

2023 河北省家政服务职业技能大赛

家政服务员（家庭照护员）理论知识复习题

- 1、合理膳食，每人每天烹调用油摄入量不超过（ 30 克 ）。
- 2、脑卒中病患应保证每天摄入粮谷类和薯类食物（200-300）克，应优先选择低糖，高膳食纤维类。
- 3、吞咽困难的病患可食用（稠米粥）。
- 4、流质饮食每日 6-8 次，或每 2-3 小时一次，每次（200-300）毫升，需要蛋白质约 40 克。
- 5、老年人必须营养素的食物来源可分为五大类：其中奶类豆类及其制品是优质蛋白质和（钙）的来源。
- 6、对于禁食、高热、昏迷、鼻饲、患有口腔疾病或生活不能自理的病患，家政服务员应每日为其进行（ 2-3 ）次口腔护理，尽可能让病患感到舒适。
- 7、对涩味很强的蔬菜，可采用焯的方法，一般水沸后焯（ 1 分钟 ）即可。
- 8、影响老年人血压的因素是：年龄因素、体重因素和（温度因素）。
- 9、正常人平静呼吸时，呼吸频率为（16-20）次/分钟。
- 10、老年人生理功能退化，消化吸收能力下降，活动量也相应减少，饮食总量减少，容易出现（营养不足）的现象。
- 11、制汤一般需要（2-3）小时，这样可以使食物蛋白质浸出物等鲜香物质尽可能溶解出来，使汤鲜醇味美。
- 12、老年人早餐要吃好，但早餐热量摄入不宜过高，应该占全天摄入量的（ 30% ）。
- 13、老年人晚餐应该遵循（ 少吃 ）的原则。
- 14、（ 高热量饮食 ）适合热量消耗较大、需要补充营养的病患，如患有甲状腺功能亢进症、结核病等的病患，以及体重过轻、大面积烧伤等的病患。
- 15、正常人平静呼吸时，呼吸率与脉搏率之比为（ 1:4 ）。
- 16、中药煎药时，应将自来水在容器内放置数小时后再用来煎药，这样可减少水中（ 钾 ）的含量。
- 17、半流质饮食每日（ 5-6 ）餐，需要蛋白质约 60 克。
- 18、蒸鱼时，水煮沸后将鱼放入锅内蒸（ 10 ）分钟左右，取出蒸好的鱼，倒去多余的水，在鱼身上铺上葱、香菜，然后倒入适量的蒸鱼豉油。
- 19、居室要勤开窗通风换气，每日至少（ 2-3 ）次，以保持空气流通、新鲜、清洁。
- 20、为老年人制汤时不宜先放（ 盐 ），应在出锅前适量加一点调味。
- 21、中药煎药时，把药物倒入锅内，加冷水浸泡，浸泡时间一般为（ 30 分钟到 2 小时 ）。
- 22、家政服务员根据老年人自理程度及病情选择适宜的进食体位，（ 轮椅坐位 ）适用于下肢功能障碍或行走无力的老人。
- 23、压疮主要是机体局部组织长时间受压引起的，卧床病患长时间不改变体位，局部组织持续受压在（ 2 小时 ）以上，就可引起组织的不可逆损害。
- 24、高血压老年人血压控制目标为小于（ 140/90 ）毫米汞柱。
- 25、患有肠道疾病和食管静脉曲张的病患适合（少渣饮食）。
- 26、刷洗病患餐饮用具上的油污或污物时，应使用（ 45 ）℃左右的热热水。
- 27、老年人皮脂腺相对萎缩，过冷会造成血管收缩，对有糖尿病、冠心病的老年人十分不利，故洗脸水温宜控制在（ 18-30℃ ）。
- 28、膳食纤维可促进胃肠蠕动，可为病患多准备一些（ 粗粮 ）。
- 29、鼻导管喂食适用对象不包括（颅脑外伤病患）。
- 30、老年人部分疾病的饮食需求与禁忌：心脏病与高血压病患者宜清淡，少食盐，少食多餐，烹调油以（ 植物油 ）为主。

- 31、居室要求光线充足、分布均匀，有效采光面积与室内面积的比例应不小于（ 1:10 ）。
- 32、现代所讲的鲜，是指鱼、畜、禽类屠宰加工后不超过（ 3-5 ）小时。
- 33、为老年人制作主食应注意以下四点：1、清淡少油为好；2、种类多样为好；3、血糖指数低为好；4、（ 营养质量为重 ）。
