|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 健康管理师 | | |
| 章 | 节 | 知识点 |
| 第一章 健康管理概论 | 第一节 概述 | 一、健康管理的概念 |
| 二、健康管理的目标与特点 |
| 三、健康管理的理论与实践溯源 |
| 四、健康管理的科学基础 |
| 五、健康管理的基本步骤 |
| 六、健康管理的服务流程. |
| 七、提供健康管理服务的机构 |
| 第二节 健康管理的基本策略 | 一、生活方式管理 |
| 二、需求管理 |
| 三、疾病管理 |
| 四、灾难性伤病管理 |
| 五、残疾管理 |
| 六、综合的人群健康管理 |
| 第三节 健康管理的发展趋势 | 一、健康管理的国际发展趋势 |
| 二.健康管理在中国的需求现状 |
| 三、健康管理与健康中国建设 |
| 四、健康管理的学科发展 |
| 第四节 基本卫生保健 | 一、基本卫生保健的概念 |
| 二、基本卫生 保健的原则 |
| 三、基本卫生保健的内容 |
| 四、基本卫生保健的特点 |
| 五、基本卫生保健的意义 |
| 第二章 临床医学基础知识 | 第一节 概述 | 一、临床医学的学科分类和主要特征 |
| 二、临床医学的主要特征 |
| 三、临床医学的发展趋势 |
| 四、循证医学 |
| 第二节 现代医学主要诊断方法和技术 | 一、问诊和病史采集 |
| 二、体格检查 |
| 三、实验诊断 |
| 四、医学影像检查 |
| 五、其他临床辅助检查 |
| 第三节 现在医学主要治疗方法 | 一、药物治疗 |
| 二、 手术治疗 |
| 三、介入治疗 |
| 四、放射治疗. |
| 五、物理疗法 |
| 第四节 临床医学在健康管理中的应用 | 一、 健康管理与临床医学的相互关系 |
| 二、健康管理与临床医学的主要区别 |
| 三、临床医学 在健康管理中的实际应用 |
| 第三章 预防医学基础知识 | 第一节 预防医学概述 | 一、预防医学的概念 |
| 二、预防医学的学科体系 |
| 三、健康影响因素 |
| 四、三级预防策略 |
| 第二节 临床预防服务 | 一、 临床预防服务概念及内容 |
| 二、个体健康危险因素评价与健康维护计划 |
| 第三节 社区公共卫生服务 | 一、社区的概念 |
| 二、社区公共卫生及其实施的原则 |
| 三、国家基本公共卫生服务 |
| 四、职业病的管理 |
| 第四章 常见慢性病 | 第一节 概述 | 一、我国慢性病流行现状 |
| 二、慢性病主要危险因素 |
| 三、慢性病主要社会危害 |
| 第二节 恶性肿瘤 | 一、 恶性肿瘤流行状况 |
| 二、恶性肿瘤的危险因素 |
| 三、恶性肿瘤 的筛查和早期诊断 |
| 第三节 高血压 | 一、 高血压病的流行病学 |
| 二.高血压的诊断 |
| 三、高血压发病的危险因素 |
| 第四节 2型糖尿病 | 一、 糖尿病的诊断 |
| 二、2型糖尿病的流行病学 |
| 三、2型糖尿病的危险因素 |
| 第五节 冠状动脉粥样硬化性心脏病 | 一、冠心病的分型、临床表现和诊断方法 |
| 二、冠心病流行病学 |
| 三、冠心病危险因素 |
| 第六节 脑卒中 | 一、脑卒中的临床表现和诊断 |
| 二、脑卒中流行病学 |
| 三、脑卒中的危险因素 |
| 第七节 慢性阻塞性肺疾病 | 一、COPD 的临床表现和诊断 |
| 二、COPD的危险因素 |
| 第八节 其他常见慢性病 | 一、超重或肥胖 |
| 二、骨质疏松症 |
| 三、口腔健康 |
| 第五章 流行病学和医学统计学基本知识 | 第一节 流行病学的基本知识 | 一、基本概念 |
| 二、 常用指标 |
| 三、常用的研究方法 |
| 第二节 医学统计学的基本知识 | 一、基本概念 |
| 二、统计描述 |
| 三、统计表和统计图 |
| 四、统计推断 |
| 第六章 健康教育学 | 第一节 健康教育与健康促进概述 | 一、健康教育、健康促进的含义与联系 |
| 二、健康教育在建康管理中的应用 |
| 第二节 健康相关行为改变的理论 | 一、“知信行”模式 |
| 二、健康信念模式 |
| 三、自我效能理论 |
| 四、行为改变的阶段理论 |
| 第三节 健康传播 | 一、传播的基本概念与模式 |
| 二、人际传播 |
| 三、大众传播 |
| 四、传播材料制作 |
| 五、常用人际传播形式与传播媒介 |
