

# 健康管理师国家职业标准

根据《中华人民共和国劳动法》的有关规定，为了进一步完善国家职业标准体系，为职业教育和职业培训提供科学、规范的依据，卫生部同劳动和社会保障部在中华预防医学会健康风险评估与控制专业委员会协助下，委托有关专家，制定了《健康管理师国家职业标准》（以下简称《标准》）。

一、本《标准》以客观反映现阶段本职业的水平和对从业人员的要求为目标，在充分考虑经济发展、科技进步和产业结构变化对本职业影响的基础上，对职业的活动范围、工作内容、能力要求和知识水平作了明确规定。

二、本《标准》的制定遵循了有关技术规程的要求。既保证了《标准》体例的规范化，又体现了以职业活动为导向、以职业能力为核心的特点，同时也使其具有根据科技发展进行调整的灵活性和实用性，符合培训、鉴定和就业工作的需要。

三、本《标准》依据有关规定将本职业分为三个等级，包括职业概况、基本要求、工作要求和比重表等四个方面的内容。

# 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

从事健康的监测、分析、评估以及健康咨询、指导和健康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：助理健康管理师（国家职业资格三级）、健康管理师（国家职业资格二级）、高级健康管理师（国家职业资格一级）。

### 1.4 职业环境条件

室内、常温。

### 1.5 职业能力

身体健康，具备一定的观察和理解、资料收集和处理、计算和分析、信息获取和使用、表达和交流、协调、管理及学习的能力。

### 1.6 基本文化程度

中专毕业。

### 1.7 培训要求

#### 1.7.1 培训期限

根据本职业培养目标和教学计划确定。晋级培训期限：助理健康管理师不少于 180 标准学时；健康管理师不少于 130 标准学时；高级健康管理师不少于 110 标准学时。

#### 1.7.2 培训教师

培训教师应当具备健康管理相关知识，一定的健康管理实际操作经验和丰富的教学经验，良好的语言表达能力和知识传授能力。培训助理健康管理师的教师应具有健康管理师及以上的职业资格证书或有关专业中级及以上专业技术职务任职资格；培训健康管理师的培训教师应具有高级健康管理师职业资格证书或有关专业高级专业技术职务任职资格；培训高级健康管理师的教师应具有高级健康管理师职业资格证书 2 年以上或有关专业高级专业技术职务的任职资格。

#### 1.7.3 培训场地设备

可容纳 20 名以上学员的标准教室；有必要的教学设备、设施；室内光线、通风、卫生条件良好。有辅导答疑教师。

### 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

——助理健康管理师（具备以下条件之一者）

(1) 具有医药卫生专业大学专科以上毕业证书。

(2) 非医药卫生专业大学专科以上毕业证书，连续从事健康管理专业工作 2 年以上，经助理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) 具有中专以上医学相关专业学历，连续从事健康管理专业工作 3 年以上，经助理健康管理师正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。

——健康管理师（具备以下条件之一者）

(1) 取得助理健康管理师职业资格证书后，连续从事健康管理工作 5 年以上。

(2) 取得助理健康管理师职业资格证书后，连续从事健康管理工作 4 年以上，经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) 具有医药卫生专业本科学历，取得助理健康管理师职业资格证书后，连续从事健康管理相关工作 4 年以上。

(4) 具有医药卫生专业本科学历，取得助理健康管理师职业资格证书后，连续从事健康管理相关工作 3 年以上，经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) 具有医药卫生专业中级或以上专业技术职业任职资格者，经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，连续从事本职业工作 2 年以上。

——高级健康管理师（具备以下条件之一者）

(1) 取得健康管理师职业资格证书后，连续从事健康管理相关工作 4 年以上。

(2) 取得健康管理师职业资格证书后，连续从事健康管理相关工作 3 年以上，经高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) 具有医药卫生专业本科学位，连续从事健康管理相关工作满 5 年，取得一定工作成果（含科研成果，奖励成果，论文著作），经高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。

(4) 具有医药卫生专业硕士学位以上者，连续从事健康管理相关工作 3 年以上，取得一定工作成果（含科研成果，奖励成果，论文著作），经高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) 医药卫生专业副高级职称以上者，经高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) 医药卫生专业本科生毕业 13 年以上，硕士研究生毕业 8 年以上、博士研究生毕业 5 年以上，连续从事健康管理相关工作 5 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。理论知识考试和专业能力考核均采用闭卷考试方式。理论知识考试和专业能力考核合格者通过鉴定，取得证书。健康管理师和高级健康管理师还须通过综合评审。

### 1.8.4 考评人员与考生配比

理论知识考试与专业能力考核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 2 名；综合评审委员不少于 5 人。

