

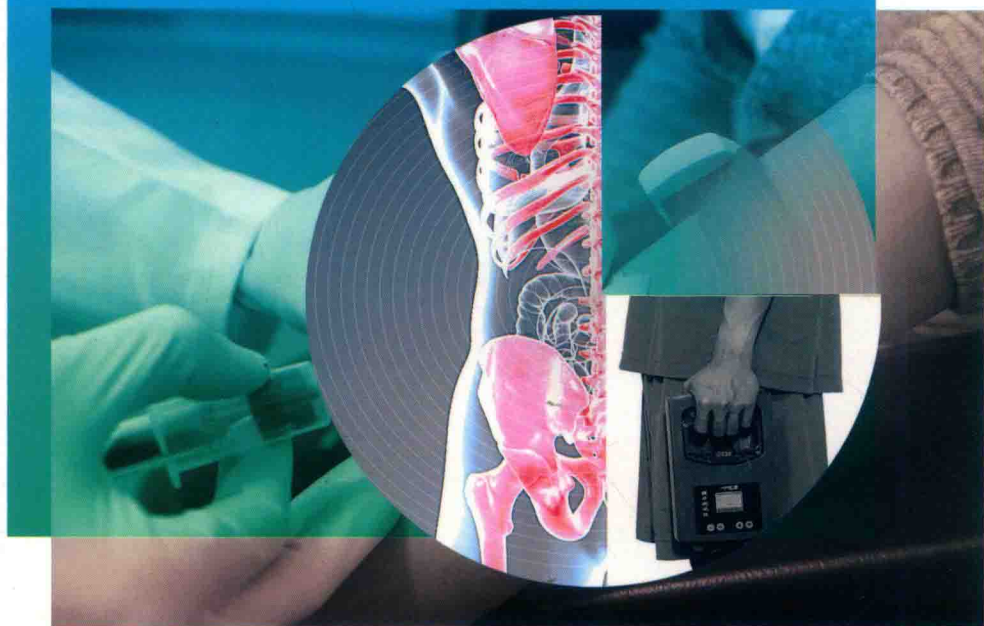


主编／王大安

戒毒人员 体质测试

JIEDU RENYUAN TIZHI CESH 指导手册

ZHIDAO SHOUCE



海南省司法行政戒毒系统运动康复工作指导用书

长江出版传媒
Changjiang Publishing & Media

湖北科学技术出版社
HUBEI SCIENCE & TECHNOLOGY PRESS

海南省司法行政戒毒系统运动康复工作指导用书

主编 / 王大安

戒毒人员
体质测试
JIEDU RENYUAN TIZHI CESH
指 导 手 册

ZHIDAO SHOUCE



长江出版传媒
Changjiang Publishing & Media



湖北科学技术出版社
HUBEI SCIENCE & TECHNOLOGY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

戒毒人员体质测试指导手册 / 王大安主编. — 武汉: 湖北科学技术出版社, 2018.10

ISBN 978-7-5706-0455-5

I. ①戒… II. ①王… III. ①戒毒—体质—测试—手册
IV. ①R163-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 197425 号

戒毒人员体质测试指导手册

JIEDU RENYUAN TIZHI CESHI ZHIDAO SHOUCHE

责任编辑: 韩小婷

封面设计: 喻 杨

出版发行: 湖北科学技术出版社

电话: 027-87679468

地 址: 武汉市雄楚大街 268 号

邮编: 430070

(湖北出版文化城 B 座 13-14 层)

网 址: <http://www.hbstp.com.cn>

印 刷: 武汉立信邦和彩色印刷有限公司

邮编: 430000

889×1230 1/32

7.375 印张

180 千字

2018 年 11 月第 1 版

2018 年 11 月第 1 次印刷

定价: 35.00 元

本书如有印装质量问题 可找本社市场部更换

本书编委会

主 编：孙有德(海南省戒毒管理局党委委员、副局长)

副主编：李卫平(海南省三亚强制隔离戒毒所党委书记、
所长)

委 员：胡 敏(海南省戒毒管理局戒毒康复指导处负责人)

高 真(海南省三亚强制隔离戒毒所党委委员、
副所长)

谢雄帅(海南省三亚强制隔离戒毒所戒毒科科长)