- 34、鼻饲进食量由少量开始逐渐增加，一次不超过（ 200 ）毫升。
- 35、老年人的脉搏为（ 55-75 次/分钟 ）。
- 36、（ 牛奶 ）属于高蛋白饮食。
- 37、为老年人洗脸时注意洁面产品在脸上停留的时间不要超过（ 1 分钟 ）。
- 38、老年焦虑症的表现不包括（ 记忆力下降 ）。
- 39、家政服务员通过给病患（ 更换衣物 ），可观察并了解病患全身皮肤的状况，及时发现和预防压疮的出现，掌握病患的病情变化。
- 40、合理膳食，人应每天坚持适量饮奶，中老年人应每天坚持饮奶（ 300 克 ）。
- 41、鼻导管喂食每次鼻饲量不超过（ 200 ）毫升。
- 42、正常成人收缩压（高压）为（ 90-140 ）毫米汞柱。
- 43、每日三餐，每两餐之间适当加餐，需要蛋白质约（ 70 ）克。
- 44、刷洗病患餐饮用具上的油污或污物时，应将餐具置于水中浸泡（ 1-2 ）分钟。
- 45、双方握手时，如果是初次见面，握手时间一般控制在（ 3 ）秒以内。
- 46、（ 无盐低钠饮食 ）适合低盐饮食但水肿较重者，如心功能不全病患，以及患有尿毒症等的病患。
- 47、炒菜时要急火快炒，即用高温短时间炒，这样可以大大减少（ 维生素 ）的流失。
- 48、（ 牛肉 ）要横切，这样才能切断筋腱。
- 49、为老年人制汤小火慢炖时，中途不能打开锅盖儿，也不能加（ 水 ）。
- 50、膳食中含有纤维素多的食物是（ 芹菜 ）。
- 51、为病患穿脱衣物时，先近侧，后（ 对侧 ），有外伤时，先健侧，后患侧。
- 52、协助老年人饮水时，家政服务员用小毛巾擦干老年人人口角水痕，整理床铺，叮嘱老年人保持体位（ 30 ）分钟再躺下休息。
- 53、正常成人舒张压（低压）为（ 60-90 ）毫米汞柱。
- 54、将清洗干净的餐具控干水分，放入微波炉中，高火（ 10 ）分钟，即可达到消毒的目的。
- 55、为卧床病一般每（ 2 ）小时翻 1 次身，翻身后用手掌揉搓背部。
- 56、制汤时用水量通常是用来制汤的只要食物量的（ 3 ）倍。
- 57、贵重中药，如人参、西洋参、羚羊角、鹿茸等，应单独炖或煎（ 2-3 ）小时，以防止有效成分被吸附或流失。
- 58、《劳动法》规定的工时制度是每日工作不超过 8 小时，每周工作不超过（ 44 ）小时。
- 59、菜肴的加工、烹调要尽量减少维生素和（ 钙 ）的流失。
- 60、影响血压的因素包括年龄、 温度、睡眠，不包括（ 食欲 ）。
- 61、照护病患日常盥洗，水温以（ 38-40 ）℃为宜。
- 62、卧床病患应该选择（ 棉织品 ）质地的衣物。
- 63、成人 24 小时排尿量为（ 1000-2000 ）毫升。
- 64、可采用有盖的（ 塑料制品 ）盛装消毒液来浸泡体温计。
- 65、正常情况下影响脉搏的因素有：年龄因素、体型因素和（ 性别因素 ）。
- 66、（ 牛肉 ）要横切，这样才能切断筋腱。
- 67、使用水银柱血压计测血压，一般要连续测量（ 2-3 ）次血压，取其最低值。
- 68、正常尿液是（ 淡黄色 ）的。
- 69、体温计的消毒液需（ 每日 ）更换一次。
- 70、水是膳食的重要组成部分，在正常的气候条件下，一般成人每天应喝（ 1200 毫升 ）水。
- 71、（ 高纤维素饮食 ）适合患有肥胖症、高脂血症、糖尿病等的病患。
- 72、老年人在安静状态下脉搏为（ 55-75 ）次/分钟。

- 73、低盐饮食中每日可用食盐不超过（ 2 ）克，但是不包括食物中自然存在的氯化钠。
- 74、煎中药时，清热解毒药急火快煎（ 5-10 ）分钟即可，滋补药煎煮时间宜长。
