

# 健康管理师国家职业标准

## 1. 职业概况

### 1.1 职业名称

健康管理师。

### 1.2 职业定义

从事个体或群体健康的监测、分析、评估以及健康咨询、指导和健康危险因素干预等工作的专业人员。

### 1.3 职业等级

本职业共设三个等级，分别为：三级健康管理师（国家职业资格三级）、二级健康管理师（国家职业资格二级）、一级健康管理师（国家职业资格一级）。

### 1.4 职业环境

室内，常温。

### 1.5 职业能力特征

具备一定的观察、理解、表达、交流、协调、学习能力，以及信息的获取、使用和管理能力。

### 1.6 基本文化程度

高中毕业（或同等学历）。

### 1.7 培训要求

#### 1.7.1 培训期限

全日制职业学校教育，根据其培养目标和教学计划确定。晋级培训期限：三级健康管理师不少于 180 标准学时；二级健康管理师不少于 130 标准学时；一级健康管理师不少于 110 标准学时。

#### 1.7.2 培训教师

培训三级健康管理师的教师应具有二级健康管理师及以上职业资格证书或相关专业中级及以上专业技术职务任职资格；培训二级健康管理师的教师应具有一级健康管理师职业资格证书或相关专业副高级及以上专业技术职务任职资格；培训一级健康管理师的教师应具有一级健康管理师职业资格证书 2 年以上或相关专业正高级专业技术职务任职资格。

#### 1.7.3 培训场地设备

具有可容纳 40 人的标准教室；有必要的教学设备、设施；室内光线、通风、卫生条件良好。

### 1.8 鉴定要求

#### 1.8.1 适用对象

从事或准备从事本职业的人员。

### 1.8.2 申报条件

——三级健康管理师（具备以下条件之一者）

(1) 具有医药卫生专业大学专科以上学历证书。

(2) 具有非医药卫生专业大学专科以上学历证书，连续从事本职业或相关职业工作 2 年以上，经三级健康管理师正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。

(3) 具有医药卫生专业中等专科以上学历证书，连续从事本职业或相关职业工作 3 年以上，经三级健康管理师正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。

——二级健康管理师（具备以下条件之一者）

(1) 取得三级健康管理师职业资格证书后，连续从事本职业工作 5 年以上。

(2) 取得三级健康管理师职业资格证书后，连续从事本职业工作 4 年以上，经健康管理师二级正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。

(3) 具有医药卫生专业本科学历证书，取得三级健康管理师职业资格证书后，连续从事本职业工作 4 年以上。

(4) 具有医药卫生专业本科学历证书，取得健康管理师三级职业资格证书后，连续从事本职业工作 3 年以上，经二级健康管理师正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。

(5) 取得医药卫生专业中级及以上专业技术职务任职资格后，经二级健康管理师正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。

(6) 具有医药卫生专业硕士研究生及以上学历证书，连续从事本职业或相关职业工作 2 年以上。

——一级健康管理师（具备以下条件之一者）

(1) 取得二级健康管理师职业资格证书后，连续从事本职业工作 4 年以上。

(2) 取得二级健康管理师职业资格证书后，连续从事本职业工作 3 年以上，经一级健康管理师正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。

(3) 具有医药卫生专业大学本科学历证书，连续从事本职业或相关职业工作 13 年以上。

(4) 取得医药卫生专业副高级及以上专业技术职务任职资格后，经一级健康管理师正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。

(5) 具有医药卫生专业硕士、博士研究生学历证书，连续从事本职业或相关职业工作 10 年以上。

### 1.8.3 鉴定方式

分为理论知识考试和专业能力考核。理论知识考试采用闭卷笔试方式或上机操作方式，专业能力考核采用现场实际操作方式或闭卷笔试方式。理论知识考试和专业能力考核均实行百分制，成绩皆达 60 分及以上者为合格。二级健康管理师和一级健康管理师还须进行综合评审。

### 1.8.4 考评人员与考生配比

理论知识考试考评人员与考生配比为 1:20，每个标准教室不少于 2 名考评人员；专业能力考核考评员与考生配比为 1:20，每个考场不少于 3 名考评员；综合评审委员不少于 5 人。