单志强(海南省三亚强制隔离戒毒所戒毒科科员、
团委副书记)

王大安(海南热带海洋学院)

前 言

毒品是人类社会的一大公害,当前全球毒品问题持续泛滥,制毒、贩毒、滥用毒品问题严重,治理毒品问题已成为一个世界性难题之一。吸毒不仅严重摧残人的身心,影响国民素质,还给社会带来了极大的危害,诱发犯罪,影响社会稳定,消耗巨额的社会财富。自2008年《中华人民共和国禁毒法》颁布实施以来,司法机关便开始履行司法行政戒毒工作职能任务,主要包括强制隔离戒毒、戒毒康复、支持和指导社区戒毒(康复)工作。其中如何有效地对戒毒人员的体质进行评估分析,并制订相应的运动康复处方,帮助其提高体质,顺利回归家庭、融入社会,成为当前戒毒康复工作关注的热点之一。

海南省司法行政戒毒系统从戒毒工作的实际出发,以司法部党组提出的“治本安全观”为核心,组织相关专家编写《戒毒人员体质测试指导手册》,丰富了海南戒毒模式,致力于帮助戒毒人员增强体质,从生理和心理上摆脱毒瘾,健康地回归社会。该书内容丰富、全面,较为系统地介绍戒毒人员体质测试知识。内容分为上、下两篇,其中上篇戒毒人员体质测试方法,系统地介绍了戒毒人员体质测试指标和分类、身体形态测试与评估方法,身体成分测试与评估方法、身体机能测试与评估方法、身体素质测试与评估方法,以及戒毒人员突发运动伤病现场处理,具有很强的实践操作指导意义。下篇戒毒人员健康管理,详细地介绍了智慧戒毒管理系统(intelligent detoxification management system, IDMS)与戒毒人员健康信息管理。

智慧戒毒管理系统是依据当前戒毒工作需要,率先在国内研发的。该系统把大数据分析、数据挖掘、数据匹配等先进技术运用于戒毒康复领域,构建戒毒人员体质健康数据分析和模型平台,从而极大地提高了戒毒人员体质数据测试分析与运动康复处方构建的效率,为参与体质测试的戒毒人员,提供整套的数据分析和运动康复处方匹配方案。

该书汲取了国内外近年来戒毒人员体质测试的研究成果,以及作者多年的实践经验、教学、科研,并结合我国当前戒毒实际工作情况编写而成。一方面,该书通俗易懂,图文并茂,可读性强,充分体现出专业知识的指导性与可操作性。它既可以作为岗位业务培训的教材,又可以成为从事戒毒工作的人民警察自学的范本。另一方面,该书也可以满足社会各界尤其是相关专业院校的学生获得戒毒人员体质测试工作知识的需求,掌握科学的戒毒人员体质测试方法。

该书的撰写与出版受到海南省自然科学基金项目(项目编号:817158)的资助,海南省三亚强制隔离戒毒所是该项目的合作单位,在本书撰写、出版以及 IDMS 智慧戒毒管理系统研发过程中该所给予了大力支持。

编者

2018 年 6 月

目 录

上篇 戒毒人员体质测试方法

绪论	
一、毒品对人体的危害	3
(一)对中枢神经系统的影响	3
(二)对呼吸系统的影响	4
(三)对循环系统的影响	5
(四)对消化系统的影响	5
(五)对生殖系统的影响	5
(六)传染疾病	6
(七)对心理的影响	7
二、毒品对家庭和社会的危害	7
三、戒毒人员体质测试	8
第一章 戒毒人员身体形态和成分测试	
一、身高和体重	12
(一)测试方法	13
(二)测试常见错误	16
(三)测试注意事项	18
(四)测试仪器常见故障和处理方法	19

(五)评分标准	20
二、BMI 指数	46
(一)BMI 指数的计算	46
(二)BMI 指数的评定标准	46
三、身体成分	47
(一)身体成分主要组成	47
(二)身体成分分析	49
第二章 戒毒人员身体机能测试	
一、肺活量	52
(一)测试方法	52
(二)测试常见错误	54
(三)测试注意事项	54
(四)测试仪器常见故障和处理方法	56
(五)评分标准	56
二、台阶试验	57
(一)受试者筛查	58
(二)测试方法	59
(三)测试常见错误	62
(四)测试注意事项	63
(五)测试仪器常见故障和处理方法	64
(六)评分标准	64
三、安静脉搏(心率)	65
(一)测试方法	66
(二)测试注意事项	66
四、血压	67