| 第四节 健康教育计划的设计、实施与评价 | 一、计划设计步骤 |
| 二、计划的实施 |
| 三、计划的评价 |
| 第七章 营养与食品安全 | 第一节 营养学基础 | 一、营养素 |
| 二、能量和宏量营养素 |
| 三、微量营养素 |
| 四、膳食纤维 |
| 第二节 平衡膳食 | 一、食物的分类 |
| 二、膳食指南和平衡膳食宝塔 |
| 三、特殊人群膳食指南 |
| 第三节 保健食品 | 一、我国保健食品的发展历史 |
| 二、我国保健食品的分类 |
| 三、特殊医学用途配方食品 |
| 四、如何看待和选择营养和保健食品 |
| 五、如何鉴别保健食品 |
| 第四节 食品安全 | 一、食源性疾病 |
| 二、食物中毒 |
| 第八章 身体活动基本知识 | 第一节 身体活动及其健康益处 | 一、概述 |
| 二、身体活动的概念和分类 |
| 三、身体活动的强度及其衡量 |
| 四、身体活动量的衡量 |
| 五、身体活动的生理反应、运动后恢复 |
| 六、身体活动的健康益处 |
| 七、身体活动伤害的预防 |
| 第二节 现有身体活动指南要点 | 一、儿童、青少年身体活动指南 |
| 二、18-64岁成人身体活动指南 |
| 三、65岁以上成人身体活动指南 |
| 第三节 慢性病与身体活动 | 一、运动处方的基本概念 |
| 二、运动处方的制定步骤和方法 |
| 三、健康成人运动处方基本内容 |
| 四、单纯性肥胖的运动处方要点 |
| 五、2型糖尿病的运动处方要点 |
| 六、原发性高血 |
| 第九章 心理健康 | 第一节 心理健康与心理卫生 | 一、心理学基础 |
| 二、心理健康概述 |
| 三、心理卫生概述 |
| 第二节 心理健康与心理发展 | 一、个体心理健康与发展 |
| 二、群体心理健康与心理卫生 |
| 第三节 常见心理行为问题 | 一、一般心理问题概述 |
| 二、严重心理问题概述 |
| 三、不良行为概述 |
| 第四节 常见心理障碍 | 一、心理障碍的概念与类型 |
| 二、心理障碍的评估方法 |
| 第五节 心理健康的维护与促进 | 一、心理健康的维护与促进 |
| 二、特定人群心理健康的维护 |
| 第十章 中医养生学基础知识 | 第一节 概述 | 一、基本概念 |
| 二、基础理论 |
| 第二节 常用养成保健方法 | 常用养成保健方法 |
| 第十一章 康复医学基础知识 | 第一节 现代康复医学的兴起与发展 | 一、国外康复医学的发展 |
| 二、国内康复医学的发展 |
| 三、我国康复服务体系及康复机构建设情况 |
| 第二节 康复医学基本概念 | 一、康复与康复医学 |
| 二、国际功能残疾和健康分类 |
| 三、残疾与残疾学 |
| 第三节 康复医学的基本内容 | 一、康复预防 |
| 二、康复评定 |
| 三、康复治疗 |
| 第四节 康复治疗技术 | 一、 维持或扩大关节活动范围的康复治疗 |
| 二、增强肌力和肌肉耐力的康复治疗 |
| 三、恢复平衡能力的康复治疗 |
| 四、改善协调功能的康复治疗 |
| 五、矫正步态的康复治疗 |
| 六、增强心肺功能的康复治疗 |
| 七，促进运动功能恢复的神经生理学疗法 |
| 八、改善日常生活活动(activities of dily lving, ADL)功能的康复治疗 |
| 第十二章 健康信息学 | 第一节 信息学概述 | .一、信息 |
| 二、数据 |
| 第二节 健康信息收集、分析与利用 | 一、健康信息的来源 |
| 二、信息收集方法 |
| 三、数据库的建立 |
| 四、信息更新与整理 |
| 五、信息的利用 |
| 第三节 居民健康档案概述 | 一、建立居民健康档案的意义 |
| 二、建立健康档案的基本要求 |
| 三、健康档案的分类 |
| 四、健康档案管理的基本原则 |
| 第四节 健康大数据和互联网移动医疗 | 一、健康大数据 |
| 二、互联网移动医疗 |
| 三、健康云与物联网技术 |
| 四、健康大数据和互联网移动医疗的发展发展前景 |
| 第十三章 医学伦理与职业道德 | 第一节 医学伦理与健康管理伦理的定义和基本原则 | 一、医学伦理与健康管理伦理的定义 |
| 二、医学伦理与健康管理伦理的基本原则 |
| 第二节 健康管理伦理规范及权利、义务 | 一、健康管理伦理关系及规范 |
| 二、健康管理中的相关权益、义务 |
| 第三节 健康管理师职业道德 | 一、职业道德基础知识 |
| 二、健康管理基本职业守则 |