- 75、（ 猪肉 ）要斜切，这样肉既不破碎，又不塞牙。
- 76、老年人脉搏慢的因素不包括（休息、睡眠 ）。
- 77、为老年人测量体温的时间为（ 5-10 分钟 ）。
- 78、大量的可燃物燃烧之后产生（ 一氧化碳 ），会导致人中毒、窒息死亡。
- 79、制汤以陈年瓦罐煨煮效果最佳，陈年瓦罐具有（ 吸附性好 ）的特点。
- 80、“蒸”既保持食品的外形，又不破坏食品的（ 风味 ）。
- 81、制汤的要诀是旺火烧沸，小火慢煨。制汤一般需要（ 2-3 小时 ）。
- 82、鼻导管喂食每次间隔时间至少（ 4 ）次以上。
- 83、炖肉或排骨时，加点（ 醋 ）可使骨中钙、磷等析出，使人体容易吸收。
- 84、80 岁左右的老年人平均脉搏（ 75 ）次/分钟。
- 85、成人白天排尿 3-5 次，夜间 0-1 次，每次尿量为（ 200-400 ）毫升。
- 86、多健步走、常游泳、建议老年人养宠物、整理自己的东西中的（ 建议老年人养宠物 ）是老年人心理保健方法之一。
- 87、老年人产生消极情绪的原因包括身体机能衰退、对人际关系的改变缺乏心理准备和（被疾病困扰）。
- 88、皮蛋、动物内脏、火腿、瘦肉，这些食物中胆固醇含量高的是（ 动物内脏 ）。
- 89、老年人在日常饮食中做到“四忌”，（忌慢食）不属于“四忌”。
- 90、水适量才会熬出香甜浓稠的粥，稀粥中米和水的比例为（ 1:13 ）。
- 91、健康饮食行为的三个方面：每天保证能吃到五大类食物、按照同类互换多种多样的原则来调配一日三餐和（ 谷类及薯类 ）。
- 92、（ 煲汤 ）即将原料用大火烧开，转小火煲三小时左右，制作方法比较简单，但是最好不要在中间加水，不然会破坏整个汤的口感。
- 93、成人每日蛋白质以每千克体重进食（ 1.5-2 ）克为宜，但总量不得超过 120 克。
- 94、病患低盐饮食中禁食（ 皮蛋 ）。
- 95、鼻饲管喂食鼻饲液的温度应保持在（ 38-40 ）℃，不可过冷或过热。
- 96、鼻饲后，应使病患半卧（ 20-40 ）分钟。
- 97、给病患使用直肠温度测试方法时，将体温计测温端涂肥皂水或润滑油，自肛门插入约（ 4 ）厘米。
- 98、当呼吸频率超过（ 24 ）次/分钟，称为呼吸过速。
- 99、身体各部位皮肤有厚薄之分，（ 脚底、手心 ）部位对冷热的耐受性大，冷热敷效果相对较差。
- 100、低胆固醇饮食每日胆固醇含量要小于（ 300 ）毫克。
- 101、老年人半卧位使用可摇式床具时，家政服务员将老年人床头摇起，抬高至与床具水平面成（ 30°-40° ）角。
- 102、如家中失火，全国统一的紧急报警电话为（ 119 ）。
- 103、高血压患者要控制能量摄入，提倡吃复合糖类，如（ 淀粉、玉米 ）。
- 104、在病患安静的状态下测量呼吸，最好采取（ 仰卧位 ）。
- 105、病患心跳、呼吸骤停的表现：神志消失、大动脉搏动消失和（ 呼吸停止 ）。
- 106、冷热敷敷 30 分钟后应停止，给予（ 60 ）分钟的复原时间，再按规定反复进行。
- 107、每次制作管灌膳食的量不能过大，最好现做现吃。因管灌膳食很容易滋生细菌，常温只能保存（ 30 分钟 ）。
- 108、合理膳食，人每天保证足量的谷类摄入，粗细搭配，一般成年人每天摄入（ 250~400 克 ）。
- 109、冷敷的作用包括（ 降低体温；减轻局部充血、出血；减轻疼痛 ）。
- 110、老年人在测量体温前应（ 安静休息 5 分钟 ）。
- 111、老年人的消极情绪不包括孤独感、挫败感和（ 失落感 ）。
- 112、少语、少管闲事、固执、睡眠减少中，（ 固执 ）是老年人的心理特点之一。
