

**山东省“技能兴鲁”职业技能大赛—
2024 年全省健康照护行业职业技能大赛**

健康管理师

技能竞赛技术文件

2024年8月

目录

一 项目简介	3
(一) 项目描述	3
1. 项目名称	3
2. 参考标准	3
3. 职业描述	3
(二) 竞赛目的	3
(三) 竞赛内容	3
1. 竞赛命题	3
2. 考核模块	3
(四) 相关文件	6
二 选手的知识及能力要求	6
(一) 职业道德	6
(二) 基础知识	6
三 竞赛项目	8
(一) 竞赛形式	8
(二) 竞赛考试安排	8
(三) 竞赛命题方案	9
(四) 考场安排与裁判培训	9
四 评分标准	9
(一) 测量分 (客观)	9
(二) 评分流程说明	11
(三) 统分方法	11
(四) 裁判构成和分组	11
五 竞赛样题	12
六 竞赛相关设施设备	14
七 项目特别规定	14
八 赛场布局要求	15
九 健康安全和绿色环保	15
十、申述与仲裁	15

本项目技术工作文件（技术描述）是对本竞赛项目内容的框架性描述，正式比赛内容及要求以竞赛最终使用的赛题为准。

一 项目简介

（一）项目描述

1. 项目名称

健康管理师技能竞赛

2. 参考标准

《健康管理师国家职业标准》三级以上技能要求。

3. 职业描述

从事个体或群体健康状况监测、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人员。

（二）竞赛目的

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，坚持开放、公平、绿色、廉洁的办赛理念，创新竞赛形式，提高竞赛质量，推广竞赛成果，不断推进医养健康产业职业技能竞赛工作科学化、规范化、专业化，实现以赛促学、以赛促训、以赛促改、以赛促建，在全行业营造劳动光荣、技能宝贵、创造伟大的良好风尚，大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，为山东省医养健康产业提供坚实的技能人才支撑。

（三）竞赛内容

1. 竞赛命题

命题方式：以案例为导向，结合场景和人群特征命题。

2. 考核模块

（1）理论知识竞赛内容

参考《健康管理师（基础知识）》（中国劳动社会保障出版社）。

(2) 操作技能竞赛内容

本标准主要依照《健康管理师国家职业技能标准》三级/高级工、二级/技师的要求确定竞赛内容。

① 三级（高级工）考核内容

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
1. 健康监测	1.1 信息收集	1.1.1 能够选用健康调查表 1.1.2 能够填写健康信息记录表 1.1.3 能够进行身高、体重、血压等健康状况指标的测量与评价 1.1.4 能开展常规的健康监测	1.1.1 信息采集的原则、途径和方法 1.1.2 个体健康状况指标的测量与评价 1.1.3 国家基本公共卫生服务规范健康监测指标的意义 1.1.4 健康档案的基本内容和方法
	1.2 信息管理	1.2.1 能够使用相关工具录入信息 1.2.2 能够审核健康信息记录 1.2.3 能够传递和接收健康信息 1.2.4 能够保存健康信息并建立健康档案	1.2.1 健康信息鉴别与核实的原则和方法 1.2.2 数据录入及管理软件的应用基础知识 1.2.3 信息安全知识 1.2.4 个人隐私保护知识
2. 健康风险评估和分析	2.1 风险识别	2.1.1 能够识别常见慢性病的健康危险因素 2.1.2 能够使用选定的健康风险评估工具进行健康风险识别	2.1.1 常见慢性病的健康危险因素知识 2.1.2 主要健康风险评价指标的意义 2.1.3 健康风险评估工具使用方法
	2.2 风险分析	2.2.1 能够根据识别的健康风险结果做出基本判断 2.2.2 能够简要解读疾病风险评估的结果	2.2.1 健康风险评估参数的意义 2.2.2 健康风险报告的书写原则和要求
3. 健康指导	3.1 跟踪随访	3.1.1 能够采用面谈、电话、邮件或其他媒介方式进行健康信息分析和沟通 3.1.2 能够记录个体或群体健康信息，并进行定期动态比较 3.1.3 能够指导干预对象正确使用常用的健康监测工具	3.1.1 各种媒介方式（如即时通讯软件、邮件、健康管理平台等）的使用 3.1.2 科学观察和记录的技巧 3.1.3 常用健康监测工具的使用方法和注意事项
	3.2 健康教育	3.2.1 能够根据健康教育计划与管理对象的个性化需求，选用相应的健康教育方式 3.2.2 能够用多种途径进行健康信息传播	3.2.1 健康教育计划制订的相关知识 3.2.2 健康信息传播的相关知识
4. 健康危险因素干预	4.1 执行干预方案	4.1.1 能够执行个体或群体健康危险因素干预方案 4.1.2 能够监督个体或群体健康危险因素干预过程	4.1.1 健康危险因素（饮食、运动、心理、吸烟、饮酒等行为）的干预方法 4.1.2 骨质疏松和口腔健康相关健康危险因素干预方法
	4.2 监测干预效果	4.2.1 能够利用最基本的数据（问卷、身高、体重、血压、腰围、臀围等）和常用的健康监测设备（血压、血糖、计步等）记录的健康指标对干预效果作出评价 4.2.2 能够核查个体或群体健康危险因素干预计划实施方案执行情况 4.2.3 能够评估个体或群体干预的依从性	4.2.1 数据采集和健康监测工具的使用方法和注意事项 4.2.2 干预过程的记录和报告方法

