

健康管理师三级考核大纲

一、本考核大纲依据《健康管理师国家职业标准》，结合行业需求和产业发展方向，编制本考核大纲。

二、本职业编码为 4-14-02-02, 职业名称为健康管理师。本考核大纲仅包含三级/高级工共 1 个等级。

三、申报本职业技能等级认定条件

健康管理师(三级/高级工)应具备以下条件之一：

(一) 具有医药卫生专业大学专科（含）以上学历证书；

(二) 具有非医药卫生专业大学专科（含）以上学历证书，连续从事本职业或相关职业工作两年（含）以上，经健康管理师三级正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书；

(三) 具有医药卫生中等专科（含）以上学历证书，连续从事本职业或相关职业工作 三年（含）以上，经健康管理师三级正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。

四、考核方式

(一) 考试科目及时间安排

科目一：《理论知识考试》（理论），考试时长 90 分钟；题目包括单选题、判断题和多选题。

科目二：《专业能力考核》（技能），考试时长 60 分钟；题目为综合分析题，包括简答题、论述题、案例分析题。

(二) 考核方式

理论知识考试采用上机方式考核，专业能力考核采用笔试方式考核。

（三）成绩管理办法

两个科目同时达到 60 分（含）以上为合格。

考试成绩实行滚动管理，成绩有效期为一年，一年内可补考未合格科目，两科成绩均达 60 分（含）以上方可领取健康管理师三级证书。

五、考核要素细目表

（一）理论考核要素细目表

健康管理师（三级/高级工）理论考核要素细目表

考核范围									考核知识点					
项目			职业功能			内容			代码	名称	重要程度			
代码	名称	权重（%）	代码	名称	权重（%）	代码	名称	权重（%）						
A	基本要求	55	A	职业道德	5	A	职业道德基本知识	3	001	健康管理师职业道德的本质	X			
									002	健康管理师职业道德的基本要求	X			
						B	职业守则	1	001	健康管理师基本职业守则	X			
						C	礼仪和礼貌语言知识	1	001	健康管理服务的礼仪礼节	X			
						B	健康管理基本知识	50	A	健康管理基本概念与组成	3	001	健康管理的概念与目标	X
												002	健康管理的历史、现状与未来	X
			003	健康管理的基本策略	X									
			004	健康管理的基本步骤	X									
			005	健康管理的服务流程	X									
			006	精准医学与健康管理	X									
			007	健康管理师职业简介及功能	X									
			B	健康风险评估理论与应用	2	001	健康风险评估的基本原理	X						
						002	健康风险评估的操作方法	X						
			C	健康保险相关知识	50	A	健康保险基础知识	2	001	健康保险的概念及分类	Y			
									002	社会医疗保险基础知识	Y			
									003	商业健康保险基础知识	Y			
									004	健康保险的需求和供给	Y			
									005	健康管理在健康保险中的作用	Y			
			D	医学基础知识	50	A	临床医学基础知识	16	001	临床医学的分类与特征、发展趋势	X			
									002	问诊与体格检查	X			
003	实验室诊断	X												
004	实验室诊断的临床应用与评价	X												
005	X线成像	X												

								006	CT检查	X
								007	超声成像	X
								008	磁共振成像	X
								009	临床辅助检查	X
								010	药物的吸收与分布	X
								011	药物的转化与排泄	X
								012	合理用药	X
								013	药物不良反应的类型	X
								014	药物不良反应的防治	X
								015	手术治疗	X
								016	介入治疗	X
								017	放射治疗	X
								018	物理疗法	X
								019	健康管理 与临床医 学的关系 与应用	X
								020	细胞学基础知识	X
								021	组织学基础知识	X
								022	循环系统、呼吸系统	X
								023	消化系统、运动系统	X
								024	神经系统、内分泌系统	X
								025	泌尿系统、生殖系统	X
								026	人体内环境及生理功能调节	X
								027	消化管	X
								028	消化腺	X
								029	口腔与胃内消化	X
								030	小肠内消化	X
								031	化学消化	X
								032	食物吸收的方式	X
								033	食物吸收的部位	X
								034	水的吸收	X
								035	矿物质的吸收	X
								036	碳水化合物和蛋白质的吸收	X
								037	脂肪、胆固醇、维生素的吸收	X
								038	细菌的分类和致病性	Y
								039	真菌的分类和致病性	Y
								040	病毒的分类和致病性	Y
								041	水痘一带状疱疹病毒	Y
								042	益生菌的分类及其作用	Y
								043	全科医学、全科医疗和全科医 生的基本概念	X
								044	全科医疗基本特征	X
								045	全科医疗的服务特点	X
								046	健康管理在全科医疗中的应用	X
								047	循证医学概述	Z
								048	健康管理中的循证实践	Z
								049	康复医学的发展历程	X
								050	残疾和健康分类	X
								051	残疾分级	X
								052	康复预防	X
								053	康复评定	X
								054	康复治疗及其常用手段	X