- 113、正常情况下，直肠温度在（ 37.5 ）℃左右。

- 114、《劳动法》规定，劳动者连续工作（ 1 年 ）以上的，可以享受带薪休假。
- 115、为病患制作合理膳食，可选择食物可分为五大类：谷类及薯类、动物性食物、豆类和坚果类、水果蔬菜和菌类和（ 油脂等纯能量类食物 ）。
- 116、老年人必须营养素的食物来源可分为五大类：其中果蔬类主要提供无机盐、纤维素、维生素、（胡萝卜素）等。
- 117、高血压患者要限制脂肪的摄入，烹调时可选用植物油。（ 带鱼 ）中的脂肪较为理想。
- 118、（ 高蛋白饮食 ）适合患有消耗性疾病的病患，如患有贫血、恶性肿瘤、结核、甲状腺功能亢进症等病患，以及烧伤、大手术后的病患。
- 119、冷热敷有一定的时间要求，不能太长，也不能太短，一般以（ 20-30 ）分钟为宜。
- 120、冷敷的禁忌症包括（ 对冷敏感者、 慢性炎症或深部化脓病灶、糖尿病 ）。
- 121、拐杖扶手的高度以手肘能弯曲（ 30° ）为宜，拐杖与腋窝保持 2-3 指距离。
- 122、为老年人制汤的原料，通常为（ 动物性原料 ）。
- 123、慢性病病患的心理特点是：沮丧心理、焦虑心理和（ 多疑和易怒 ）。
- 124、软组织扭伤、挫伤后（ 48 ）小时内禁止热敷，因为此时热敷会加重出血和肿胀。
- 125、高血压患者要多吃含钾、钙丰富的食物，如土豆、海带、虾皮、（ 茄子 ）。
- 126、为老年人做汤所选的原料一定要鲜，鲜是指鱼、畜、禽杀死后（ 3-5 ）小时。
- 127、为病患进行全身护理时，擦浴时间不应超过（ 20 ）分钟，避免病患着凉。
- 128、高纤维素饮食适合患有肥胖症、高脂血症、（ 糖尿病 ）等病患。
- 129、给卧床病患洗头时，室温应适宜，以（ 24 ）℃为宜，关好门窗，避免对流。
- 130、环境污染的新“四害”指的是：废水、废渣、废气和（ 噪声 ）。
- 131、（情绪稳定）不属于老年人的心理特点。
- 132、（低脂肪饮食）适合患有肝、胆、胰疾病的病患，患有肥胖症、高脂血症、冠心病、动脉硬化、高血压、脑血管疾病的病患，以及腹泻的病患。
- 133、烤灯热敷照射完毕后，给病患喝杯温开水，并嘱咐其在室内休息（15）分钟左右再外出，以防感冒。
- 134、煎中药的容器忌用（ 铝锅 ）。
- 135、少渣饮食适合患有肠道疾病的患者，如肠炎、腹泻、（ 伤寒 ）等。
- 136、正常情况下，口腔温度在（ 37 ）℃左右。
- 137、当呼吸频率低于（ 12 ）次/分钟，称为呼吸过缓。
- 138、高血压患者要多吃新鲜蔬菜，每天新鲜蔬菜不少于（ 400 克 ）。
- 139、低胆固醇饮食适合高胆固醇血症、高血压、（ 冠心病 ）等病患者。
- 140、合理膳食，健康成人每天摄入盐的量（包括酱油和其他食物中的含盐量）不超过（ 6 克 ）。
- 141、每天尽量选择多种蔬菜搭配食用，成人每天吃新鲜蔬菜（ 300~500 克 ）。
- 142、（ 低胆固醇饮食 ）适合患有高胆固醇血症、动脉硬化、高血压、冠心病、脑血管疾病的病患。
- 143、病患常见的不良情绪包括：焦虑和忧虑、恐惧和紧张、以及（ 自卑和抑郁 ）。
- 144、失能病患口腔清洁很重要，牙刷应（ 3 个月 ）换一次。
- 145、直肠温度测量需保持（ 3 分钟左右 ），取出体温计。
- 146、老年人必须营养素的食物来源可分为五大类：其中粮谷类为主食，主要是补充（ 蛋白质 ）。
- 147、低蛋白饮食适合有（ 急性肾炎 ）的病患。
- 148、为老年人制作菜肴应控制脂肪、糖和盐摄入量，适当摄入高纤维蔬菜，减少食物中脂肪（ 胆固醇 ）的吸收。
