. （ ）是酒类中的嫌忌成分。
- （A）甲醇（B）乙酸乙酯（C）谷胱甘肽（D）多酚类物质
3. 发生食物中毒或者疑似食物中毒事故的单位和食物中毒或者疑似食物中毒患者的收治单位，应及时按（ ）要求，向所在地卫生行政部门报告发生食物中毒的有关内容。
- （A）食物中毒事故调查报告表（B）食物中毒报告登记表（C）食物中毒报告制度（D）食物中毒事故个案调查登记表
4. “知-信-行”模式中，影响行为转变的中间环节是（ ）。
- （A）知识获取速度（B）信息传播渠道（C）信念态度形成（D）政策法规支持
5. 根据《食品营养强化剂使用标准》，（ ）是正确的。
- （A）铁强化剂在面粉中的最大使用量为 50mg/kg（B）维生素 C 可作为防腐剂在肉制品中任意添加（C）营养强化剂的使用量应按生产需要适量添加（D）食品营养强化的首要目的是改善食品感官特性
6. 在应用 DRIs 评价个体营养素摄入量时，（ ）是正确的。
- （A）RNI 是评价个体营养素摄入是否充足的精确界限值（B）当个体摄入量低于 EAR 时，可以确定该个体存在摄入不足的风险（C）摄入量达到 AI 水平时，表明该个体一定没有营养素缺乏的风险（D）UL 是建议人群日常应达到的营养素摄入目标值
7. 蛋白质的（ ）是指蛋白质在消化道内被吸收的蛋白质占摄入蛋白质的百分数。
- （A）营养价值（B）消化率（C）利用率（D）生物价
8. 老年人维生素需求的特点是（ ）。

(A) 维生素 E 可通过谷物充分补充 (B) 水溶性维生素需求普遍低于成年人 (C) 需增加维生素 C 摄入以弥补抗氧化能力下降 (D) 维生素 K 缺乏风险低于青少年

9. () 经常使用在膳食与健康相关的流行病学调查研究中。

(A) 称重法 (B) 24h 膳食调查法 (C) 化学分析法 (D) 食物频率法

10. 膳食调查定性研究主要围绕食物的 ()。

(A) 摄入数量 (B) 摄入质量 (C) 摄入频率 (D) 营养素量

11. 体成分分析仪是一种通过测量人体电阻抗来评估体成分的设备, 其工作原理主要基于 ()。

(A) 骨骼和血液的密度 (B) 脂肪组织和肌肉组织的导电性 (C) 皮肤和毛发的厚度 (D) 内脏器官的体积

12. 主观全面评估 (SGA) 主要用于评价患者的 ()。

(A) 生化指标异常 (B) 食物过敏情况 (C) 营养状况和营养不良风险 (D) 运动能力

13. () 可以有效减少偶然误差的影响。

(A) 使用更精密的仪器 (B) 增加测量次数 (C) 减少测量次数 (D) 忽略误差

14. 生物价 (BV) 是 (), 主要反映的蛋白质品质特征。

(A) 蛋白质的价格水平 (B) 蛋白质被人体消化吸收的比例 (C) 食物中蛋白质的总含量 (D) 蛋白质被机体利用形成组织蛋白的能力

15. 高龄老人膳食在设计时, 应遵循 ()。

(A) 尽量采用高热量、高脂肪的食物以增加体力 (B) 以素食为主, 减少动物性食物摄入 (C) 食物形态软烂、易咀嚼, 搭配多样化, 注重营养均衡 (D) 多吃高纤维食物以促进肠道蠕动

16. 在公共营养信息的网络传播中, 最有利于吸引和保持用户关注的是 ()。

(A) 文字报道 (B) 图片宣传海报 (C) 互动性强的短视频和图文结合内容 (D) 专业术语的推文

17. 群体咨询方案制定中, 向较大范围人群普及营养知识时最常采用的形式是 ()。

(A) 营养门诊 (B) 座谈交流 (C) 体检报告解读会 (D) 健康讲座

18. 日本“水俣病”事件是环境污染致病的经典案例, () 是相关正确描述。

(A) 铅污染影响血红蛋白的合成, 并导致儿童认知功能障碍和发育迟缓 (B) 多氯联苯 (PCBs) 污染导致皮肤氯痤疮、免疫系统功能障碍及潜在的致癌风险 (C) 有机汞 (甲基汞) 在人体内富集, 选择性损伤中枢神经系统, 尤其对胎儿和婴幼儿造成不可逆的神经损害 (D) 镉污染通过食物链进入人体, 主要沉积于骨骼, 导致骨痛和骨折, 即“痛痛病”

19. 公共卫生突发事件是指突然发生、造成或者可能造成严重社会危害, 需要 () 立即处置的危险事件。

(A) 个人 (B) 政府 (C) 医院 (D) 企业

20. 关于教学法概念的叙述错误的是 ()。

(A) 教学法是师生为达到教学目的而开展的教学活动的各种办法的总和 (B) 学生的学法要通过教师的教法而加以体现 (C) 教学法包括教师的教法和学生的学法两方面 (D) 教学是涉及师生两方面的共同活动

21. 职业道德从他律转向自律的关键是 ()。

- (A) 主体道德判断力成熟 (B) 外部监督强化 (C) 奖惩制度完善 (D) 职业技能提升
22. 运输生乳的容器应使用符合国家卫生标准要求的材料制成，以（ ）为最好。
- (A) 木桶 (B) 塑料容器 (C) 铁制容器 (D) 不锈钢容器
23. 老年人预防贫血应重点保证摄入的营养素是（ ）。
- (A) 维生素 C (B) 膳食纤维 (C) 不饱和脂肪酸 (D) 铁和维生素 B₁₂
24. 社区营养管理和营养干预工作中，营养干预的场所分（ ）和社区干预。
- (A) 全市性干预 (B) 全国性干预 (C) 全区性干预 (D) 全地区性干预
25. 餐饮服务中必须做到的生熟食品分开是指（ ）。
- (A) 使用相同砧板但分时段处理 (B) 从储存到加工全程分离 (C) 由同一厨师先后加工 (D) 存放于同一冰箱不同层
26. 血脂异常膳食预防的首要控制目标是（ ）。
- (A) 避免胆固醇摄入 (B) 限制饱和脂肪酸摄入 (C) 每日补充鱼油胶囊 (D) 只食用脱脂食品
27. 氯离子在胃液中主要以（ ）形式发挥作用。
- (A) 磷酸盐 (B) 氯化钠 (C) 盐酸 (D) 碳酸氢盐
28. 对于血脂异常患者，膳食脂肪提供的能量占总能量的比例应控制在（ ）为宜。
- (A) 40%-50% (B) <10% (C) 10%-15% (D) 20%-30%
29. (食用该类食物的人数/所有调查人数)×100%的计算结果称为（ ）。
- (A) 食物消耗率 (B) 食物损耗率 (C) 食物吸收率 (D) 食物消费率
30. 描述数据集中趋势的指标是（ ）。
- (A) 方差 (B) 均值 (C) 标准差 (D) 极差
31. （ ）不属于系统误差的来源。
- (A) 测量对象的自然变异 (B) 仪器未校准 (C) 操作者主观偏差 (D) 环境温度波动
32. 健康体适能的评价指标不包括（ ）。
- (A) 反应速度 (B) 心肺耐力 (C) 身体成分 (D) 肌肉力量
33. 偶然误差与系统误差的主要区别在于（ ）。
- (A) 偶然误差可以消除而系统误差不能 (B) 偶然误差随机而系统误差固定 (C) 偶然误差影响更大 (D) 系统误差更常见
34. 根据强化营养素种类的不同，食品营养强化可分为（ ）。
- (A) 单一强化和增量强化 (B) 补偿强化和复合强化 (C) 补偿强化和增量强化 (D) 单一营养素强化和复合营养素强化
35. 儿童和青少年的体重管理，首要的原则是（ ）。
- (A) 减少主食 (B) 严格限制高脂肪食物摄入 (C) 只要参与运动，无需控制饮食 (D) 促进正常生长发育
36. 社区走访的主要目的是（ ）。
- (A) 推广营养保健品 (B) 评估社区居民的营养状况和健康需求 (C) 统计社区人口数量 (D) 监督社区餐饮企业卫生状况
37. 社区咨询中，营养师采用互动式沟通技巧的主要目的是（ ）。
- (A) 让居民感到被关注和支持 (B) 控制谈话主题，避免跑题 (C) 强调权威性，减少居民质疑 (D) 以演讲为主，减少居民参与