							055	维持或扩大关节活动的康复治疗	X
							056	增强肌力和肌肉耐力的康复治疗	X
							057	改善协调功能和步态的康复治疗	X
							058	促进运动功能恢复的神经生理学疗法	X
			B	预防医学基础知识	6	001	预防医学的概念及特点	X	
						002	影响健康的环境因素	X	
						003	行为与生活方式、遗传等影响健康的因素	X	
						004	一级预防	X	
						005	二级预防	X	
						006	三级预防	X	
						007	临床预防服务的概念及内容、化学预防	X	
						008	个体健康危险因素评价与健康维护计划	X	
						009	社区公共卫生及其实施原则	X	
						010	国家基本公共卫生服务内容与职业病的管理	X	
						011	传染病及突发公共卫生事件报告和处置服务	X	
						012	职业病的管理	X	
						013	免疫学及基本概念	Y	
						014	免疫系统的组成	Y	
						015	免疫系统的基本特性	Y	
						016	非特异性免疫	Y	
						017	特异性免疫	Y	
			C	常见慢性非传染性疾病基本知识	1	001	慢性病的概念及主要危险因素	X	
						002	慢性病主要社会危害	X	
			D	卫生保健基本知识	2	001	基本卫生保健的概念与原则	X	
						002	基本卫生保健的内容	X	
						003	基本卫生保健的特点和意义	X	
			E	流行病学和生物统计学基础知识	4	001	流行病学的概念与常用指标	X	
						002	发病指标	X	
						003	死亡指标	X	
						004	相对危险度	X	
						005	流行病现况调查	X	
						006	队列研究与病例对照研究	Y	
						007	实验性研究	Y	
						008	诊断试验的评价研究	Y	
						009	筛检基础知识	Y	
						010	医学统计学的基本概念	Y	
						011	医学统计工作的基本步骤	Y	
						012	统计学的重要概念	Y	
						013	统计描述	Y	
						014	统计推断	Y	
						015	统计表和统计图	X	
			F	健康教育学基础知识	7	001	健康教育、健康促进的含义与联系	X	
						002	健康教育在健康管理中的应用	X	
						003	健康信念模式	X	

								004	自我效能理论	X				
								005	行为改变的阶段理论	X				
								006	传播的基本概念与模式	X				
								007	人际传播	X				
								008	大众传播	X				
								009	传播材料制作	X				
								010	常用人际传播形式与传播媒介	X				
								011	健康教育计划设计步骤	X				
								012	健康教育计划的实施与评价	X				
								G	中医养生学基础知识	5	001	中医阴阳学说	X	
											002	中医五行学说	X	
											003	中医藏象学说	X	
			004	中医气血津液理论	X									
			005	中医经络学说	X									
			006	中医体质辩证调理	X									
			007	中医养生相关知识	X									
			H	新冠肺炎疫情防控相关知识	1	001	新冠肺炎的主要的症状和表现	X						
						002	新冠肺炎传播方式	X						
						003	公民防疫基本行为准则	X						
			E	相关法律、法规知识	A	相关的法律法规概述	1	001	《中华人民共和国合同法》相关知识	Z				
								002	《中华人民共和国执业医师法》相关知识	Z				
003	《中华人民共和国食品安全法》相关知识	Z												
004	《中华人民共和国传染病防治法》相关知识	Z												
005	《中华人民共和国中医药法》相关知识	Z												
B	相关知识	45	A	健康监测	15	A	医学信息学基本概念	15	001	信息的主要特征	X			
									002	健康信息的来源	X			
									003	健康信息的收集方法	X			
									004	数据库的建立	X			
									005	信息更新与整理	X			
									006	居民健康档案的意义与基本要求	X			
									007	个人健康档案	X			
									008	家庭健康档案	X			
									009	社区健康档案	X			
									010	健康大数据以及互联网移动医疗在健康管理中的应用	X			
			B	健康风险评估和分析	10	A	健康风险评估和分析	10	A		10	001	恶性肿瘤的流行状况、危险因素及筛查和早期判断	X
												002	高血压的流行状况、危险因素和判断	X
												003	糖尿病的流行病学	X
												004	2型糖尿病的危险因素	X
												005	冠心病的分型、临床表现	X
												006	冠心病的流行病学及危险因素	X
												007	脑卒中的临床表现	X
												008	脑卒中的危险因素	X
												009	慢性阻塞性肺疾病的临床表现	X

