**“社区卫生服务团队实操考核”相关知识考试题答案**

 **姓名 分数**

1. 填空：
2. 测量血压时**肘部**、**血压计“0”点**与**心脏**在同一水平。

2、正常双上肢血压差别达**5-10**mmHg，若超过此范围则属异常，见于**多发性大动脉炎**或**先天性动脉畸形**、**主动脉夹层**等。

3、脉压增大（大于60 mmHg）见于**甲亢**、**主动脉瓣关闭不全**、**动脉硬化**等。脉压减小（小于30 mmHg）见于**主动脉瓣狭窄**、**心包积液**、**心衰**等。

4、中国2型糖尿病控制目标：空腹血糖**3.9-7.2** mmol/L，非空腹**≤10.0** mmol/L，HbA1c<**7.0%**，血压**<130/80** mmHg。

5、血压测量完毕，读出血压值时，注意尾数应是0、**2、4、6、8**┅┅

6、电除颤时首次电击能量**200 J**，第二次**200 ~ 300 J**，第三次**360 J**。

7、足背动脉位于**拇长伸肌腱与二趾长伸腱之间（位于足背中部大脚趾和第二脚趾之间）**

8、简易呼吸器连接氧气时，氧流量为**8～10** L/ min；

9、胸外按压定位：**双乳头连线中点**；手法：**手指交叉、不贴胸、垂直向下**；

10、正常下肢血压高于上肢血压**20-40**mmHg。

二、低血糖症状有哪些？

**出汗、饥饿、颤抖、心悸、无力、感觉异常、流涎、面色苍白、心率加快、四肢冰冷、收缩压轻度升高。**

三、详细介绍做心电图时肢导的**颜色**和胸导的**位置**。

肢导：

  **红色：右手 黄色：左手 黑色：右足 绿色：左足**

胸导：

  **V1 红色胸骨右缘第四肋间**

 **V2 黄色胸骨左缘第四肋间**

 **V3 绿色 V2与V4连线的中点**

 **V4 棕色 左锁骨中线与第五肋间的交点**

 **V5 黑色 与胸4同高并与腋前线的交点**

 **V6 紫色 与胸4同高并与腋中线的交点**

四、高血压患者非药物治疗有哪些？

**①低盐：每日总的盐摄入量小于6g，（1平啤酒盖）**

**②补充钾盐：多食新鲜水果蔬菜。**

**③低脂饮食：非油炸，少吃或不吃肥肉和内脏。（每日油脂﹤25g，胆固醇﹤300mg）**

**④适量运动：运动类型为有氧运动，如快步走；运动频率最好每天1次，每周应3-5次以上；持续时间每次至少30分钟，一般不超过60分钟；运动强度以微微出汗，走路时能够与人对话为宜。运动时心率应控制在（170-年龄）次/分钟以内。**

**⑤减重：每周减重0.5-1kg，目标﹤24kg/M2，腰围男性﹤90cm，女性﹤85cm。**

**⑥戒烟限酒：不提倡饮酒，如饮酒，白酒﹤50ml/日；葡萄酒﹤100ml/日；啤酒﹤300ml/日（乙醇男性﹤25g/日，女性﹤15g/日）。**

**⑦减轻精神压力，保持心态平衡。**

**⑧必要时补充叶酸。**