- 149、富含硒的食物有（ 鱼、香菇、 香菇 ），（韭菜）中不含硒。
- 150、给老年人读书读报的作用不包括（ 促进老年人睡眠 ）。
- 151、家政服务员协助老年人进餐后漱口，并用毛巾清理嘴角水痕，叮嘱老年人进餐后不能立即走、躺等，保持进餐体位休息（ 30 ）分钟后再活动。
- 152、使用拐杖行走时，左拐杖-右脚-右拐杖-左脚的方法称为（ 四点法 ）。
- 153、水适量才会熬出香甜浓稠的粥，稠粥中米和水的比例为（ 1:10 ）。

- 154、护理员应常观察使能病患的口腔黏膜和（舌苔）的变化，确定是否有真菌感染。
- 155、在烹制鱼类菜肴时，最重要的是（去除腥味）。
- 156、中药与西药应该错开时间服用，两者间最少错开（1-2）个小时。
- 157、低脂肪饮食每日饮食中脂肪总量在（50）克以下，患有胆囊、胰腺疾病的病患每日应不少于40克。
- 158、为病患在安静状态下测量呼吸，最好采取（仰卧位）。
- 159、煎中药时把药物倒入锅中，加冷水浸泡，水量超过药面（1）厘米，浸泡时间根据医嘱而定。
- 160、高血压患者要多吃水果，每天新鲜水果不少于（100-200克）。
- 161、炖肉时，要想使肉烂得快，可在锅内放几个（山楂），但不能放盐，盐要放的迟些，否则肉不易烂。
- 162、老年人高血压病患应多吃新鲜蔬菜、水果，每天吃新鲜蔬菜不少于（400）克。
- 163、糖尿病患者要少吃碳水化合物含量高的食物，如白薯、土豆和（藕）等。
- 164、为老年人腋下测量体温时，测量的时间为（5-10）分钟。
- 165、评估老年人的身体状况，确定老年人在（30分钟）内没有影响实际体温的因素。
- 166、老年人高血压病患应限制盐的摄入量，每日应逐渐减至（7）克以下。
- 167、体温计常用的消毒液有（70%的乙醇）、（1%的消毒灵）、（20%的碘伏）、（1%的过氧乙酸）等。
- 168、健康成人脉率波动幅度很大，一般在（60-100）次/分钟。
- 169、《劳动法》规定，未成年工是指年满（十六）周岁未满十八周岁的劳动者。
- 170、（红外线）不属于三度压疮物理治疗的方法。
- 171、老年人部分疾病的饮食需求与禁忌：糖尿病患者宜多食蛋白质类食物，少食（脂肪与淀粉类食物）。
- 172、糖尿病患者要多吃含糖量低的蔬菜，如韭菜、青椒和（番茄）等。
- 173、测量病患者呼吸，家政服务员应将手放在（诊脉部），观察患者胸部或腹部的起伏次数，一呼一吸为一次。
- 174、居室温度冬季宜为（16-18）。
- 175、帮助老年人进行上下楼梯训练时应遵循（健侧足先上、患侧足先下）的原则。
- 176、为老年人上眼药时，如需多种药同时使用，中间须间隔（5-10）分钟为宜。
- 177、对反复发生误吸的老年人可以行鼻饲治疗，关于鼻饲进食的说法（食物温度在30度左右较合适）是不正确。
- 178、高血压患者要适当增加海产品摄入，如海带、虾皮（鲑鱼）。
- 179、家政服务（诚信）是根本。
- 180、老年人移动辅助器具包括：轮椅、拐杖和（代步车）。
- 181、关于滴耳剂的使用：（一般每次用药10-20滴）的说法是不正确的。
- 182、用洗发剂帮助长期卧床老年人洗发时，一般情况下，水温选择（42）度左右为宜。
- 183、（硝酸甘油）属于舌下含服片。
- 184、对三度压疮老年人的照护，应鼓励或协助老年人每（2）小时翻身一次。
- 185、观察老年人吸入药液后的反应及效果，每次雾化时间以（15-20）分钟为宜。
- 186、老年人每天的饮水量应为（1500-1700毫升）。
- 187、糖尿病患者要多吃高纤维食物，如玉米、小麦、（豆制品）等。
