

健康管理师证书为什么会有那么多人报考？

当今社会，人们对健康的需求越来越大，随着人们对健康行业的重视，一个新兴的职业健康管理师慢慢出现在大众的视线。

健康管理师证书起源于2008年卫生部，通过率极低，被暂停了。2012年，人社部教育培训中心推出了健康管理师《岗位能力证书》，不作为法律依据。在2014年5月份，全国首批健康管理师职业资格证书考试在山东省进行。因为近年来，全国对于健康产业非常重视，预计2020年产业就要达到8万亿，需要大量的健康从业人员，其中健康管理师将是核心力量。马云也预测，未来的首富将会在健康产业里浮出水面。

一、哪些岗位需要它

护理工作的需要	医院的健康管理中心、各个科室以病人为中心的各类护理改革，许多医院也开始试点“护士+健康管理”的复合型人才模式。
护士多点执业的需要	北京、天津、广东等地都全面开放护士多点执业，安徽部分地区开展了社区高级执业护士试点，护士开设健康管理专项门诊，未来或许还将有处方权。政策推动，会促使其深入社区医疗、养老机构、健康管理机构等从事相关工作。
职场发展的需要	随着人口老龄化的加重及医改，即使在医疗机构工作，无论是国家政策要求，还是经济效益使然，健康管理必将成为重点的发展方向之一，也必然成为护士展示职业技能的舞台。
高年资护士的舞台	高年资护士医学基础扎实、临床经验丰富，能够赋能“健康管理”，从临床护理工作转为慢病管理师、母婴护理师、骨科康复师等，将护理学和健康管理学很好地结合、运用，对住院患者做好健康管理，让他们早日康复。

二、考试科目及题型

1、考试科目

职业	等级	考试时间	考试科目
健康管理师	3级	9:00-11:00	理论知识
		14:00-16:00	操作技能

2、考试题型：60分及格

职业	等级	鉴定内容	题型	答题方式	分值	权重
健康管理师	3级	理论知识	70个单选 30个多选	上级考试	100	100%
		操作技能	60个单选（共用题干） 40个多选（共用题干）	上级考试	100	100%

说明：共用题干单项选择题：共15大题，每题下面至少3小题，共58小题，一大段材料是题干，下面配几个问题，均是单选。

案例分析题：每个选项6-12个答案，有一个或者一个以上正确答案，这叫做不定项选择。共6题，42小题，每题也是1分。

3、基础知识部分试题举例

【单选题】

健康教育的实质是（ ）。

- A) 研究信息传播方式
- B) 创造支持的环境
- C) 有计划、有组织、有评价的教育干预活动和过程
- D) 改善卫生服务条件
- E) 个人技能的培养

【答案】C

【多选题】

好的倾听方式应当体现的方面有（ ）

- A) 倾听过程中不急于插话
- B) 认真听，多用视线交流
- C) 不轻易打断对方
- D) 倾听过程边听边看文件，一举两得
- E) 尽可能多听、留意听

【答案】ABCE

4、操作技能部分试题举例

【1-3共用题干单选题】

健康风险评估报告，通常由一组报告组成，除了健康评估的结果以及危险因素列

表外，同时也包括了膳食运动干预指导处方等健康教育信息。

1. 疾病风险评估报告中的风险等级的表示方法是()。

- A) 一般用危险因素个数
- B) 一般用相对危险性表示, 反映的是假设健康指标正常情况下的危险性的增减量
- C) 一般用绝对危险性来表示, 反映的是假设健康指标正常情况下的危险性的增减量
- D) 一般用绝对危险性来表示, 反映的是相对于一般人群危险性的增减量
- E) 一般用相对危险性表示, 反映的是相对于一般人群危险性的增减量

【答案】E

2. 膳食处方通常不包含()。

- A) 食物的份数
- B) 食物交换份
- C) 食物的种类
- D) 个人的能量需求级别
- E) 菜谱

【答案】E

3. 按服务对象的疾病危险程度分级, 对高度危险服务对象, 随访时间一般()。

- A) 根据医生建议进行设定
- B) 每3个月1次
- C) 每6个月1次
- D) 每星期1次
- E) 每年1次

【答案】B

【1-2共用题干案例分析多选题】

某电力公司有职工500人, 男性450人, 女性50人, 平均年龄36岁, 职工工作节奏快、昼夜轮班、体力活动少, 1/3职工常常失眠, 男性吸烟率80%, 近一月有职工在岗位猝死。公司立即组织对全员体检, 发现高血压检出率38%。为改善职工健康, 公司决定开展以控制血压为主要目标的健康管理工作。