38. 食源性疾病应急对策中的行政处理包括（ ）。

(A) 对中毒场所的清洁、消毒 (B) 及时报告当地的卫生行政部门 (C) 救治中毒患者 (D) 对导致中毒食品的控制

39. 高盐饮食与（ ）的发生关系最为密切。

(A) 骨质疏松 (B) 缺铁性贫血 (C) 慢性支气管炎 (D) 高血压

40. 实习指导的主要意义在（ ）。

(A) 考核学生的理论水平 (B) 用于学生的学术研究训练 (C) 为学生提供实际工作环境中的实践机会 (D) 强调学生的自我学习能力

41. 养老院营养服务时，发现每周营养餐单存在重复率过高问题，恰当的做法是（ ）。

(A) 建议更换餐饮服务团队 (B) 建议院方聘请更专业的营养师 (C) 允许老人根据喜好点餐 (D) 全面评估当前餐单的实际问题与可行性

42. （ ）是酒类中常见的非营养成分，且过量摄入可能对健康产生负面影响。

(A) 氨基酸 (B) 维生素 B 族 (C) 酒精 (D) 有机酸

43. 使用膳食营养素参考摄入量 (DRIs) 为个体计划膳食，（ ）是正确的。

(A) 个体的能量推荐摄入量 (RNI) 应设定为平均需要量 (EAR) 加 2 倍标准差 (B) 计划膳食时需确保所有营养素摄入量均达到可耐受最高摄入量 (UL) 以预防缺乏 (C) 膳食评价仅需比较个体摄入量与 RNI，无需参考体格测量或生化检测结果 (D) 蛋白质的 RNI 可作为个体每日摄入目标值，但需结合食物来源和吸收率调整

44. 干预措施与所解决问题的（ ）是指一项干预措施的适当性，能解决营养问题和改善营养状况。

(A) 可行性 (B) 相关性 (C) 整合性 (D) 有效性

45. 《食品营养强化剂使用标准》规定营养强化剂的使用应当遵循（ ）。

(A) 风险评估和必要性原则 (B) 企业自主决定原则 (C) 成本最低优先原则 (D) 包装美观优先原则

46. 保健食品批准文号的有效期为（ ）。

(A) 2 年 (B) 3 年 (C) 10 年 (D) 5 年

47. 中国居民膳食氯的适宜摄入量 (AI) 主要依据（ ）计算。

(A) 血氯浓度 (B) 能量消耗量 (C) 钠的 AI 值及氯化钠分子组成 (D) 氯化钠

48. 为个体计算膳食能量需要时，最主要的两个决定因素是（ ）。

(A) 年龄和性别 (B) 身高和体重 (C) 血压和血脂 (D) 体重和身体活动水平

49. 评价群体营养素摄入不足风险时，应优先参考的 DRIs 指标是（ ）。

(A) 推荐摄入量 (RNI) (B) 平均需要量 (EAR) (C) 适宜摄入量 (AI) (D) 可耐受最高摄入量 (UL)

50. 在正态分布中，约 68% 的数据落在（ ）范围内。

(A) 均值 ± 0.5 倍标准差 (B) 均值 ± 2 倍标准差 (C) 均值 ± 1 倍标准差 (D) 均值 ± 3 倍标准差

51. 随机误差的特点是（ ）。

(A) 具有方向性 (B) 可以完全消除 (C) 仅存在于实验室环境中 (D) 无规律性且不可预

测

52. 食物成分表使用中，可能引入误差的原因是（ ）。

(A) 严格按实验室分析结果录入数据 (B) 定期更新数据版本 (C) 未包含地方特色食物的营养成分 (D) 采用标准化检测方法

53. () 是老年人最常见的营养缺乏问题。

(A) 维生素 C 缺乏导致的坏血病 (B) 碘缺乏引起的甲状腺肿 (C) 蛋白质-能量营养不良 (D) 维生素 B1 缺乏导致的脚气病

54. 对超重和肥胖人群进行运动干预时，最合适的起始运动方式是（ ）。

(A) 立即进行高强度间歇训练 (B) 优先选择高冲击力的跳跃运动 (C) 单纯进行力量训练 (D) 以中低强度有氧运动为主，逐渐增加强度和时间

55. 成人每日膳食纤维推荐摄入量为（ ）克左右。

(A) 20-25 (B) 25-30 (C) 15-20 (D) 10-15

56. 社区营养师在走访工作中最有助于全面掌握居民的营养与健康状况的方法是（ ）。

(A) 依赖居民提交的体检报告进行评估 (B) 通过问卷、访谈与实地观察相结合的方法进行信息采集 (C) 重点观察家庭厨房卫生情况 (D) 收集社区商店食品销售数据