- 188、（流质饮食）呈液体状，不用咀嚼，易于消化和吞咽。
- 189、由于滴眼剂属于灭菌制剂，由角膜直接吸收，因此上药时注意交叉感染，两眼都滴药时，（先滴健眼，后滴病眼）。
- 190、为老年人洗脚，水温（38-40℃）为适宜。
- 191、压疮一期的应急处理：（应给老年人勤翻身、勤换内衣、床单、可以采用湿热敷）。
- 192、对长期卧床的老年人，床头抬高角度小于（30）度，以减少剪切力。
- 193、冬天到来之际，必须保证老年人所居室内温度在（18-24）度之间。
- 194、关于热水袋的安全使用方法：（水温不要超过60度）的说法是错误的。
- 195、糖尿病患者要多吃含钙的食物，如虾皮、排骨、牛奶、（黄豆）等。
- 196、家政服务员根据老年人自理程度及病情选择适宜的进食体位，（侧卧位）适用于完全不能自理的老人。

- 197、滴药前先将鼻涕等分泌物排出，如果鼻腔内有干痂，先用干净棉签蘸（温盐水）将干痂浸软、取出并擦拭鼻腔后再滴药。
- 198、为老年人进行身体清洁，工作准备中（调节浴室温度为 38-40℃）的做法是错误的。
- 199、鼻饲时食物温度在（ 40 ）度左右较合适，以免冷热刺激而致胃痉挛，造成呕吐。
- 200、（多让中毒者饮热水，加强排泄）不属于一氧化碳中毒应急处理的措施。
- 201、老年人体温调节能力差，相对湿度（50-60%）为宜。
- 202、（软质饮食）是在普通饮食的基础上，使食物更软烂，易于咀嚼和消化。
- 203、（汤羹宜多淀粉）不属于老年人汤羹的特点。
- 204、长期佩戴义齿的老年人应每（半年）做一次口腔检查，以免造成口腔疾患。
- 205、餐后两小时血糖正常参考值为（ 5.1 至 7.0 ）毫摩尔/升。
- 206、老年人外在危险因素所致的噎食，主要包括药物因素、体位因素和（食物因素）。
- 207、（煮汤）即把主料放于多量的汤汁或清水中，先用大火烧开，再用中火或小火慢慢煮熟。
- 208、轻症中暑的老年人可以用（凉水）为其擦拭全身，直至体温低于 38 度，并可应用扇子、电风扇等降温。
- 209、（化学治疗）不属于压疮的治疗方法。
- 210、户外活动能够更好地接受紫外线照射，有利于体内维生素（维生素 D）的合成和延缓骨质疏松的发展。
- 211、（混合奶）适用于身体虚弱、消化功能差的鼻饲老年人。
- 212、（药物用量较大）不属于雾化吸入的特点。
- 213、老年人侧卧位使用可摇式床具时，家政服务员将老年人床头摇起，抬高至与床具水平面成（30°）角。
- 214、为老年人提供超声雾化吸入时，核对用药后，将药液稀释至（ 30-50 ）毫升后加入雾化罐内。
- 215、为老年人提供超声雾化吸入，水槽和雾化罐内切忌加温水或热水，水温超过（ 50 ）度时或水量不足时，应关机更换或加入冷蒸馏水。
- 216、采取舒适的睡眠姿势，可以改善睡眠质量。最佳睡眠姿势为（右侧卧位）。
- 217、鼻饲灌注器的组成包括（带刻度外套、芯杆、活塞）。
- 218、（精神类疾病）不属于导致老年人便秘的疾病因素。
- 219、（汆汤）即把食物放在沸水中煮一下，以防食物养分因高温烹调而流失，或食物本身变老、变黄。
- 220、60-80 岁的健康老年人平均睡眠时间为（ 6-7 小时 ）。
- 221、为老年人更换造瘘袋时应查看造瘘袋，若粪便超过造瘘袋容量的（1/3）应更换。
- 222、指导或协助老年人排便后用温开水清洗肠造瘘口周围皮肤，用棉球（由内向外）清洁并擦干。
- 223、空腹血糖正常参考值为（3.82-6.16）毫摩尔/升。
- 224、协助老人用药较多时，按照（2-4）片（粒）/次，分次服下。