【1-2共用题干案例分析多选题】

1. 对高血压高危人群的健康干预内容包括（ ）。

- A) 不吸烟
- B) 控制体重
- C) 缓解精神压力
- D) 增加身体活动
- E) 减少钠盐的摄入
- F) 限制饮酒

【答案】 ABCDEF

【1-2共用题干案例分析多选题】

2. 为调查高血压的主要原因，需要设定问卷或访谈的内容包括（ ）。

- A) 既往体检血压情况
- B) 配偶是否有高血压
- C) 体力活动如何
- D) 是否吸烟
- E) 是否经常失眠
- F) 口味是否重

【答案】 ACD

三、考试时间轴



四、报考条件

1. 申报程序

- (1) 健康管理师指定报名机构；
- (2) 在线报名填写提交申请，再提交本人身份证复印件（正反）、学历证书复印、工作年限证明原件各一张、两寸蓝底免冠证件照四张；
- (3) 办理报名预交费，发教材及电子试题，申请准考证和试卷；
- (4) 参加理论考核、专业能力考核和综合评审；
- (5) 考核每科均达到60分以上者，获取健康管理师证书。

专业	学历	年限
医药卫生专业	大专以上	
非医药卫生专业	大专以上	连续从事本职业或相关职业工作 2 年以上
医药卫生专业	中专以上	连续从事本职业或相关职业工作 3 年以上

2、健康管理师关于医疗卫生类专业分类介绍

医药卫生类专业类别	专业名称	专业代码
临床医学类 6301	临床医学	630101
	口腔医学	630102
	中医学	630103
	蒙医学	630104
	藏医学	630105
	维医学	630106
	中西医结合	630107
	针灸推拿	630108
	中医骨伤	630109
护理类 6302	护理	630201
	助产	630202
药学类 6303	药学	630301
	中药	630302

医学技术类 6304	医学检验技术	630401
	医学生物技术	630402
	医学影像技术	630403
	眼视光技术	630404
	康复治疗技术	630405
	口腔医学技术	630406
	医学营养	630407
	医疗美容技术	630408
	呼吸治疗技术	630409
	卫生检验与检疫技术	630410
卫生管理类 6305	卫生监督	630501
	卫生信息管理	630502
	公共卫生管理	630503
	医学文秘	630504

五、高校备考指导

1、高校备考指导——历年分值

操作技能	第1章 健康监测	17-23分	<ol style="list-style-type: none"> 信息的采集 体格测量的标准 信息的管理和保存
	第2章 健康风险评估和分析	20-27分	<ol style="list-style-type: none"> 健康风险评估工具的选择使用 常见健康风险评估报告的内容解释 健康风险的表示方法 健康风险评估的主要作用 健康风险评估操作的流程步骤 缺血性血管疾病发病风险评估 健康危险因素：生活方式、健康体验 健康风险评估的一般原理
	第3章 健康指导	18-22分	<ol style="list-style-type: none"> 健康生活方式指导 健康教育计划的制定原则方法 健康教育计划书制定 人际传播的应用 不同群体宣传资料的使用 沟通技巧：说话、倾听、提问、观察、反馈、非语言等

	第4章 健康危险因素干预	32-38分	1. 高血压/糖尿病/肥胖的干预方案的实施（干预的策略、程序、评估） 2. 烟草使用的干预（干预的策略、程序、评估）
--	--------------	--------	---

3、高校备考指导——复习阶段



3、高校备考指导——答学生问

(1) 考试难度如何？

答：历年难度中等，90%题目答案直接来源于书本，但是抠字眼。

(2) 怎样学习健康管理师？

答：理解+口诀、表格记忆。学习理论，理解并不断重复，与实践相结合。

(3) 只做题，不看教材、不听课行吗？

答：教材是基础，听课是理解，加上学习方法的结合，做题是在有基础的基础上巩固所学，建议以听课、看教材讲义为主，而后做题加以巩固。

4、高校备考指导——注意事项

(1) 熟悉电脑操作；

考生对人机对话系统不熟悉、对教材知识掌握不牢固、对考试时间分配不合理、没有补考等。

(2) 合理安排考试时间；

计算机屏幕下方会显示答题进度和考试剩余时间。

(3) 考生作答操作是不可逆；

案例分析题，当确认完成“第1问”，进入“第2问”后，考生无法查看或修改其“第1问”的选择。

- (4) 考场有监控。
- (5) 准确填写信息，准考证、证件号等。
- (6) 自觉遵守考试纪律。