57. 社区走访中收集营养信息的有效工具是（ ）。

(A) 临床实验室检测 (B) 体能测试 (C) 24 小时膳食回忆法 (D) 网络宣传

58. 由于水体污染、大气污染、放射污染等所致的公共卫生事件称为（ ）。

(A) 有毒有害因素污染造成的群体中毒 (B) 食物中毒事件 (C) 生物病原体所致疾病 (D) 意外事故引起的死亡、煤矿瓦斯爆炸等

59. 档案管理软件使用的第一步通常是（ ）。

(A) 建立档案分类体系 (B) 导出档案数据 (C) 备份现有档案 (D) 设置用户权限

60. () 是利用双向交流的方式进行的培训。

(A) 参与式培训 (B) 讲授式培训 (C) 封闭式培训 (D) 开放式培训

61. 爱岗敬业的直接体现是（ ）。

(A) 积极争取晋升机会 (B) 积极吸纳新客户 (C) 定期更新个人知识库 (D) 简化服务流程

62. 血脂异常患者应限制摄入富含胆固醇的食物，如（ ）。

(A) 去皮的鸡胸肉 (B) 猪肝 (C) 核桃 (D) 海带

63. 根据《中国高龄老年人膳食指南》，为预防高龄老年人营养不良，（ ）最为重要。

(A) 采用软质食物并少量多餐 (B) 每日补充复合维生素矿物质片 (C) 以蛋白粉作为主要的蛋白质来源 (D) 每天吃一个苹果补充维生素

64. 营养改善项目效果评估的核心指标是（ ）。

(A) 目标人群营养状况改善率 (B) 项目资金使用率 (C) 宣传材料发放数量 (D) 工作人员培训次数

65. 高血压病人每日钠盐摄入量应控制在（ ）g 以下。

(A) 6 (B) 5 (C) 8 (D) 10

66. () 是感觉器官。

(A) 眼 (B) 咽 (C) 口腔 (D) 胃

67. 关于铜的生理功能的描述, 错误的是 ()。
- (A) 维护正常的造血功能 (B) 构成血红蛋白、肌红蛋白的成分 (C) 保护毛发正常的色素和结构 (D) 保护骨骼、血管和皮肤的正常
68. 糖尿病病人易缺乏的维生素中, () 与神经病变风险直接相关。
- (A) 维生素 D (B) 维生素 B12 (C) 维生素 A (D) 维生素 E
69. 营养调查数据分析中, 若需研究不同年龄段人群的膳食摄入量是否存在显著差异, 且数据呈非正态分布, 最合适的统计分析方法是 ()。
- (A) 单因素方差分析 (ANOVA) (B) 配对样本 t 检验 (C) Kruskal-WallisH 检验 (非参数检验) (D) 皮尔逊相关分析
70. 在数据收集过程中, () 可以用于获取间接数据。
- (A) 通过问卷调查直接收集用户饮食习惯 (B) 在实验室中测量受试者的体重和体脂率 (C) 使用 Python 爬虫从公开数据库中提取营养学研究数据 (D) 面对面访谈记录患者的饮食摄入情况
71. 为预防骨质疏松, 老年人每日钙的适宜摄入量为 () mg。
- (A) 500 (B) 1200 (C) 800 (D) 1500
72. 膳食调查中最可能产生系统误差的环节是 ()。
- (A) 随机抽样过程 (B) 数据分析方法 (C) 研究报告撰写 (D) 受试者回忆偏差
73. 关于维生素缺乏的临床表现, 正确的描述是 ()。
- (A) 维生素 B1 缺乏可导致脚气病, 症状包括周围神经炎和心力衰竭 (B) 维生素 A 缺乏主要表现为牙龈出血和关节疼痛 (C) 维生素 C 过量会引起坏血病, 特征为皮肤干燥和夜盲 (D) 维生素 D 缺乏的典型症状是巨幼红细胞性贫血和舌炎
74. 儿童肥胖预防的 5-2-1-0 模式中, “2” 指的是 ()。
- (A) 每天看电视不超过 2h (B) 每天喝 2 杯含糖饮料 (C) 每天进行 2 次体育锻炼 (D) 每天吃 2 份水果
75. 益生菌可以通过食物或补充剂进入人体, 其中常见的菌属是 ()。
- (A) 乳酸杆菌 (B) 伤寒杆菌 (C) 铜绿假单胞菌 (D) 大肠杆菌
76. 营养师在进行网络信息发布时, 最需要注意的网络安全问题是 (A)。
- (A) 是否存在个人或敏感信息泄露风险 () 是否使用了来源可靠的图片和数据 (C) 是否避免使用容易被仿冒的账号名称 (D) 链接是否可以跳转到个人主页
77. 社区营养走访重点关注的对象是 ()。
- (A) 孕产妇、老年人和慢性病患者等重点人群 (B) 健康状况良好的学生群体 (C) 经常外出就餐的年轻白领 (D) 高收入且饮食规律的人群
78. 关于营养干预效果评价的表述, 最符合实际的是 ()。
- (A) 效果评价通过前后对比评估干预是否达成既定目标 (B) 效果评价只关注实施过程的效率 (C) 效果评价的主要目标是资源配置 (D) 效果评价是干预活动前的预测性评估
79. 档案管理软件在保障档案安全方面通常具备 () 功能。
- (A) 自动生成财务报表 (B) 图像处理和编辑 (C) 权限控制和数据加密 (D) 网络流量监控
80. 营养教育中, () 能够促进学员主动思考和表达观点的教学方法。
- (A) 讲授法 (B) 演示法 (C) 演讲法 (D) 讨论法

得 分	
评分人	

三、多项选择题（第 1 题～第 10 题。将正确答案相应的字母填入题内的括号中。每题 1 分，满分 10 分）

- 酒类中可能存在的微量营养成分包括（ ）。
(A) 乙醇 (B) 维生素 B2 (C) 甲醛 (D) 铁 (E) 亚硝酸盐
- 健康传播理论在实践应用中体现的重要特征包括（ ）。
(A) 注重传播内容的科学性和准确性 (B) 强调受众的个体差异和需求分析 (C) 关注传播渠道的多样性和互补性 (D) 重视传播效果的评估和反馈 (E) 倡导双向互动的沟通模式
- 属于非参数检验方法的是（ ）。
(A) t 检验 (B) Mann-WhitneyU 检验 (C) 方差分析 (D) Pearson 相关 (E) Kruskal-Wallis 检验
- 用于食物蛋白质质量评价的指标包括（ ）。
(A) 生物价 (B) 蛋白质净利用率 (C) 蛋白质功效比值 (D) 氨基酸评分 (E) 食物中总蛋白含量
- 氟的主要食物来源有（ ）。
(A) 全谷物 (B) 茶叶 (C) 水果 (D) 海鱼 (E) 饮用水
- 演讲准备阶段和演讲准备技巧的叙述正确的是（ ）。
(A) 演讲题目的确定不容忽视 (B) 演讲时演讲者首先要了解和熟悉听众 (C) 演讲的目的是感染、说服广大听众 (D) 要准备一份好的讲稿，首先要熟悉自己要讲的内容 (E) 演讲辅助教具要事先准备完善
- 社区健康促进工作的重点是（ ）。
(A) 出台健康政策 (B) 创造健康支持环境 (C) 增强社区的能力 (D) 发展社区居民的个人技能 (E) 调整社区卫生服务方向
- 膳食调查中控制测量误差的有效策略包括（ ）。
(A) 采用标准化的测量工具 (B) 对调查员进行统一培训 (C) 使用多种膳食评估方法交叉验证 (D) 增加单次调查的食物记录种类 (E) 建立数据录入的双人核对制度
- 实习指导需注意的是（ ）。
(A) 在确定实习目的和内容后，应编制实习大纲和实习教案 (B) 实习教学大纲应对实习的基本环节、基本内容、基本设施、指导教师、课时和学分等提出明确的要求 (C) 教学实习过程是教师的教学过程，与学生关系不太密切 (D) 实习结束后，指导教师要组织学员进行讨论分析，及时总结实习中的经验教训和收获 (E) 教师应提前估计和分析实习过程中可能出现的各种情况
- 高血压患者膳食管理应遵循的原则包括（ ）。
(A) 增加膳食纤维摄入 (B) 多喝浓茶和咖啡 (C) 优先选择动物内脏 (D) 保证钾的充足摄入 (E) 每日饮酒不超过 100ml

得 分	
评分人	

四、简答题（第 1 题～第 8 题。将正确答案写在下方空白处。每题 5 分，满分 40 分）

1.阐述必需脂肪酸含量作为脂肪质量评价指标的概念及其意义。

答：

2.阐述参与式培训的主要特点。

答：

3.多数国家是如何确定成人能量需要量的？婴儿的能量需要量主要由哪两部分组成？

答：

4.如何做好突发公共卫生事件的战时的处理？

答：

5.论述蛋白质的功效比值（PER）在评价蛋白质质量中的作用及意义。

答：

6.什么是误差？误差主要分哪几种？

答：

7.简述脂肪的碘值在评价脂肪质量中的作用。

答：

8.常用的教学法有哪些？

答：

营养师（公共营养师）（二级）理论知识试卷答案

一、判断题（第1题～第20题。将判断结果填入括号中。正确的填“√”，错误的填“×”。每题0.5分，满分10分）

- | | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. √ | 2. √ | 3. × | 4. √ | 5. × | 6. √ |
| 7. × | 8. √ | 9. √ | 10. √ | 11. √ | 12. √ |
| 13. √ | 14. √ | 15. √ | 16. √ | 17. × | 18. × |
| 19. × | 20. √ | | | | |