- 225、关于鼻饲进餐照护（灌注器更换频率为 1 次/月）的做法是不正确。
- 226、在进行热坐浴护理时的注意事项不包括（坐浴结束后，尽可能多喝几杯凉水）。
- 227、热敷具有（止疼止痒）作用。
- 228、病患口腔护理的目的不包括（保障牙齿洁白度，方便进食）。
- 229、老年人部分疾病的饮食需求与禁忌：肾脏病患者可食用高蛋白食物，饮食还应低热量、（少盐）。
- 230、除了医生的治疗外，还能促进病患康复的关键因素是与病患进行良好的（情感交流）。
- 231、（睡眠障碍）是指睡眠量不正常以及睡眠中出现异常行为的表现。
- 232、老年人患严重流感后，床应单独安置在整个房间的一角儿，床间距离应大于（ 1.5 米 ）。
- 233、血糖是指血液中的（葡萄糖），是人体能量的重要来源。
- 234、老年人压力性尿失禁的主要原因，受年龄、慢性病、妇科因素和（肥胖）的影响。
- 235、（苦瓜）、南瓜、洋葱对糖尿病患者的多饮、多食、多尿症状有明显改善作用。
- 236、老年人烫伤后，1 度烫伤的症状为（皮肤灼红，痛觉过敏，干燥无水疱）。
- 237、长期卧床、长时间坐轮椅的老年人至少每（2 小时）变换一次体位。
- 238、对老年人使用的物品消毒时，不耐腐蚀的金属表面可采用（75%乙醇溶液）擦拭。

- 239、(维生素 A) 具有抗氧化、增强免疫力、保护视力的作用，能预防夜盲症。
- 240、(低蛋白饮食) 适用于肝肾功能不全的老年人。
- 241、(√) 管罐膳食主要用于无法经口进食的病患食用，常用的有鼻饲法进食。
- 242、(√) 家政服务员认真倾听病患倾诉，能使病患自由地倾诉内心的烦恼和痛苦，有助于缓解病患的焦虑情绪。
- 243、(×) 喝止咳糖浆时，如果同时服用多种药物，应先服用止咳糖浆。
- 244、(√) 寒冷环境下末梢血管收缩，血压略升高；高温环境下，血压略下降。
- 245、(√) 流质饮食只能作为过渡期的膳食短期食用。
- 246、(√) 为病患制作合理膳食，每天选择食物的品种越多越好。
- 247、(√) 家政服务员应该让病患多听听音乐，音乐的选择应当以舒缓、抒情、快乐的作品为主，每次听音乐的时间不宜太长，音量不要超过 70 分贝。
- 248、(×) 老年人的脉搏和心跳不一定是一致的。
- 249、(×) 正常人的心跳和脉搏是不一致的。
- 250、(×) 通常人们测的右侧血压与左侧血压不一样，最高相差 20 毫米汞柱，最低相差不到 10 毫米汞柱。
- 251、(×) 老年人适当的增加钠盐的摄入有助于降低血压，减少体内水钠滞留。
- 252、(×) 家政服务员工作时要穿袜子，穿软底鞋、平跟鞋、坡跟鞋、高跟鞋都可。
- 253、(√) 家政服务员根据病患的身体情况适当安排室外运动，对患者有益。
- 254、(×) 脑卒中病患宜吃含盐高的菜品或腌制品，不宜吃辛辣调味品。
- 255、(√) 老年人在测量体温前避免喝冷饮或热饮、剧烈运动、情绪激动或洗澡，安静休息 30 分钟以上，取坐位或卧位。
- 256、(×) 推轮椅下坡时应正常行走，并减慢速度，防止摔伤。
- 257、(√) 1、老年人的早、中、晚餐的热量摄入量一般分别是：30%、40%、30%。
- 258、(√) 长期的依赖心理，会导致老年人情绪不稳，感觉退化。
- 259、(√) 南瓜、苦瓜、洋葱、黄鳝等，对病患多饮、多食、多尿症状有明显改善作用，适宜多吃。
- 260、(×) 正确把握火候，需要清汤就用旺火，需要浓汤就用小火。
- 261、(×) 喝止咳糖浆后需立即饮水，以减轻糖分对黏膜的刺激。
- 262、(√) 对弛缓性瘫痪病人，按摩手法宜重，以刺激神经活动过程的兴奋性。