(一)测试方法	67
(二)测试常见错误	68
(三)测试注意事项	69
(四)参考标准	70

第三章 戒毒人员身体素质测试

一、握力	72
(一)测试方法	73
(二)测试常见错误	74
(三)测试注意事项	75
(四)测试仪器常见故障和处理方法	76
(五)评分标准	76
二、俯卧撑(男)	78
(一)测试方法	78
(二)测试常见错误	80
(三)测试注意事项	81
(四)测试仪器常见故障和处理方法	81
(五)评分标准	82
三、1分钟仰卧起坐(女)	82
(一)测试方法	83
(二)测试常见错误	85
(三)测试注意事项	86
(四)测试仪器常见故障和处理方法	87
(五)评分标准	88
四、纵跳	88
(一)测试方法	88

(二)测试常见错误	90
(三)测试注意事项	91
(四)测试仪器常见故障和处理方法	92
(五)评分标准	92
五、坐位体前屈	93
(一)测试方法	93
(二)测试常见错误	95
(三)测试注意事项	96
(四)测试仪器常见故障和处理方法	97
(五)评分标准	97
六、选择反应时	99
(一)测试方法	99
(二)测试常见错误	101
(三)测试注意事项	101
(四)测试仪器常见故障和处理方法	102
(五)评分标准	103
七、闭眼单脚站立	104
(一)测试方法	104
(二)测试常见错误	106
(三)测试注意事项	107
(四)测试仪器常见故障和处理方法	108
(五)评分标准	108
第四章 常见运动伤病与现场急救	
一、踝关节韧带损伤	113
(一)踝关节韧带损伤的发生机制及征象	113

(二)踝关节韧带损伤的处理	115
(三)踝关节韧带损伤的预防	116
二、运动性肌肉痉挛	116
(一)运动性肌肉痉挛的发生机制及征象	116
(二)运动性肌肉痉挛的处理	117
(三)运动性肌肉痉挛的预防	117
三、运动性腹痛	118
(一)运动性腹痛的发生机制及征象	118
(二)运动性腹痛的处理	119
(三)运动性腹痛的预防	119
四、运动性晕厥	120
(一)运动性晕厥的发生机制及征象	120
(二)运动性晕厥的处理	122
(三)运动性晕厥的预防	123
五、运动性贫血	124
(一)运动性贫血的发生机制及征象	124
(二)运动性贫血的处理	125
(三)运动性贫血的预防	126
六、运动性心律失常	126
(一)运动性心律失常的发生机制及征象	127
(二)运动性心律失常的处理	128
(三)运动性心律失常的预防	128
七、过度紧张	129
(一)过度紧张的发生机制及征象	129
(二)过度紧张的处理	129

(三)过度紧张的预防	130
八、运动性高血压	130
(一)运动性高血压的发生机制及征象	130
(二)运动性高血压的诊断标准	131
(三)运动性高血压的预防	131
九、心肺复苏	132
(一)急救现场检查与求救	133
(二)建立有效的人工循环	133
(三)保持呼吸顺畅	134
(四)口对口人工呼吸	134
(五)复苏效果的判断	135
(六)心肺复苏有效的体征和终止抢救的指征	135
(七)注意事项	136
十、休克及其现场急救	136
(一)休克的常见原因和机制	137
(二)休克的诊断	137
(三)休克的症状	138
(四)休克的现场处理	139

下篇 戒毒人员健康管理

第五章 智慧戒毒管理系统(IDMS)	
一、系统功能概述	143
(一)系统功能模块划分	143
(二)系统版本信息	144

(三)系统运行要求	144
二、系统页面介绍	144
(一)登录	144
(二)主界面	145
三、系统功能模块操作指南	147
(一)首页	147
(二)人员信息管理	147
(三)体质测试项目管理	156
(四)运动康复管理	161
(五)风险监控管理	182
(六)视频管理	186
(七)系统管理	187
第六章 戒毒人员健康信息管理	
一、戒毒人员个人档案管理	194
(一)戒毒人员的基本信息登记	194
(二)基本事件流程	196
(三)文档表格(功能实现)	197
二、戒毒人员体检信息管理	198
(一)基本信息	199
(二)药物滥用史	199
(三)医院体检	199
(四)基本事件流程	202
(五)文档表格(功能实现)	202
三、戒毒人员心理健康评估	205
(一)心理评估量表	205