二、单项选择题（第1题～第80题。选择一个正确的答案，将相应的字母填入题内的括号中。每题0.5分，满分40分）

- | | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. D | 2. A | 3. C | 4. C | 5. A | 6. B |
| 7. B | 8. C | 9. D | 10. C | 11. B | 12. C |
| 13. B | 14. D | 15. C | 16. C | 17. D | 18. C |
| 19. B | 20. C | 21. A | 22. D | 23. D | 24. A |
| 25. B | 26. B | 27. C | 28. D | 29. D | 30. B |
| 31. A | 32. A | 33. B | 34. D | 35. D | 36. B |
| 37. D | 38. C | 39. D | 40. C | 41. D | 42. C |
| 43. D | 44. B | 45. A | 46. D | 47. C | 48. D |
| 49. B | 50. C | 51. D | 52. C | 53. C | 54. D |
| 55. B | 56. B | 57. C | 58. A | 59. A | 60. A |
| 61. C | 62. B | 63. A | 64. A | 65. B | 66. A |
| 67. B | 68. B | 69. C | 70. C | 71. C | 72. D |
| 73. A | 74. A | 75. A | 76. A | 77. A | 78. A |
| 79. C | 80. D | | | | |

三、多项选择题（第1题～第10题。将正确答案相应的字母填入题内的括号中。每题1分，满分10分）

- | | | | | | |
|----------|----------|---------|---------|--------|----------|
| 1. BD | 2. ABCDE | 3. BE | 4. ABCD | 5. BDE | 6. ABCDE |
| 7. ABCDE | 8. ABCCE | 9. ABDE | 10. AD | | |

四、简答题（第1题～第8题。将正确答案写在下方空白处。每题5分，满分40分）

1. 阐述必需脂肪酸含量作为脂肪质量评价指标的概念及其意义。

答：概念：必需脂肪酸是指人体不能合成，必须从食物中获取的脂肪酸。（2分）意义：必需脂肪酸在人体内具有多种重要生理功能。必需脂肪酸含量越高，脂肪的营养价值越高。（3分）

2.阐述参与式培训的主要特点。

答：（1）开放性。（1分）（2）双向性。（1分）（3）趣味性。（1分）（4）操作性。（1分）（5）监测评估的及时性。（0.5分）（6）创新性。（0.5分）

3.多数国家是如何确定成人能量需要量的？婴儿的能量需要量主要由哪两部分组成？

答：多数国家确定成人能量需要量是以基础代谢能量消耗为基础，乘以身体活动水平计算的。

（2分）婴儿的能量需要量主要由两部分组成：每日总能量消耗量（TEE）（2分）；组织生长的能量储存量（1分）。

4.如何做好突发公共卫生事件的战时的处理？

答：（1）启动应急预案处理突发公共卫生事件。（2分）（2）就地处理突发公共卫生事件。（2分）（3）科学地处理突发公共卫生事件。（1分）

5.论述蛋白质的功效比值（PER）在评价蛋白质质量中的作用及意义。

答：蛋白质的功效比值是指实验期内，动物平均每摄入1g蛋白质时所增加的体重克数。（2分）作用：可以反映蛋白质在体内的利用率，用于比较不同食物蛋白质的营养价值。PER值越高，说明该蛋白质的营养价值越高，对生长发育的促进作用越明显。（3分）

6.什么是误差？误差主要分哪几种？

答：误差是指测得值与真实值之差，或样本指标与总体指标（参数）之差（2分）。误差主要有系统误差（1分）、偶然误差（1分）和抽样误差（1分）三种。

7.简述脂肪的碘值在评价脂肪质量中的作用。

答：脂肪的碘值是指100g脂肪吸收碘的克数。碘值反映了脂肪中不饱和脂肪酸的含量，碘值越高，说明不饱和脂肪酸含量越高。（3分）不饱和脂肪酸对人体健康有益，如降低胆固醇、预防心血管疾病等。因此，碘值可作为评价脂肪质量的一个重要指标。（2分）

8.常用的教学法有哪些？

答：（1）讲授法。（1分）（2）回答法或谈话法。（1分）（3）演示法。（1分）（4）其他方法，如讨论法、实习（实践）法、指导和自学法等。（2分，每回答1个得1分）

第 6 部分

操作技能考核模拟试卷

注 意 事 项

1. 考生根据操作技能考核通知单中所列的试题做好考核准备。
2. 请考生仔细阅读试题单中具体考核内容和要求，并按要求完成操作或进行笔答或口答，若有笔答请考生在答题卷上完成。
3. 操作技能考核时要遵守考场纪律，服从考场管理人员指挥，以保证考核安全顺利进行。

注：操持技能鉴定试题评分表及答案是考评员对考生考核过程及考核结果的评分记录表，也是评分依据。

职业技能等级认定

营 养 师 （ 公 共 营 养 师 ） （ 二 级 ）

操作技能考核通知单

姓名：

准考证号：

考核日期：

试题 1

试题代码：

试题名称： 食物频率法膳食调查

考核时间： 5 min

配分： 10

试题 2

试题代码：

试题名称： 完成握力测量和评估

考核时间： 5 min

配分： 10

试题 3

试题代码：

试题名称： 分析与评价体格状况

考核时间： 10 min

配分： 10

试题 4

试题代码：

试题名称： 选购和评价食物

考核时间： 10 min

配分： 10

试题 5

试题代码：

试题名称： 设计健康老人食谱

考核时间： 10 min

配分： 15

试题 6

试题代码：

试题名称： 指导膳食制作

考核时间： 5 min

配分： 10

试题 7

试题代码：

试题名称： 完成对高血压、糖尿病高发群体的营养教育

考核时间： 10 min

配分： 20

试题 8

试题代码：

试题名称： 收集营养与健康信息并完成上报

考核时间： 10 min

配分： 10

试题 9

试题代码：

试题名称： 制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间： 5 min

配分： 5

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核
试题单

准考证号：

试题代码：1.1.1

试题名称：食物频率法膳食调查

考核时间：5 min

1. 背景资料

某社区计划对 50 名 55-65 岁中老年居民开展膳食营养调查，现提供完整的 50 份样本数据（含性别、年龄、食物频率等信息），数据详情如下表所示。考生需基于此数据完成调查表设计、人均日均摄入量计算、营养问题分析及干预建议制定。

食物频率调查数据集（次）

调查对象	性别	年龄	谷薯类 / 日	鱼虾类/周	畜禽类 / 日	鲜奶/日	蔬菜/日	水果/周
1	女	58	2	2	1	0.5	2	3
2	男	62	1.5	1	1.5	0	1.5	2
3	女	57	2	3	3	1	2	4
4	男	60	1	2	1	0.5	1	3
5	女	63	2.5	4	1	1.5	2.5	5
6	男	59	1.8	2	0.5	0.8	1.8	3
7	女	56	2	3	2	1	2	4