### 1.8.5 鉴定时间

理论知识考试时间不超过 120 分钟；专业能力考核时间不少于 30 分钟；综合评审时间不少于 15 分钟。

### 1.8.6 鉴定场所设备

理论知识考试在标准教室进行；专业能力考核场所须配置多媒体设备。

## 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、职业、民族、国籍、宗教信仰、价值观等方面歧视个体或群体；

(2) 健康管理师首先应该让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) 健康管理师应始终严格遵守保密原则，具体措施如下：

① 健康管理师有责任向个人或群体说明健康管理工作的相关保密原则，以及应用这一原则时的限度；

② 在健康管理工作中，一旦发现个人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（必要时应通知有关部门或家属），应将有关保密的信息暴露限制在最低范围之内；

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进行保存，不得泄露；

④ 健康管理师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

##### 2.2.1.1 健康管理概论

健康管理的基本概念与组成

健康管理服务

健康管理基本策略与措施

健康管理在中国的行业发展

健康管理在中国的应用前景

##### 2.2.1.2 健康风险评估

健康评估的分类

健康评估的理论

健康评估的应用

常用健康评估方法介绍

环境危险因素

行为危险因素

生活质量评估

##### 2.2.1.3 健康保障与保险相关知识

中国社会医疗保险与商业健康保险的现状

中国社会医疗保险与商业健康保险的原理和方法

中国社会医疗保险与商业健康保险的技术和应用

个人理财知识与健康理财计划

#### 2.2.2 医学基础知识

##### 2.2.2.1 临床医学

临床医学基础知识

常见慢性病诊疗基本知识

常见体检指标的正常参考值范围

循证医学的基本概念

#### 2.2.2.2 预防医学

预防医学基础知识

初级卫生保健知识

流行病学和统计学在健康管理中的应用

健康教育与健康促进概述

#### 2.2.2.3 中医学

中医基本理论和概念

中医养生学概论

### 2.2.3 其他相关知识

#### 2.2.3.1 医学信息学基础

计算机和互联网基本知识

信息系统理论和实践概论

计算机和信息技术在健康管理中的应用

#### 2.2.3.2 营养学和运动学

营养与健康

膳食计划

运动与健康

运动处方

#### 2.2.3.3 心理学

心理发展与心理健康

心理应激

心理评估

患病/健康心理问题

人际关系和沟通技巧

#### 2.2.3.4 健康相关产品的安全与卫生

食品、饮用水

保健功能食品

化妆品

消毒产品

保健用品

健身器材

#### 2.2.3.5 健康营销学

健康服务的概念和健康服务市场的特点

健康服务产品的特点和服务体系

健康服务消费者购买行为

健康服务消费者信息管理

#### 2.2.3.6 医学伦理学

医学伦理学的基本原则、规范与范畴

医学工作中的伦理道德

### 2.2.4 相关的法律、法规知识（卫生法学）

(1) 中华人民共和国劳动法

(2) 中华人民共和国合同法

(3) 卫生法律、法规

(4) 其他法律、法规中与卫生相关的条文

### 3. 工作要求

本标准对各级别的能力要求依次递进，高级别涵盖低级别的内容。

#### 3.1 助理健康管理师

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. 能够使用常用健康信息记录表收集信息 2. 能初步判断信息准确度 3. 能够进行标准化的体格测量 4. 能够填写健康信息记录表	1. 信息采集的原则、途径和方法 2. 基本体格测量知识
	(二) 信息管理	1. 能够录入信息 2. 能够清理数据 3. 能够用计算机传递和接收健康信息 4. 能够打印、分送健康报告	1. 健康信息的查对与处理 2. 计算机应用基础知识
二、健康风险评估和分析	(一) 评估分析	1. 能够识别相关健康危险因素 2. 能够确定评价指标 3. 能够使用选定的评估工具进行健康风险评估	1. 健康危险因素知识 2. 健康评估工具的正确使用
	(二) 评估判断	1. 利用信息和工具，确定危险因素 2. 根据评估指标做出危险因素的报告 3. 根据判断做出书面和口头报告	1. 科学报告书写方法和原则
三、健康指导	(一) 跟踪随访	1. 能够采用电话、信件、电子邮件或交谈的方法执行健康管理随访计划 2. 能够记录个人和人群健康变化	1. 沟通技巧 2. 科学观察和记录的技巧
	(二) 健康教育	1. 能够传播健康信息 2. 能够按照既定方案，发送健康教育材料	1. 健康教育计划的制定和执行 2. 健康信息传播的方法和技巧
四、健康干预	(一) 实施干预方案	1. 能够按照指定的方案或利用特定的工具对常见健康危险因素实施干预	1. 常见健康危险因素干预方法 2. 健康干预方法和相关技术的使用
	(二) 监测干预效果	1. 对干预过程进行记录，检查是否达到或偏离既定目标 2. 反馈干预效果	1. 干预的原则 2. 干预过程的记录与报告方法 3. 干预效果的评价原则