- 263、(×) 只有用大火长时间炖，才能使浸出物溶解的更多，使汤既清澈又浓醇。
- 264、(√) 将鸡肉用开水氽烫一下，可以去除鸡肉的腥味。
- 265、(√) 由于老年期中枢神经系统的生理变化以及体内稳态的调节能力下降，老年人的情绪一旦被激发，恢复平静需要较长的时间。
- 266、(√) 鱼类是优质蛋白、脂类、脂溶性、维生素 B 族维生素和无机盐的良好来源。
- 267、(×) 制汤时宜先放盐，可以保持汤的风味。
- 268、(√) 制汤时忌放入过多味精、香油、胡椒、姜、葱、蒜等调味品，以免影响汤汁的原有风味。
- 269、(×) “煮”会使各种营养素溶到汤里，煮菜时要在沸水前将蔬菜下锅。
- 270、(√) 高热量饮食适合热量消耗较大、需要补充营养的患者，如体重过轻、甲状腺功能症。
- 271、(×) 消毒后的餐具一定要用抹布擦拭一下。
- 272、(√) 制作病患膳食时，盐和糖的用量要适宜，如果病患在进食时因食物味道太淡而影响食欲，烹调时可用醋、姜、蒜等来调节食物的味道。
- 273、(×) 一般病患每日摄入的盐应在 10 克以内，以减少高血压、心脏病的发生。
- 274、(√) 对于高热量饮食需求患者，每日三餐中间可加餐两次。
- 275、(×) 病患的牙刷应每 6 个月换一次，保证刷毛的软硬度、长度合适。
- 276、(√) 对痉挛性瘫痪病人，按摩手法要轻，以降低中枢神经系统的兴奋性。
- 277、(×) 干冷、干热敷要比湿冷、湿热敷效果更好。
- 278、(√) 高蛋白饮食适合对象包括患有贫血、恶性肿瘤、大手术后的患者等。
- 279、(×) 为病患更换床单、被套有增加与病患语言交流的作用。

- 280、(√) 有恶性肿瘤时不能热敷，因为热会加速细胞活动、分解，以及生长，从而加重病情。
- 281、(√) 家政服务员应掌握正确的冷热敷方法，湿冷、湿热敷要比干冷、干热敷效果好。
- 282、(√) 预防病患压疮，做到勤翻身、勤擦洗，勤按摩很关键。
- 283、(×) 严重的心、肺、肾功能不全并伴有静脉回流受阻引起水肿的病患可以热敷。
- 284、(×) 对病患进行湿热敷时，水温应比干热敷高。
- 285、(√) 冷热敷的效果与面积大小有关系，冷热敷的面积大，机体反应就强，反之则弱。
- 286、(√) 有伤口、疮面或结痂的，在热敷时应严格按无菌技术进行操作。
- 287、(√) 新鲜尿液有氨臭味，多见于膀胱发炎的病患。
- 288、(×) 大动脉搏动消失，是指用手指触摸不到病患的颈动脉或手腕脉搏动。
- 289、(√) 鼻饲的药物应研碎，待溶解后再灌注，若要同时灌注多种药液，应注意禁忌。
- 290、(√) 营养不良是发生压疮的内在因素。
- 291、(√) 小儿、呕吐病患的药要浓煎，少量多次服用。
- 292、(×) 救护车运送病患时不需要使用者承担一定的费用。
- 293、(√) 家政服务员和病患建立良好的关系，赢得病患的信赖，能使他们主动配合治疗和护理。
- 294、(×) 煮排骨时应加一点料酒，使钙溶于汤中，这有利于钙被人体吸收。
- 295、(×) 制汤的要诀是：小火烧沸，旺火慢煨。
- 296、(√) 通常情况下，新生儿的呼吸频率高于成人，约为 44 次/分钟，随着年龄的增长而减少。
- 297、(√) 制汤时“出水”的过程，不仅可以除去血水，而且可以除去一部分脂肪，避免过于肥腻。
- 298、(×) 对病患进行湿冷敷时，水温应比干冷敷低。
- 299、(×) 炒菜时可以早放盐，菜容易熟，维生素和无机盐也不会过早溶出。
- 300、(√) 鼻导管喂食每次灌注前必须先检查胃管是否在胃内，并用少量的温开水冲洗。