8	男	61	1.2	1	1	0.3	1.2	2
9	女	55	2.2	3	0.5	1.2	2.2	4
10	男	65	1.7	2	2	0.7	1.7	3
11	女	54	2.1	3	2	1.1	2.1	4
12	男	63	1.6	2	2	0.6	1.6	3
13	女	59	2.3	4	1	1.3	2.3	5
14	男	64	1.4	1	0.5	0.4	1.4	2
15	女	57	2.4	3	0.5	1.4	2.4	4
16	男	60	1.9	2	0.5	0.9	1.9	3
17	女	56	2.6	4	0.5	1.6	2.6	5
18	男	62	1.3	1	1	0.3	1.3	2
19	女	58	2.7	3	2	1.7	2.7	4
20	男	61	1.1	2	1	0.1	1.1	3
21	女	53	2.8	4	1	1.8	2.8	5
22	男	65	1	1	2	0	1	2
23	女	55	2.9	3	2	1.9	2.9	4
24	男	64	1.7	2	1	0.7	1.7	3
25	女	59	3	4	0.5	2	3	5
26	男	60	1.5	1	2	0.5	1.5	2
27	女	57	2.5	3	1	1.5	2.5	4
28	男	63	1.8	2	0.5	0.8	1.8	3
29	女	56	2.6	4	1	1.6	2.6	5

30	男	62	1.2	1	0.5	0.2	1.2	2
31	女	58	2.7	3	2	1.7	2.7	4
32	男	61	1.4	2	1	0.4	1.4	3
33	女	54	2.8	4	0.5	1.8	2.8	5
34	男	65	1	1	2	0	1	2
35	女	55	2.9	3	2	1.9	2.9	4
36	男	64	1.6	2	1	0.6	1.6	3
37	女	59	3	4	1	2	3	5
38	男	60	1.7	1	0.5	0.7	1.7	2
39	女	57	2.4	3	2	1.4	2.4	4
40	男	63	1.9	2	1	0.9	1.9	3
41	女	56	2.3	4	1	1.3	2.3	5
42	男	62	1.1	1	1	0.1	1.1	2
43	女	58	2.2	3	1	1.2	2.2	4
44	男	61	1.3	2	1	0.3	1.3	3
45	女	53	2.1	4	1	1.1	2.1	5
46	男	65	1	1	1	0	1	2
47	女	55	2	3	1	1	2	4
48	男	64	1.5	2	0.5	0.5	1.5	3
49	女	59	2.5	4	2	1.5	2.5	5
50	男	60	1.8	1	0.5	0.8	1.8	2

换算规则：

谷薯类 1 次=100g，鱼虾类 1 次=120g，鲜奶 1 次=200g

蔬菜类 1 次=200g，水果类 1 次=150g，畜禽肉 1 次=80g

蛋类 1 次=60g，豆类 1 次=50g，坚果 1 次=10g，盐 1 次=5g

油 1 次=10g

群体均值：

蛋类 24g/日，豆类 35g/日，坚果 8g/日，盐 6g/日，油 27g/次

2. 试题要求

(1) 设计一份定量的食物频率法调查表，需包含“特殊饮食偏好”字段，且适配老年群体个体特征。

(2) 根据上述数据集及换算规则，计算谷薯类、鱼虾类、鲜奶、畜禽类的人均日均摄入量。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 1.1.1

试题名称： 食物频率法膳食调查

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、定量食物频率法调查表设计	4	
2、人均日均摄入量计算	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题参考答案

（仅供考评员使用，注意保密）

试题代码：1.1.1

试题名称：食物频率法膳食调查

考核时间：5 min

参考答案：

1、设计一份定量的食物频率法调查表。（4分）

（包含食物名称、食用频次（日/周/月/年）、每次食用量、“特殊饮食偏好”字段，得4分；缺少1项扣1分，扣完为止）

食物名称	是否食用 (1是0否)	次/日	次/周	次/月	次/年	每次食用量 (g/次)	特殊饮食偏好
谷薯类						100	
鱼虾类						120	
畜禽类						80	
鲜奶						200	
蔬菜						200	
水果						150	
蛋类						60	
豆类						50	

坚果						10	
盐						5	
油						10	

2、计算下列食物的人均日均摄入量（结果保留整数部分，6分）

- 谷薯类：先计算 50 人“谷薯类/日”均值（约 1.95 次/日），再 $\times 100\text{g}=195\text{g/日}$ （1.5 分）
- 鱼虾类：先计算 50 人“鱼虾类/周”均值（约 2.46 次/周），再 $\times 120\text{g} \div 7 \approx 42\text{g/日}$ （1.5 分）
- 鲜奶：先计算 50 人“鲜奶/日”均值（约 0.94 次/日），再 $\times 200\text{g}=188\text{g/日}$ （1.5 分）
- 畜禽类：先计算 50 人“畜禽类/日”均值（约 1.18 次/日），再 $\times 80\text{g} \approx 94\text{g/日}$ （1.5 分）

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码： 2.1.1

试题名称： 完成握力测量和评估

考核时间： 5 min

1. 场地设备要求

（1）安踏握力器。

2. 工作任务

- （1）对握力器进行测量前的校准检查。
- （2）使用握力器测量考生自己左右手握力，记录有效数据。
- （3）并对自己的左右手的握力值进行评估。

3. 技能要求

- （1）能测量握力。
- （2）能进行体格测量方法的校正和核准。

4. 质量指标

- （1）握力测量：姿势指导准确、数据记录规范。
- （2）体格测量校正核准：体成分分析仪与握力器的校准流程符合设备操作标准，校准结果可验证。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.1.1

试题名称： 完成握力测量和评估

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配 分	评分细则描述	规定或标称值	结果或实际值	得分
M1	3	正确完成握力器校准检查过程，每个步骤正确，得 1 分，满分 3 分。			
M2	1	测量姿势正确，得 1 分。			
M3	1	调节握距正确，得 1 分。			
M4	1	握力测试过程正确，得 1 分。			
M5	1	读取握力数据正确，得 1 分。			
M6	1.5	评估左手握力步骤，正确 1 个，得 0.5 分，满分 1.5 分。			
M7	1.5	评估右手握力步骤，正确 1 个，得 0.5 分，满分 1.5 分。			
合计配分	10	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题参考答案

（仅供考评员使用，注意保密）

试题代码： 2.1.1

试题名称： 完成握力测量和评估

考核时间： 5 min

参考答案：

一、设备校准结果记录

M1、握力器校准结果：

- 1、观察握力器是否有破损或损坏；（1分）
- 2、握距调节至合适位置；（1分）
- 3、按压归零键后指针稳定指向0刻度，校准合格。（1分）

二、握力测量

M2、去掉首饰，自然站立——直立、双臂下垂无借力。（1分）

M3、调节握力器握距——握距 4-5cm/指针归零。（1分）

M4、缓慢匀速发力，直至达到自身最大力量，保持 3 秒（秒表计时），休息 10 秒后重新测量。（1分）

M5、从 2 次有效测量值中，选取最大数值作为最终握力结果。（1分）

三、对自己的左右手的握力值进行评估

M6、左手握力测试评估结果。(1.5 分)

(回答标准：写明左手握力值；在标准值什么位置；评估结果是，每个步骤 0.5 分)

M7、右手握力测试评估结果。(1.5 分)

(回答标准：写明左手握力值；在标准值什么位置；评估结果是，每个步骤 0.5 分)

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码： 2.2.1

试题名称： 分析与评价体格状况

考核时间： 10 min

1. 背景资料

某大型公司 63 岁退休员工陈女士，日常处理家务基本不运动，近期出现身体不适症状，具体信息如下：

- 基础体格数据：身高 1.56m，体重 69kg，自我感觉疲倦、腰背酸痛（活动后加重），食欲波动大，经常便秘；
- 体检结果：血压 165mmHg/105mmHg，血清胆固醇 6.91mmol/L（正常值 2.32-5.62mmol/L），血清甘油三酯 2.21mmol/L（正常值 0.30-1.92mmol/L）；
- 饮食与生活习惯：喜食甜食、油炸食品及腌制食品，不爱吃粗粮，晚餐后习惯边看电视边吃大量零食，不太爱运动。
- 陈女士进行过老年人营养不良风险评估，分数为初筛 9 分，评估为 10 分。