### 1.8.5 鉴定时间

理论知识考试不少于 90 min；专业能力考核不少于 60 min；综合评审时间不少于

15 min。

### 1.8.6 鉴定场所设备

理论知识考试在标准教室或配备一定数量电脑设备的标准机房进行；专业能力考核在配置多媒体设备、计算机设备的教室和配备必要体检设备的场所进行。综合评审在条件较好的小型会议室进行。

## 2. 基本要求

### 2.1 职业道德

#### 2.1.1 职业道德基本知识

#### 2.1.2 职业守则

(1) 健康管理师不得在性别、年龄、身体状况、职业、民族、国籍、宗教信仰、价值观等方面歧视被服务的个体或群体。

(2) 健康管理师首先应该让被服务的个体或群体了解健康管理工作的性质、特点以及个体或群体自身的权利和义务。

(3) 健康管理师在对个体或群体进行健康管理工作时，应与个体或群体对工作的重点进行讨论并达成一致意见，必要时（如采用某些干预措施时）应与个体或群体签订书面协议。

(4) 健康管理师应严格遵守保密原则，具体措施如下：

1) 健康管理师有责任向个体或群体说明健康管理工作的相关保密原则和规定。

2) 在健康管理工作中，一旦发现个体或群体有危害自身或他人的情况，必须采取必要的措施，防止意外事件发生（必要时应通知亲属或有关部门）。

3) 健康管理工作中的有关信息，包括个案记录、检查资料、信件、录音、录像和其他资料，均属专业信息，应在严格保密的情况下妥善保管，不得泄露。

4) 只有在个体同意的情况下才能对工作或危险因素干预过程进行录音、录像。在因专业需要进行案例讨论，或采用案例进行教学、科研、写作等工作时，应隐去可能会据此辨认出个体的有关信息。

#### 2.1.3 礼仪和礼貌语言知识

### 2.2 基础知识

#### 2.2.1 健康管理基本知识

(1) 健康管理的基本概念与组成。

(2) 健康风险评估理论与应用。

#### 2.2.2 健康保险相关知识

(1) 中国医疗保险与商业健康保险的现状。

(2) 中国医疗保险与商业健康保险的原理和方法。

#### 2.2.3 医学基础知识

(1) 临床医学基础知识。

(2) 预防医学基础知识。

(3) 常见慢性非传染性疾病基本知识。

(4) 卫生保健基本知识。

(5) 流行病学和生物统计学基础知识。

(6) 健康教育学基础知识。

(7) 中医养生学基础知识。

#### 2.2.4 其他相关知识

(1) 医学信息学基本概念。

(2) 营养与食品安全基础知识。

(3) 心理健康概念。

(4) 健康相关产品知识。

(5) 医学伦理学的基本概念。

(6) 健康营销学相关知识。

#### 2.2.5 相关法律、法规知识

(1) 《中华人民共和国劳动法》相关知识。

(2) 《中华人民共和国消费者权益保护法》相关知识。

(3) 《中华人民共和国执业医师法》《中华人民共和国食品法》等卫生相关法律、法规知识。

## 3. 工作要求

本标准对三级健康管理师、二级健康管理师、一级健康管理师的能力要求依次递进，高级别涵盖低级别的要求。

### 3.1 三级健康管理师

职业功能	工作内容	能力要求	相关知识
一、健康监测	(一) 信息收集	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够选用健康调查表</li> <li>2. 能够填写健康信息记录表</li> <li>3. 能够进行身高、体重等体格测量</li> <li>4. 能够识别不合逻辑的健康信息记录</li> <li>5. 能够使用生活方式、健康体验信息记录表等常用健康信息记录表收集信息</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 信息采集的原则、途径和方法</li> <li>2. 基本体格测量知识</li> </ol>
	(二) 信息管理	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够录入信息</li> <li>2. 能够清理数据</li> <li>3. 能够传递和接收健康信息</li> <li>4. 能够保存健康信息</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康信息鉴别与核实的原则和方法</li> <li>2. 计算机应用基础知识</li> <li>3. 信息安全知识</li> <li>4. 个人隐私保护知识</li> </ol>