(二)心理咨询与评估	210
(三)基本事件流程	213
(四)文档表格(功能实现)	213
四、戒毒人员药物滥用调查	213
(一)戒毒人员基本信息	214
(二)药物滥用背景调查	214
(三)基本事件流程	216
(四)文档表格(功能实现)	216
主要参考文献	219

上 篇

戒 毒 人 员 体 质 测 试 方 法



绪 论

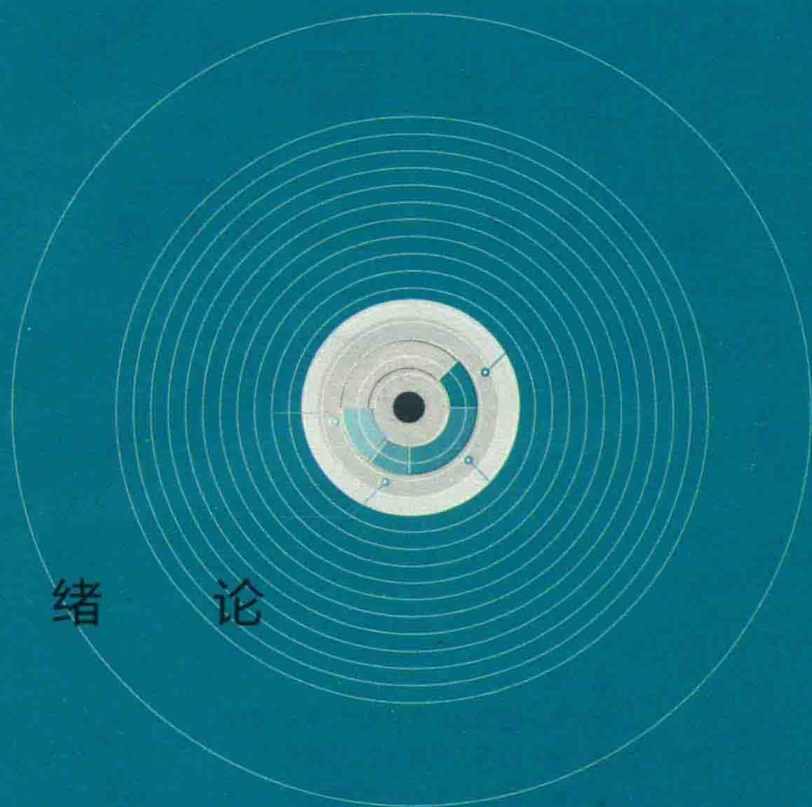
第一章 戒毒人员身体形态和成分测试

第二章 戒毒人员身体机能测试

第三章 戒毒人员身体素质测试

第四章 常见运动伤病与现场急救

上篇 戒毒人员体质测试方法



绪论

毒品是指鸦片、海洛因、甲基苯丙胺(冰毒)、吗啡、大麻、可卡因,以及国家规定管制的其他能够使人形成瘾癖的麻醉药品和精神药品。毒品是人类社会的一大公害,当前全球毒品问题已经成为一个世界性难题。据联合国毒品和犯罪问题办公室统计,全球有 170 多个国家和地区涉及毒品贩运问题,130 多个国家和地区存在毒品消费问题,2.5 亿人沾染毒品。在毒品问题全球化背景下,世界范围毒品泛滥对中国构成重大威胁和严重影响。据《2016 年中国毒品形势报告》,截至 2016 年年底,我国现有吸毒人员 250.5 万名(不含戒断 3 年未发现复吸人数、死亡人数和离境人数),同比增长 6.8%。吸食毒品不仅仅会损害人的身心健康,还会危害到家庭和社会,消耗巨大的社会财富。

一、毒品对人体的危害

(一)对中枢神经系统的影响

传统毒品主要包括鸦片、海洛因等阿片类毒品;新型毒品种类多,主要指冰毒、摇头丸等人工化学合成的致幻剂、兴奋剂类毒品。