2. 试题要求

- （1）请确认陈女士营养不良风险的类型，评估陈女士个体运动能力。
- （2）总结陈女士的总体健康问题，并针对每个问题给出具体建议与膳食指导。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 2.2.1

试题名称： 分析与评价体格状况

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1、营养不良的风险和运动能力评估	2	
2、健康问题	2	
3、健康建议和膳食指导	6	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题参考答案

（仅供考评员使用，注意保密）

试题代码： 2.2.1

试题名称： 分析与评价体格状况

考核时间： 10 min

参考答案：

1. 评估陈女士营养不良风险和个体运动能力（2分）

- BMI 计算结果： $69 \div (1.56 \times 1.56) \approx 28.3$ ，陈女士属于肥胖（0.5分）
- 陈女士属于肥胖型营养不良或有营养不良风险。（0.5分）
- 陈女士不爱运动，除了家务，基本不运动，可以判定每天运动时间 <30 分钟，属于低运动水平。（1分）

2. 健康问题评价与建议、膳食指导表（8分）

（回答合理即可）

健康问题（2分）	建议与膳食指导（6分）
体重超重（0.5分）	减少糖分和能量摄入，加强运动。（1.5分）
经常便秘（0.5分）	增加粗杂粮和蔬菜水果的摄入量。（1.5分）
高脂血症（0.5分）	减少油和肥肉的食用量，减少脂肪摄入。（1.5分）
高血压（0.5分）	少食腌制食品，减少盐的摄入，注意休息。（1.5分）

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：3.1.1

试题名称：选购和评价食物

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区卫生服务中心营养科接诊了四位“三高”患者，需指导其选择适合的

特殊类食品及膳食营养补充剂。患者信息如下：

1. 高血压患者（男，50岁）：日常饮食偏咸，血钾偏低，无其他并发症。
2. 高胆固醇血症患者（男，60岁）：LDL-C4.5mmol/L，喜食油炸食品。
3. 冠心病患者（女，68岁）：心功能 II 级，需低脂饮食，长期服用他汀类药物。

2. 试题要求

（1）针对高血压患者，请分析其选购特殊类食品要注意的食品标签（至少 3 项），并说明理由。

（2）冠心病患者选购某款鱼油软胶囊，标签标注“每粒含 EPA500mg、DHA300mg、维生素 D400IU”。请评价该产品是否符合以下要求：是否满足每日推荐摄入量？是否存在过量风险？

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.1.1

试题名称： 选购和评价食物

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 特殊食物标签	6	
2. 评价营养补充剂	4	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题参考答案

（仅供考评员使用，注意保密）

试题代码：3.1.1

试题名称：选购和评价食物

考核时间：10 min

参考答案：

1、（6分）答案仅供参考（回答合理，紧扣题意，正确1个，得1分）

（1）高血压患者：

（2分）

①**钠含量**：每日摄入应 $<2000\text{mg}$ （相当于食盐 $\leq 5\text{g}$ ），避免腌制食品、酱油等高钠加工食品。

（2分）

②**钾含量**：需补充高钾食物（如香蕉、菠菜），标签中钾的NRV%应 $\geq 20\%$ 。

（2分）

③**脂肪类型**：优先选择含不饱和脂肪酸（如橄榄油、亚麻籽油）的食品，避免反式脂肪酸。

2、（4分）（回答合理即可得分）

①**EPA+DHA**：每日推荐摄入量为 $250\text{--}500\text{mg}$ ，该产品单粒含量（ 800mg ）可能超标，

需根据患者血脂水平调整剂量。(1分)

维生素 D: 成人每日推荐量 $10\mu\text{g}$ (400IU)，标注合规。(1分)

②**安全性:** 长期高剂量 EPA 可能增加出血风险，建议患者咨询医生后使用。(2分)

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：3.2.1

试题名称：设计健康老人食谱

考核时间：10 min

1. 背景资料

钱女士，65岁，身高166cm、体重61kg，无基础病，轻体力活动。一日饮食：谷物225g（含小米、燕麦），水果250g（苹果、蓝莓），油脂18g（葵花籽油、橄榄油），豆乳350g（低脂奶、香干），肉125g（鲈鱼、鸡胸肉），蔬菜450g（深色占55%），烹饪以蒸、清炒为主，无油炸。钱女士退休之后越来越关注健康饮食，虽然没有系统学习，但是也希望了解更多的健康知识。

2. 试题要求

- （1）总体评价下钱女士的营养状况和饮食状况。
- （2）请为钱女士设计一天的食谱简述必要的步骤和过程。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.2.1

试题名称： 设计健康老人食谱

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 饮食评价	3	
2. 各营养素计算	3	
3. 谷薯类摄入量	1	
4. 蔬菜类摄入量	1	
5. 水果类摄入量	1	
6. 动物性食物摄入量	1	
7. 奶及奶制品类摄入量	1	
8. 大豆坚果类摄入量	1	
9. 油脂类摄入量	1	
10. 食谱设计	2	
合计	15	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题参考答案

（仅供考评员使用，注意保密）

试题代码：3.2.1

试题名称：设计健康老人食谱

考核时间：10 min

参考答案：

1、总体评价钱女士的营养状况和饮食状况（表达合理即可，满分3分）

营养状况：BMI 22.2（正常范围），无基础病、轻体力活动，营养状况良好。（1分）

饮食状况：谷物（含全谷物）、蔬菜（深色占比超50%）、水果、动物性食物、奶豆、油脂摄入量均符合膳食要求；烹饪以蒸、清炒为主，食物种类较丰富，整体饮食均衡；（1分）

可优化点：可进一步丰富食物种类（如增加坚果、不同豆制品等），并关注蛋白质摄入量与个体需求的匹配度。（1分）

2、为钱女士设计一天食谱的步骤和过程（回答合理即可，满分12分）

步骤1：计算能量、三餐分配比例及三大营养素摄入量（3分）

总能量：每日推荐能量约1900kcal。（1分）

三餐分配：早餐30%（约570kcal）、午餐40%（约760kcal）、晚餐30%（约570kcal）。

(1 分)

三大营养素：蛋白质约 67g（按 1.1g/kg·日，体重 61kg）；脂肪约 45-60g（供能比 25%左右）；碳水化合物约 250-300g（供能比 55%左右）。(1 分)

步骤 2：根据食物成分表，确定各类食物参考摄入量（膳食宝塔的七大类，种类数量正确 1 个，得 1 分，满分 7 分）

谷薯类：250g（其中全谷物 100g）。(1 分)

蔬菜类：400g（深色蔬菜 200g）。(1 分)

水果类：250g。(1 分)

动物性食物：130g（鱼 40g、畜禽肉 45g、蛋类 45g）。(1 分)

奶及奶制品：牛奶 300ml+。(1 分)

大豆类及坚果类：豆腐 50g+10g（如核桃、巴旦木等）(1 分)

油脂类：25g（优选健康油脂）。(1 分)

步骤 3：设计具体食谱（示例）(2 分，种类数量与步骤二一致，符合用餐习惯，1 分)