续表

职业功能	工作内容	能力要求	相关知识
二、健康风险评估和分析	(一) 风险识别	1. 能够识别相关健康危险因素 2. 能够选择健康风险评估指标 3. 能够使用选定的健康风险评估工具进行健康风险识别	1. 健康危险因素相关知识 2. 健康风险评估工具使用方法
	(二) 风险分析	能够根据识别的健康风险结果做出初步判断	健康风险报告的书写原则和要求
三、健康指导	(一) 跟踪随访	1. 能够采用电话、邮件或交谈等方式进行随访 2. 能够记录个体或群体健康指标的动态变化	1. 沟通技巧 2. 科学观察和记录的技巧
	(二) 健康教育	1. 能够按照既定方案, 选用健康教育材料 2. 能够在个体或群体中传播健康信息	1. 健康教育计划制订方法和原则 2. 健康信息传播的方法
四、健康危险因素干预	(一) 实施干预方案	1. 能够按照干预方案制订实施计划 2. 能够根据实施计划进行干预	高血压、高血脂、肥胖、吸烟等健康危险因素干预方法
	(二) 监测干预效果	1. 能够利用体重计、血糖仪、血压计、记步器等特定工具记录健康指标的变化并做出反馈 2. 能够根据干预计划核查干预措施执行情况	1. 干预的原则 2. 干预过程的记录与报告方法

### 3.2 二级健康管理师

职业功能	工作内容	能力要求	相关知识
一、健康监测	(一) 信息收集	1. 能够收集个体或群体的健康需求信息 2. 能够根据健康需求设计健康调查表	1. 群体健康及其影响因素 2. 问卷制订与考评知识 3. 常用流行病学调查方法
	(二) 信息管理与使用	1. 能够分类、汇总信息 2. 能够检索、查询、更新信息 3. 能够建立健康档案 4. 能够分析动态信息资料 5. 能够撰写健康信息分析报告	1. 信息分类和检索相关知识 2. 健康档案设计的基本原则、内容和方法 3. 常用数据处理方法和步骤 4. 健康信息分析报告的书写知识

续表

职业功能	工作内容	能力要求	相关知识
一、健康监测	(三) 监测方案制定与实施	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够制订健康和疾病史采集方案</li> <li>2. 能够制订体检方案</li> <li>3. 能够制订动态健康指标监测方案</li> <li>4. 能够组织和实施健康和疾病史采集方案、体检方案和动态健康指标监测方案</li> <li>5. 能够选择监测方案</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康风险信息的收集、分类和分析知识</li> <li>2. 预防性诊疗服务知识</li> <li>3. 健康筛查知识</li> <li>4. 诊断学相关知识</li> <li>5. 健康监测知识</li> <li>6. 健康管理相关项目管理知识</li> <li>7. 方案实施的质量控制方法</li> </ol>
二、健康风险评估和分析	(一) 风险识别	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够鉴别重要的或可优先改善的健康危险因素</li> <li>2. 能够选择、确定健康风险评估工具</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 生活方式对健康的影响及评估方法</li> <li>2. 行为和心理因素对健康的影响及评估方法</li> </ol>
	(二) 风险分析	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够分析影响健康的危险因素及其可能产生的原因</li> <li>2. 能够评估个体健康风险程度</li> <li>3. 能够解释健康风险评估结果</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 流行病学因果关系知识</li> <li>2. 健康风险评估知识</li> </ol>
三、健康指导	(一) 健康咨询	能够针对不同需求,用电话、面谈及其他方式进行个性化的健康咨询和指导	慢性非传染性疾病预防控制知识
	(二) 健康教育	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够制订健康教育计划</li> <li>2. 能够组织实施健康教育计划</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 个体或群体健康信息需求的评价方法</li> <li>2. 制订健康教育计划的原则</li> </ol>
四、健康危险因素干预	(一) 制订干预计划	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够根据群体需求评估结果确定优先干预的健康危险因素</li> <li>2. 能够确定干预的短期目标和长期目标并制订相应干预计划</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 膳食、体力活动干预方法</li> <li>2. 行为、心理干预方法</li> <li>3. 制定健康危险因素干预计划相关知识</li> </ol>
	(二) 实施与评估	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够依据制订的干预短期目标和长期目标,分阶段实施健康危险因素干预计划</li> <li>2. 能够对方案实施过程进行监控及调整</li> <li>3. 能够评估干预的过程和结果</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康危险因素干预实施方法和流程</li> <li>2. 质量控制方法</li> <li>3. 干预评估的目的和意义</li> <li>4. 干预评估的种类和方法</li> </ol>