②二级（预备技师）考核内容

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
1. 健康监测	1.1 信息收集	1.1.1 能够根据健康需求设计健康调查表 1.1.2 能够应用调查表收集健康信息	1.1.1 群体健康状况指标的测量与评价知识 1.1.2 调查表的制定与合理性评价 1.1.3 常用流行病学调查方法基础知识
	1.2 信息管理与使用	1.2.1 能够分类、汇总健康信息 1.2.2 能够使用常用数据管理软件检索、查询和更新健康信息 1.2.3 能够分析动态健康信息资料 1.2.4 能够撰写健康信息分析报告	1.2.1 信息分类和检索相关知识 1.2.2 常用数据处理方法和步骤 1.2.3 健康信息分析报告的相关知识
	1.3 监测方案制订与实施	1.3.1 能够制订健康指标采集方案 1.3.2 能够制订体检方案 1.3.3 能够实施健康监测方案 1.3.4 能够对监测方案进行质量控制	1.3.1 健康指标的收集、分类和评价知识 1.3.2 健康筛查与诊断相关知识 1.3.3 监测方案实施的质量控制方法及注意事项
2. 健康风险评估和分析	2.1 风险识别	2.1.1 能够识别重要的或可优先改善的健康危险因素 2.1.2 能够选择健康风险评估工具	2.1.1 生活方式对健康的影响及评估方法 2.1.2 行为及心理因素对健康的影响及评估方法
	2.2 风险分析	2.2.1 能够分析影响健康的危险因素及其可能产生的原因 2.2.2 能够评估个体健康风险程度 2.2.3 能够多维度解释多个疾病风险评估结果	2.2.1 流行病学因果关系判断的知识 2.2.2 健康风险评估技术的原理
3. 健康指导	3.1 健康教育	3.1.1 能够根据个体或群体的健康需求，制订健康教育计划 3.1.2 能够组织实施健康教育计划	3.1.1 个体或群体健康信息需求的评价方法 3.1.2 健康教育计划的制订原则和方法
	3.2 健康咨询	3.2.1 能够针对个体或群体不同需求，用电话、面谈及其他媒介方式进行健康咨询 3.2.2 能够根据咨询结果进行个性化指导	3.2.1 慢性非传染性疾病诊治与防控知识 3.2.2 不健康生活方式的干预知识
4. 健康危险因素干预	4.1 制订干预计划	4.1.1 能够制订个体或群体健康危险因素干预计划实施方案 4.1.2 能够根据个体或群体健康需求确定优先干预的健康危险因素	4.1.1 个体或群体健康危险因素干预计划实施方案制订的原则和方法 4.1.2 健康危险因素（有关高血压、脂代谢异常、高血糖、超重与肥胖、吸烟、心理问题等）干预方法
	4.2 实施与评估	4.2.1 能够对个体或群体健康危险因素干预计划实施方案进行全程监督与调控 4.2.2 能够评估干预的依从性、认知和指标的变化	4.2.1 干预活动的监测与控制方法 4.2.2 干预评估的目的和意义 4.2.3 干预评估的种类和方法
5. 指导、培训与研究	5.1 理论培训	5.1.1 能够对三级健康管理师开展理论培训	5.1.1 现代教育理论与现场教学方法
	5.2 实践指导	5.2.1 能够指导三级健康管理师进行信息收集 5.2.2 能够指导三级健康管理师进行健康评估 5.2.3 能够指导三级健康管理师进行健康干预	5.2.1 健康监测设备的使用方法和注意事项 5.2.2 健康管理平台的使用方法和注意事项 5.2.3 健康干预的理论知识和方法