餐次	食物名称及分量
早餐	小米燕麦粥（小米 20g+燕麦 20g+大米 30g）、水煮蛋（45g）、凉拌菠菜（100g）、牛奶 250ml、橄榄油 5g
上午加餐	原味坚果（核桃 2 个+巴旦木 3 颗，约 10g）
午餐	杂粮饭（大米 50g+藜麦 20g）、清蒸鲈鱼（40g）、清炒西兰花（150g）、南豆腐 50g、橄榄油 8g
下午加餐	苹果 100g+蓝莓 50g
晚餐	全麦馒头（50g）、香煎鸡胸肉（45g）、清炒紫甘蓝（100g）、蒜蓉油麦菜（100g）、紫菜蛋花汤（鸡蛋 45g）、橄榄油 7g
全天饮水	分多次饮用，共约 1500ml

营养师(公共营养师)（二级）操作技能考核
试 题 单

准考证号：

试题代码： 3.3.1

试题名称： 指导膳食制作

考核时间： 5 min

1. 场地设备要求

(1) 食材卡。

2. 工作任务

周先生，男，62岁，某公司退休返聘人员。身高172cm，体重90kg，血压160/95mmHg，胆固醇2.8g/L，餐后两小时血糖9.1mmol/L，空腹血糖6.3mmol/L，服药后血糖控制较好。饮食以荤食为主，爱吃面点甜食、油炸食品，很少食蔬菜水果，经常便秘。由于工作应酬较多，常出去宵夜且大量饮酒，抽烟平均每天一包以上。平时以车代步，周末休息日喜欢在家睡觉、看电视，几乎不出门，很少进行体育活动。无高血压、心脑血管及糖尿病家族史。

附：

不同体型、不同体力活动者每日每千克体重所需热量
单位：千卡（千焦耳）

体力活动强度 \ 体型	卧床休息	轻体力活动	中等体力活动	重体力活动
肥胖、超重	15(63)	25(105)	30(126)	35(146)
正常	20(84)	30(126)	35(146)	40(168)
消瘦、过轻	25(105)	35(146)	40(168)	45(188)

(1) 按照中国成年人 BMI 标准评估周先生的体型，并根据 Broca 改良公式计算其标准体重，并计算周先生的摄入合理的总能量是多少，每天运动所需要消耗能量？

(2) 请结合周先生的情况为其制定体重管理方案，利用食物卡和食物交换份制定饮食方案（表明食材和份数）。

3. 技能要求

(1) 能设计体重管理方案。

4. 质量指标

(1) 设计体重管理方案：每日能量符合最低能量要求，蛋白 15%-20%、碳水 50%-60%，含饮食+运动，贴合个体。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 3.3.1

试题名称： 指导膳食制作

考核时间： 5 min

测量分评分表

细则编号	配分	评分细则描述	规定或 标称值	结果或 实际值	得分
M1	2	计算结果正确得 1 分 ,判断真确得 1 分。			
M2	1	结果正确得 1 分。			
M3	1	结果正确得 1 分。			
M4	1	结果正确得 1 分。			
M5	2	饮食方案种类齐全，得 2 分；少一种，扣 0.5，扣完为止。			
M6	2	总份数为 18-19 份，得 2 分。			
M7	1	如果食物大类总份数大于一份的，要求食物品种大于 2 种，得 1 分。			
合计配分	10	合计得分			

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题参考答案

（仅供考评员使用，注意保密）

试题代码： 3.3.1

试题名称： 指导膳食制作

考核时间： 5 min

参考答案：

1、

M1、 $BMI = \text{体重} / \text{身高}^2 = 90 \text{ (kg)} / 1.72 \text{ (m)}^2 = 30.4$

根据中国成年人 BMI 标准，周先生属于肥胖。

M2、根据 Broca 改良公式计算，标准体重 = 身高 - 105 = 172 - 105 = 67kg

M3、合理控制总能量， $25 \times 67 = 1675 \text{ kcal}$ 。

M4、每天消耗能量约占总能量的 10%-20%， 约为 $167.5 \text{ kcal} \sim 335 \text{ kcal}$ 。

M5-M7 饮食方案：

谷薯类：

蔬菜类：

水果类：

大豆类：

奶制品：

肉蛋类：

油脂类：

评分标准。

种类包含以上 7 种（坚果类可有，不计入食物交换份）（2 分，少一份扣 0.5，扣完为止）

标准总份数为 18.6 份。（1 分）

食物多元化：总份数大于一份的，要求种类大于 2 种。（1 分）

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：4.1.1

试题名称：完成对高血压、糖尿病高发群体的营养教育

考核时间：10 min

1. 背景资料

上海阳光小区是建成 30 年的老小区，65 岁以上居民占 60%，其中 82% 患有高血压、糖尿病等慢性病。近期社区卫生服务中心数据显示，该小区老年人因“高盐饮食导致血压波动”“主食过量引发血糖升高”等饮食问题就医的比例较去年上升 20%。典型案例：72 岁的王阿姨（患高血压 10 年、糖尿病 5 年），因每日食用腌制咸菜（约 50g/天）且主食以白米饭为主（约 300g/餐），近 1 个月血压波动至 160/95mmHg，空腹血糖达 8.5mmol/L。

社区拟开展系列营养教育活动，改善上述问题。

2. 试题要求

（1）社区针对现状需要组织一次健康科普讲座，请为这次健康科普活动设计一句广告语。

（2）以“王阿姨的饮食问题”为典型案例，设计小区健康营养讲座的完整流程。

(3) 结合小区高血压患病率高(65%)的特点,制作针对老年高血压患者的讲座

大纲。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 4.1.1

试题名称： 完成对高血压、糖尿病高发群体的营养教育

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 设计广告语	2	
2. 设计讲座前期准备阶段	3	
3. 设计讲座现场执行阶段	3	
4. 设计讲座后期跟进阶段	3	
5. PPT 第 1 个标题内容	2	
6. PPT 第 2 个标题内容	2	
7. PPT 第 3 个标题内容	2	
8. PPT 第 4 个标题内容	2	
9. PPT 第 5 个标题内容	1	
合计	20	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题参考答案

（仅供考评员使用，注意保密）

试题代码：4.1.1

试题名称：完成对高血压、糖尿病高发群体的营养教育

考核时间：10 min

参考答案：

1、（2分）

（答案供参考，合理即可，得2分）

“听一堂健康课，添十年精气神”（1分）

“老年健康有门道，听我慢慢跟您唠”（1分）

2、（9分）（仅供参考，有前期、中期、后期三个步骤及具体细节，合理即可）

①前期准备——调研与宣传（3分）

（前期准备1分，详细提出准备的事情，不少于2条，1条1分）

调研需求；宣传活动

②现场实施（时长50分钟）（3分）

（现场执行实施1分，详细提出需要实施的细节，不少于2条，1条1分）

开场（10分钟）；讲解（25分钟）；互动（15分钟）。

③后期跟进反馈评估优化（3分）

（后期跟进1分，详细说明跟进的细节，不少于2条，1条1分）

活动结束后，总结

1 天后：及时跟进老人们反馈并有进行后期活动优化。

3、（9 分）（PPT 提纲整体逻辑合理得 1 分，标题合理得 1 分，内容讲述合理得 1 分，满分 9 分）

①认识高血压：（标题正确 1 分，内容正确 1 分）

高血压（也称血压升高），是血液在流动时对血管壁造成的压力值持续高于正常的现象。

②高血压的危害：（标题正确 1 分，内容正确 1 分）

高血压会损伤全身血管，引发心、脑、肾、眼等多靶器官不可逆病变，是中风、心梗、肾衰等严重疾病及致死致残的重要诱因。

③哪些生活习惯导致高血压：（标题正确 1 分，内容正确 1 分）

高盐、高糖、不运动。

④如何预防高血压：（标题正确 1 分，内容正确 1 分）

限盐；均衡饮食；适当运动等。

⑤总结与呼吁：科学饮食，积极防治高血压，享受健康生活封底：感谢聆听，欢迎提问交流（标题正确 1 分）

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题单

准考证号：

试题代码：5.1.1

试题名称：收集营养与健康信息并完成上报

考核时间：10 min

1. 背景资料

某社区近日暴发甲型流感疫情，累计报告 30 名感染者，其中 70 岁的王大爷（编号 13）为典型个案：患高血压 5 年（日常血压 140/90mmHg），感染后持续发热 7 天，因“吞咽疼痛”几乎停食主食，每日仅喝少量白粥，1 周内体重下降 3.2kg，血压波动至 155/100mmHg。社区公共营养师需紧急收集疫情相关营养与健康信息，开展针对性干预。