| 第十四章 健康保险与健康管理 | 第一节 健康保险概述 | 一、健康保险的原理 |
| 二、健康保险的定义和分类 |
| 三、健康保险的风险 |
| 四、健康保险的需求和供给 |
| 第二节 健康管理在健康保险中的应用 | 一、健康保险行业中健康管理的定义. |
| 二、健康保险行业中健康管理的分类 |
| 三、健康管理在健康保险中的作用 |
| 四、健康保险对健康管理的意义 |
| 五、健康保险与健康管理的结合模式 |
| 六、健康保险相关健康管理基本实践技能 |
| 七、发展前景 |
| 第十五章 健康管理服务营销 | 第一节 健康管理服务概述 | 一、健康管理服务概念 |
| 二、健康管理服务特性 |
| 三、健康管理的行业本质 |
| 第二节 健康管理服务消费行为分析 | 一、 健康管理需求特征 |
| 二、健康管理消费行为特征 |
| 三、消费者的购买决策过程 |
| 第三节 健康管理服务营销 | 一、 健康管理服务营销过程 |
| 二、健康管理服务营销组合 |
| 第四节 健康管理相关产品 | 一、健康维护产品 |
| 二、健康服务 |
| 三、健康管理仪器设备 |
| 第五节 健康管理服务案例 | 一、概况 |
| 二、企业健康管 理服务流程 |
| 三、企业员工智能健康监测与评估 |
| 四、企业员工全方位智能健康干预 |
| 五、健康保险+健康管理的付费模式探索 |
| 第十六章 健康管理相关法律、法规知识 | 第一节 《中华人民共和国劳动合同法》相关知识 | 一、《中华人民共和国劳动合同法》的立法宗旨 |
| 二、《中华人民共和国劳动合同法》的适用范围 |
| 三、劳动合同的订立 |
| 四、劳动合同的履行和变更 |
| 五、劳动合同的解除和终止 |
| 六、劳动合同的监督和检查 |
| 第二节 《中华人民共和国消费者权益保护法》相关知识 | 一、《中华人民共和国消费者权益保护法》的立法宗旨 |
| 二、《中华人民共和国消费者权益保护法》的适用范围 |
| 三、消费者的权利 |
| 四、经营者的义务 |
| 五、争议的解决 |
| 第三节 《中华人民共和国执业医师法》相关知识 | 一、《中华人民共和国执业医师法)的立法宗旨 |
| 二、《中华人民共和国执业医师法》的适用范围 |
| 三、医师的考试和注册 |
| 四、医师的执业规则. |
| 五、医师的考核和培训 |
| 第四节 《中华人民共和国食品安全法》相关知识 | 一、《中华人民共和国食品安全法》的立法宗旨 |
| 二、《中华人民共和国食品安全法》的适用范围 |
| 三、食品安全风险监测和评估 |
| 四、食品安全标准 |
| 五、食品生产经营 |
| 六、食品检验 |
| 七、食品进出口 |
| 八、食品安全事故处置 |
| 九、监督管理 |
| 十、《中华人民共和国食品安全法》(2015年修订版)主要修订内容 |
| 第五节 《中华人民共和国中医药法》相关知识 | 一、《中华人民共和国中医药法》的立法宗旨 |
| 二、《中华人民共和国中医药法》的立法亮点 |

**健康管理师三级专业技能大纲**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 章 | 节 | 知识点 |
| 第一章 健康监测 | 第一节 信息采集 | 学习单元1健康调查 表选用及健康信息收集 |
| 学习单元2体格测量 |
| 学习单元3不合逻辑健康信息记录的识别 |
| 第二节 信息管理 | 学习单元1信息录人清理和传递 |
| 学习单元2健康信息的保存 |
| 第二章 健康风险评估和分析 | 学习单元1健康风险识别 | |
| 学习单元2健康风险分析 | |
| 第三章 健康指导 | 学习单元1健康教育 | |
| 学习单元2跟踪随访 | |
| 第四章 健康危险因素干预 | 第一节 干预方案的实施 | 学习单元1高血压的干预 |
| 学习单元2糖尿病的干预 |
| 学习单元3肥胖的干预 |
| 学习单元4烟草使用的干预 |
| 第二节 干预效果监测 | 学习单元1常用干预效 果指标简介及测量 |
| 学习单元2核查干预措施执行情况 |
| 实习 健康管理案例 高血压健康管理 | 第一节 信息采集与健康监测 | 学习单元1信息采集 |
| 学习单元2患者及高危人群的监测 |
| 第二节 建立健康档案 | |
| 第三节 健康评估 | |
| 第四节 生活方式干预 | |
| 第五节 高血压患者的分类管理 | |