续表

职业功能	工作内容	能力要求	相关知识
五、指导、培训与研究	(一) 操作指导	能够指导三级健康管理师进行实际操作	现场教学方法
	(二) 理论培训	能够对三级健康管理师进行理论培训	现代教育理论与技术基础知识

### 3.3 一级健康管理师

职业功能	工作内容	能力要求	相关知识
一、健康监测	(一) 信息分析与使用	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够分析和确定个体的健康需求</li> <li>2. 能够分析和量化群体的健康需求</li> <li>3. 能够确认和解释健康检查结果</li> <li>4. 能够分析个体和群体健康或疾病发展趋势, 提出解决方案</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康需求分析和评估方法</li> <li>2. 健康信息数据库的设计、建立与管理方法</li> <li>3. 健康信息的比较与分析方法</li> </ol>
	(二) 群体监测方案制订与实施	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够指导群体监测方案的制订</li> <li>2. 能够审核群体监测实施方案</li> <li>3. 能够组织和指导方案实施的质量控制</li> <li>4. 能够评估监测方案, 提出修订意见</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 循证医学基本原则</li> <li>2. 医学筛查知识</li> </ol>
二、健康风险评估和分析	(一) 群体风险评估	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够根据健康危险因素确定不同群体的风险程度</li> <li>2. 能够分析群体健康风险趋势、提出评估报告</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 群体健康管理分类原则</li> <li>2. 群体健康风险评估方法</li> </ol>
	(二) 群体风险管理	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够确定健康风险管理重点</li> <li>2. 能够制定健康风险管理方法</li> <li>3. 能够制订健康风险管理质量控制原则</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康风险预测技术</li> <li>2. 健康风险控制策略</li> </ol>

续表

职业功能	工作内容	能力要求	相关知识
三、健康指导	(一) 健康教育	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够审核健康教育计划</li> <li>2. 能够编写健康教育材料</li> <li>3. 能够评估个体或群体健康教育效果</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康教育计划的评价</li> <li>2. 健康教育的策略和方法</li> <li>3. 健康教育材料制作知识</li> </ol>
	(二) 健康维护	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够制订健康维护计划</li> <li>2. 能够组织和实施健康维护计划</li> <li>3. 能够评估个体或群体健康改善的效果</li> </ol>	健康维护的原则和方法
四、健康危险因素干预	(一) 制订干预计划	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够评价和修正个体健康危险因素干预计划</li> <li>2. 能够根据健康群体需求评估结果制订群体健康危险因素干预计划</li> </ol>	群体健康危险因素干预计划制订的原则和方法
	(二) 实施与评估	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够制订计划实施原则</li> <li>2. 能够制订评估方案</li> <li>3. 能够根据评估结果提出改进建议</li> <li>4. 能够分析干预的成本—效果和成本—效益</li> </ol>	健康危险因素干预的实施原则
五、指导、培训与研究	(一) 指导、培训	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够指导二级健康管理师和三级健康管理师进行实际操作</li> <li>2. 能够对二级健康管理师和三级健康管理师进行理论培训</li> <li>3. 能够编写健康管理培训讲义</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 培训方法</li> <li>2. 培训讲义的编写方法</li> </ol>
	(二) 专业研究	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够进行文献检索和综述</li> <li>2. 能够开展健康管理研究并撰写论文</li> <li>3. 能够评估健康管理的技术和方法</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 科学文献检索和综述方法</li> <li>2. 科研设计与论文撰写方法</li> <li>3. 健康管理技术的评价方法</li> </ol>



## 4. 比 重 表

## 4.1 理论知识

项 目		三级健康管理师 (%)	二级健康管理师 (%)	一级健康管理师 (%)
基本要求	职业道德	5	5	5
	基础知识	50	30	20
相关知识	健康监测	15	10	10
	健康风险评估和分析	10	15	20
	健康指导	10	15	15
	健康危险因素干预	10	15	20
	指导、培训与研究	—	10	10
合 计		100	100	100

## 4.2 专业能力

项 目		三级健康管理师 (%)	二级健康管理师 (%)	一级健康管理师 (%)
能力要求	健康监测	60	40	10
	健康风险评估和分析	10	15	30
	健康指导	15	20	25
	健康危险因素干预	15	15	20
	指导、培训与研究	—	10	15
合 计		100	100	100