### 3.2 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) 健康需求分析	1. 能够与个人或人群负责人沟通,明确个人或人群健康需求	1. 群体健康及其影响因素知识
	(二) 信息收集	1. 能够选用健康调查表 2. 能够设计健康调查表	1. 问卷制定与考评知识 2. 常用调查方法
	(三) 信息管理	1. 能够分类和汇总收集到的信息 2. 能够检索、查询、更新和调用信息 3. 能够利用信息工具建立健康档案	1. 信息分类相关知识 2. 信息检索策略和方法 3. 健康档案设定基本要求、内容和方法
	(四) 信息分析与利用	1. 能够分析动态信息资料 2. 能够撰写信息分析报告	1. 常用数据处理方法和步骤 2. 描述性统计分析知识 3. 调查报告的书写知识 4. 数据库的设计和管理知识
	(五) 监测方案制定与实施	1. 能够设计健康和疾病史采集方案 2. 能够设计体检方案 3. 能够制定动态健康指标监测方案 4. 能够制定方案实施时间表 5. 能够组织和实施监测方案 6. 能够评估监测方案,并对方案的实施进行质量控制	1. 预防性诊疗服务指南 2. 健康筛选原则与步骤 3. 健康风险信息的收集、分类、分析、确定和交流、途径和步骤 4. 诊断学相关知识 5. 健康监测实施策略知识 6. 项目管理一般知识
二、 健康 风险评估 和分析	(一) 评估分析	1. 能够鉴别重要或需要优先改善的危险因素 2. 能够选择评估工具	1. 生活方式危险因素的危害及评估方法 2. 膳食运动与健康的关系及评估方法 3. 行为及心理危险因素的危害及评估方法 4. 常见疾病危险因素的危害及评估方法
	(二) 评估判断	1. 能够分析健康和危险因素,找出危险因素可能存在的原因 2. 能够评估个人所处的危险水平 3. 能够告知和解释健康和疾病危险性评估结果	1. 因果关系确认的方法和步骤 2. 统计方法
三、 健康 指导	(一) 健康咨询	1. 能够用电话、面谈及其他媒介方式进行个性化健康咨询和指导	1. 慢性疾病预防指南
	(二) 健康教育	1. 能够制定健康教育计划 2. 能够进行个性化的健康教育 3. 能够按照不同需求对人群进行健康教育	1. 人群或个体健康信息需求的评价 2. 根据健康需制定健康教育并实施

四、 健康 干预	(一) 制定干预计划	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够进行人群的需求评估, 确定优先干预的健康问题和行为因素</li> <li>2. 能够确定干预的短期目标和长期目标</li> <li>3. 根据健康危险因素制定阶段性的健康干预计划</li> <li>4. 能够根据个人或人群的重点危险因素选择适当的干预手段、场所和干预策略</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 膳食干预</li> <li>2. 运动干预</li> <li>3. 行为心理干预</li> <li>4. 健康干预计划制定的原则、策略和要点</li> </ol>
	(二) 实施干预计划并监控	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够依据制定的干预短期目标和长期目标, 分阶段实施健康干预计划</li> <li>2. 能够制定实施时间表</li> <li>3. 对方案实施过程进行监控, 实施方案过程中发现偏离目标后立即进行纠正</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康干预的实施方法和流程</li> <li>2. 质量控制的内容和方法</li> </ol>
	(三) 进行干预效果评估	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够评估健康干预的过程、效应和结果</li> <li>2. 能够评估健康干预效果的质量, 保障健康干预的先进性和科学性</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康干预评估的性质、目的和意义</li> <li>2. 健康干预评估的种类和内容</li> <li>3. 健康干预评估的方法</li> </ol>
五、 指导与 培训	(一) 操作指导	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够指导助理健康管理师进行实际操作</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 现场教学法</li> <li>2. 现代教育手段和技巧</li> </ol>
	(二) 理论培训	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能够对助理健康管理师进行技术理论培训</li> </ol>	