流感疫情营养调查表：

编号	年龄	性别	主要症状	饮食变化	食欲状况	体重变化 (kg)
1	60	男	发热、乏力	减少肉类摄入	食欲减退	-2
2	55	女	咳嗽、头痛	增加蔬菜摄入	食欲基本正常	-1
3	70	男	喉咙痛、疲劳	减少主食摄入	食欲减退	-3
4	65	女	鼻塞、全身酸痛	饮食无明显变化	食欲减退	-1.5
5	58	男	发热、胃口不好	减少油脂摄入	食欲减退	-2.5
6	62	女	头痛、发热	增加水果摄入	食欲稍减	-1.2
7	67	男	喉咙痛、发热	减少乳制品摄入	食欲减退	-2.2
8	54	女	乏力、咳嗽	增加水分摄入	食欲基本正常	-0.8
9	69	男	发热、疲劳	减少高脂肪食物	食欲减退	-2.7
10	63	女	喉咙痛	减少甜食摄入	食欲减退	-1.3

11	61	男	发热、乏力	减少肉类摄入	食欲减退	-2.1
12	59	女	咳嗽、头痛	增加蔬菜摄入	食欲基本正常	-1
13	68	男	喉咙痛、疲劳	减少主食摄入	食欲减退	-3.2
14	64	女	鼻塞、全身酸痛	饮食无明显变化	食欲减退	-1.4
15	57	男	发热、胃口不好	减少油脂摄入	食欲显著减退	-2.6
16	63	女	头痛、发热	增加水果摄入	食欲减退	-1.1
17	66	男	喉咙痛、发热	减少乳制品摄入	食欲减退	-2.3
18	53	女	乏力、咳嗽	增加水分摄入	食欲基本正常	-0.9
19	70	男	发热、疲劳	减少高脂肪食物	食欲减退	-2.8
20	62	女	喉咙痛	减少甜食摄入	食欲减退	-1.5
21	60	男	发热、乏力	减少肉类摄入	食欲减退	-2
22	56	女	咳嗽、头痛	增加蔬菜摄入	食欲基本正常	-1
23	71	男	喉咙痛、疲劳	减少主食摄入	食欲减退	-3.1
24	66	女	鼻塞、全身酸痛	饮食无明显变化	食欲下降	-1.6
25	59	男	发热、胃口不好	减少油脂摄入	食欲显著减退	-2.4
26	64	女	头痛、发热	增加水果摄入	食欲减退	-1
27	69	男	喉咙痛、发热	减少乳制品摄入	食欲减退	-2.5
28	55	女	乏力、咳嗽	增加水分摄入	食欲基本正常	-0.7
29	72	男	发热、疲劳	减少高脂肪食物	食欲减退	-2.9
30	61	女	喉咙痛	减少甜食摄入	食欲减退	-1.2

2. 试题要求

(1) 收集此次流感疫情相关的营养与健康信息，并说明上报流程完成上报。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 5.1.1

试题名称： 收集营养与健康信息并完成上报

考核时间： 10 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 核心信息	5	
2. 上报流程	5	
合计	10	

考评员（签名）：

日期：

营养师(公共营养师)(二级)操作技能考核 试题参考答案

(仅供考评员使用, 注意保密)

试题代码: 5.1.1

试题名称: 收集营养与健康信息并完成上报

考核时间: 10 min

参考答案:

1. (10分)

(1) 核心信息: (5分)

①事件发生的时间、地点, 典型个案信息: (2分)

②事件的可能性质、受威胁人数、发病人数和死亡人数、发病的可能原因、初步分析结果、已采取的应急措施、需要上级部门协助解决的问题等: (2分)

③报告时间、报告人和联系方式: (1分)

(2) 上报步骤: (每按正确顺序写出1条得1分, 最多得5分)

①发生突发卫生事件的单位向区、县级疾控中心报告: (1分)

②区、县级疾控中心核实诊断以及确认事故发生, 上报上级市省国家疾控中心;
(1分)

③区、县级疾控中心向政府及卫生行政部门提出建议和预案: (1分)

④开始现场急救、现场保护和控制、现场调查和现场预防: (1分)

⑤最后资料归档和提交事件调查处理的书面报告。(1 分)

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核 试题单

准考证号：

试题代码：6.1.1

试题名称：制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间：5 min

1. 背景资料

某市社区健康服务中心计划开展“老年人社区营养管理能力提升培训项目”，旨在提升社区营养工作人员（四级/中级工和三级/高级工）的专业能力。该社区78岁的李阿姨（典型个案）为培训重点应用案例：患2型糖尿病12年（空腹血糖波动7.8-9.5mmol/L）、肌少症（握力18kg，6米步行时间12秒），因“不知如何搭配低GI饮食同时增加蛋白质”多次咨询社区营养师，暴露基层人员在“慢性病合并肌少症营养干预”方面的能力短板。

基层人员具体情况如下。

人员构成：

四级/中级工：20人，负责日常营养咨询和基本膳食指导，在李阿姨案例中暴露出“低GI食物选择不精准”的问题。

三级/高级工：10人，负责营养评估和个性化计划制定，在李阿姨案例中存在“肌少症与糖尿病营养需求平衡方案不完善”的不足。

培训需求分析：

中级工需强化“常见慢性病膳食指导实操能力”（如李阿姨的低GI饮食搭配）。

高级工需提升“复杂病例营养评估与干预方案制定能力”（如李阿姨的糖尿病合并肌少症管理）。

2. 试题要求

- （1）结合李阿姨的典型个案，针对三级/四级公共营养师的培训需求，制定课程内容。
- （2）围绕典型个案的解决流程，制定培训流程。

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题评分表

准考证号：

试题代码： 6.1.1

试题名称： 制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间： 5 min

评分表：

评价要素	配分	得分
1. 制定课程内容	2	
2. 制定培训流程	3	
合计	5	

考评员（签名）：

日期：

营养师（公共营养师）（二级）操作技能考核

试题参考答案

（仅供考评员使用，注意保密）

试题代码：6.1.1

试题名称：制定和评估综合营养管理培训计划

考核时间：5 min

参考答案：

1. 结合李阿姨的典型个案，针对三级/四级公共营养师的培训需求，制定课程内容。（答案合理即可，2分）

（1）四级/中级工：《低GI食物识别与量化搭配》、《慢性病患者沟通技巧》（1分）

（2）三级/高级工：《肌少症营养评估方法》、《糖尿病合并肌少症膳食方案制定》（1分）

2. 围绕典型个案的解决流程，制定培训流程。（培训流程分为前期准备，实施阶段和总阶段展开，合理即可，满分3分）

（1）前期准备：调研李阿姨类似案例的常见问题，编制《典型个案处理手册》（1分）

（2）实施阶段：理论授课→分组实操→导师点评（1分）

（3）总结阶段：学员提交“李阿姨案例改进方案”，形成《个案处理标准流程》（1分）