								010	慢性阻塞性肺疾病的危险因素	X	
								011	超重或肥胖的判断标准及主要危险因素	X	
								012	骨质疏松症的判断标准及危险因素	X	
								013	口腔健康的判断标准及对身体的危害	X	
			C	健康指导	10	A	营养与食品安全基础知识	5	001	蛋白质的组成、分类和生理功能	X
									002	脂类的分类及生理功能	X
									003	碳水化合物的分类及营养价值	X
									004	膳食纤维及其生理功能	X
									005	矿物质的特点及生理功能	X
									006	维生素的特点及其生理功能	X
									007	营养强化食品基本知识	X
									008	常见保健品的功能和适宜人群	X
									009	特殊医学用途的配方食品的作用和适宜人群	X
									010	食物中毒的概念及特点	X
									011	食物中毒预防	X
						B	心理健康概念	3	001	心理现象与心理学基本概念	X
									002	心理健康定义与心理健康标准	X
									003	心理卫生定义与心理卫生范畴	X
									004	个体的心理健康与发展	X
									005	群体心理健康与心理卫生	X
									006	常见的一般心理问题	X
									007	严重心理问题的界定	X
									008	不良行为概述与表现	X
									009	心理障碍的基本概念与类型	X
									010	心理障碍的评估方法	X
									011	心理健康的维护和促进	X
						C	医学伦理学的基本概念	1	001	健康管理伦理定义与基本原则	X
									002	健康管理伦理规范以及权利、义务	X
						D	健康营销学与健康产品相关知识	1	001	健康管理服务的基础知识	Y
									002	健康管理服务营销基础知识	Y
									003	健康管理服务的消费分析	Y
									004	健康管理服务营销方法	Y
			D	健康危险因素干预	10	A	生活方式对健康危险因素干预	3	001	膳食指南和平衡膳食宝塔	X
									002	成瘾行为的干预	X
						B	身体活动对健康危险因素的干预	4	001	身体活动的概念及分类	X
									002	身体活动的强度及其衡量	X
									003	身体活动量的衡量	X
									004	身体活动的生理反映、身体活动的健康益处	X
									005	身体活动指南要点	X
						C	身体活动对慢性病的干预	3	001	运动处方的基本概念	X
									002	运动处方的制定步骤与方法	X
									003	健康成人运动处方基本内容	X
									004	肥胖的运动处方要点	X
									005	糖尿病的运动处方要点	X
									006	原发性高血压运动处方要点	X

(二) 操作技能考核内容结构表

健康管理师(三级/高级工)操作技能考核内容结构表

考核范围	操作技能											合计
	信息采集	体格测量	信息管理	不合逻辑健康信息记录的识别方法	健康风险识	健康风险分析	健康教育	干预方案的实施	干预效果监测	跟踪随访		
考核要求	必考				必考	必考	必考	必考	必考	必考	必考	
高级(3级)	选考方式	必考				必考	必考	必考	必考	必考	必考	10项
	考核比重(%)	20	25	10	5	5	5	10	10	5	5	10项
	考试时间(min)	考试时间: 60min										60min
	考核形式	笔试, 题型包含案例分析题、简答题、论述题。										

(三) 操作技能考核要素细目表

三级健康管理师(三级/高级工)操作技能考核要素细目表							
考核范围				技能考核点			
代码	名称	考核比重	选考方式	代码	名称	重要程度	试题量
A	健康监测	60	必考	001	能够根据健康需求设计健康调查表	X	13
				002	能够应用调查表收集健康信息	X	6
				003	能够正确掌握身高的测量方法以及测量仪器的使用	X	3
				004	能够正确掌握体重的测量方法及测量仪器的使用	X	5
				005	能够正确掌握测量腰围的方法及测量仪器的使用	X	3
				006	能够正确掌握测量血压的方法及测量仪器的使用	X	9
				007	能审阅所收集的健康信息表是否符合逻辑	X	2
				008	能够掌握信息录入的方法, 并进行鉴别和核实	X	4

			009	掌握健康信息的清理、传递和接受方法	X	7
			010	掌握健康信息的保存方法	X	7
B	健康风险评估和分析	10	001	能够识别相关健康风险因素	X	11
			002	能够选择健康风险评估指标	X	13
			003	能够使用选定的健康风险评估工具进行健康风险识别	X	6
			004	掌握缺血性心血管疾病发病风险的评估	X	5
			005	能够根据识别的健康风险结果做出初步判断	X	7
C	健康指导	15	001	熟悉生活方式指导的基本内容和原则	X	10
			002	能够按既定方案，选用健康教育材料。	X	7
			003	能够在个体或群体中传播健康信息	Y	6
			004	能够采用电话、邮件或交谈等方式进行随访。	Y	2
			005	能够记录个体或群体健康指标的动态变化。	Y	4
D	健康危险因素干预	15	001	能够按照干预方案制定实施计划	X	16
			002	能够根据实施计划进行干预	X	26
			003	能够利用体重计、血糖仪、血压计、计步器等特定根工具记录健康指标的变化并做出反馈	X	16
			004	能根据干预计划核查高血压和糖尿病的干预措施执行情况	X	12

六、参考书目

《卫生健康行业职业技能培训教程——健康管理师基础知识》

第 2 版

《卫生健康行业职业技能培训教程——健康管理师国家职业资格三级》第 2 版

七、版本号及启用日期

此版本为第一版，版本号为001，启用日期为2022年4月。