### 3.3 高级健康管理师

职业功能	工作内容	能力要求	相关知识
一、健康监测	(一) 健康需求分析	1. 能够明确个人及人群健康负担和健康维护的需求 2. 能够分析、量化个人或人群健康需求	1. 医疗卫生市场的概况和健康需求分析和评估
	(二) 信息分析与利用	1. 能够制定信息分析规范 2. 能够分析和解释健康和疾病相关检查结果 3. 能够分析个人和人群健康或疾病发展趋势，提出解决方案	1. 健康信息数据库的设计，建立与管理 2. 健康信息的比较与分析
	(三) 人群监测方案制定与实施	1. 能够制定方案实施标准 2. 能够进行方案实施过程的质量控制 3. 能够评估实施效果 4. 能够分析产生偏差的原因，修订监测方案，并提出改进措施	1. 循证医学实践知识 2. 医学筛检的决策知识 3. 实施质量控制知识
二、健康评估和分析	(一) 群体风险评估	1. 能够制定人群分类的原则 2. 能够做出群体健康和疾病趋势分析和评估报告	1. 健康管理人群分类原则 2. 人群健康风险评估
	(二) 群体风险管理	1. 能够确定风险管理重点 2. 能够制定风险管理方法 3. 能够确定风险管理质量控制原则	1. 风险控制策略 2. 风险预测技术 3. 疾病风险与健康保险知识
三、健康指导	(一) 健康教育	1. 能够修正健康教育计划 2. 能够撰写健康教育教材 3. 能够分析个人或人群健康教育效果评价	1. 健康教育计划的评价 2. 健康教育的策略和方法 3. 健康教育材料制作程序知识
	(二) 健康维护	1. 能够检查和监督个人健康改善的效果 2. 能够根据健康管理方案的执行情况和个人的改善状况不断修正健康改善的方案 3. 能够进行健康维护实施过程质量控制	1. 健康管理效果评估知识 2. 实施的质量控制知识
四、健康干预	(一) 制定干预计划	1. 能够评价个人健康干预计划 2. 能够修正个人干预计划 3. 能够进行人群的需求评估，制定人群健康干预计划	1. 人群健康干预的原则、策略和要点
	(二) 实施干预计划并监控	1. 能够制定方案实施标准 2. 能够进行方案实施过程的质量控制 3. 能够评估实施效果 4. 能够分析产生偏差的原因，修订监测方案，并提出改进措施 5. 实施人员的选定和及相关知识及技能的培训 6. 实施所需设备的选择、使用和管理	1. 健康干预的实施标准 2. 质量控制的内容和方法

	(三) 进行干预效果评估	1. 确定干预的效果评估标准 2. 能够明确影响评估结果的因素 3. 能够进行干预效果的成本——效益分析与成本—效果分析	1. 健康干预的效果评估 2. 质量控制知识 3. 成本效益分析
五、研究与开发	(一) 文献研究	1. 能够进行文献检索 2. 能够总结和整合原始研究结果 3. 能够确定研究目标	1. 文献检索方法 2. 常用统计分析方法 3. 分析与整合数据的方法 4. 收集原始研究的策略
	(二) 应用开发	1. 能够开发健康评估的工具 2. 能够开发健康维护的产品	1. 循证医学证据的分析与评价 2. 产品设计相关知识
	(三) 成效评估	1. 能够设计与实施健康管理技术应用的成效评估	1. 成本效益分析测量方法的知识 2. 研究设计常见的问题和注意事项
六、指导与培训	(一) 操作指导	1. 能够指导健康管理师进行实际操作	1. 培训教学的基本方法 2. 培训讲义的编写方法
	(二) 理论培训	1. 能够对健康管理师进行技术理论培训 2. 能够撰写健康管理培训讲义	

## 4. 比重表

### 4.1 理论知识

项目		助理健康管理师	健康管理师	高级健康管理师
基本要求	职业道德	5	5	5
	基础知识	50	35	20
相关知识	健康监测	15	10	10
	健康风险评估和分析	10	15	15
	健康指导	10	15	15
	健康干预	10	10	15
	研究与开发	0	5	10
	指导与培训	0	5	10
合计		100	100	100

## 4.2 能力操作

项 目			比重（%）		
			助理健康管理师	健康管理师	高级健康管理师
技 能 要 求	健康监测	接待礼仪	10	5	5
		信息收集	10	0	0
		信息录入	10	0	0
		信息上传和下载	10	0	0
		报告打印	5	0	0
		信息检索	0	5	5
		信息分析	0	5	5
		制定监测方案	0	5	5
		报告书写	0	5	5
		体格测量	5	0	0
		需求分析	0	5	5
		健康调查表设计	0	5	5
		体检方案设计	0	5	5
	健康风险评估与 分析	危险因素解释	5	5	0
		报告解释	5	5	0
		评估工具使用	5	0	0
		健康趋势分析报告	0	0	5
	健康指导	电话随访和咨询	5	3	0
		信件和电子邮件随访	5	2	0
		面询随访和咨询	5	5	0
		示范与演示	10	5	5
		健康教育计划制定	0	5	5
		健康教育讲座	0	5	5
	健康干预	膳食计划制定	0	5	5
		运动计划制定	0	5	5
		异常情况处理	5	5	10
健康干预工具使用		5	0	0	
研究与开发	文献检索	0	5	5	
	模型建立	0	0	5	
指导与培训	培训讲义（PPT）撰写	0	5	10	
合计			100	100	100