（四）相关文件

1. 《健康管理师国家职业技能标准》
2. 第46届世界技能大赛健康与社会照护赛项技术标准和规范
3. 《中华人民共和国劳动法》
4. 《中华人民共和国执业医师法》
5. 《中华人民共和国食品安全法》
6. 《医疗机构管理条例》《中华人民共和国传染病防治法》等卫生法律、法规相关内容。

二 选手的知识及能力要求

（一）职业道德

1. 职业道德基本知识
2. 职业守则

(1) 公正原则：健康管理师应维护服务对象的健康权益，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) 尊重原则：健康管理师应告知被服务的个体或群体的权利和义务，向其说明健康管理工作的特点和要求，并征得其同意。

(3) 有利原则：健康管理师应坚持采用循证医学证据支持的健康管理服务，确保健康管理服务的科学性和有效性。

(4) 保密原则：健康管理师应严格遵守保密原则，不泄露个人的健康信息。

3. 礼仪和礼貌语言知识

礼仪、礼貌语言与沟通技巧基本知识。

（二）基础知识

1. 健康管理基本知识

(1) 健康管理的定义、科学基础及国外发展现状。

(2) 健康管理的服务内容和基本流程。

- (3) 健康管理的基本策略。
- (4) 健康风险评估理论与应用。

2. 基础医学知识

- (1) 人体系统、器官与组织的结构和生理功能。
- (2) 生物化学的基本概念。
- (3) 人体主要病理改变及其特点。
- (4) 药物的原理与临床常用药物分类与适应症。
- (5) 病原微生物的分类、特点及所致主要疾病。

3. 临床医学基础知识

- (1) 内外科主要系统疾病的诊断、治疗和预防要点。
- (2) 妇幼保健的重点问题及预防要点。
- (3) 主要慢性病的流行现状、危险因素、诊断、主要干预、治疗与康复措施。
- (4) 全科医学理论基础以及全科医学中的预防保健服务、常见健康问题的全科医学应对策略。

4. 中医学基础知识

- (1) 中医学理论体系的基本特点与诊疗原理。
- (2) 中药基本知识。
- (3) 针灸推拿基本知识。
- (4) 中医养生学的基本概念与方法。
- (5) 常见中医临床养生应用。

5. 预防医学基础知识

- (1) 预防医学基本概念与健康影响因素。
- (2) 健康教育和健康促进学基础知识。
- (3) 流行病学和生物统计学基础知识。
- (4) 营养、膳食与食品安全基础知识。
- (5) 身体活动与健康基础知识。

(6) 职业健康和环境健康基础知识。

6. 其他相关知识

(1) 心理学的基本概念、评估原则、常见心理问题及咨询干预方法。

(2) 医学信息学与智慧健康基础知识。

(3) 医学伦理学基础知识。

(4) 国家基本公共卫生服务规范。

(5) 健康服务市场与营销学相关知识。

(6) 健康保险的定义和分类及其在健康管理中的应用。

(7) 管理学的基本原理、方法及其在健康管理中的应用。

(8) 健康相关产品的分类、原理及应用知识。

7. 相关的法律、法规知识

(1) 《中华人民共和国劳动法》的相关知识。

(2) 《中华人民共和国执业医师法》的相关知识。

(3) 《中华人民共和国食品安全法》的相关知识。

(4) 《医疗机构管理条例》《中华人民共和国传染病防治法》等卫生法律、法规相关知识。

三 竞赛项目

(一) 竞赛形式

根据报名人数确定是否需要预赛选拔及晋级比例，具体比例将由裁判长根据当天报到人数核定后，在领队会议进行公布。

采用单人比赛模式，通过给予的案例描述，在指定的场景中，利用现有的资源，由标准化病人配合，对其进行自主和独立的健康管理，完成规定的任务和整体的过程。

(二) 竞赛考试安排

根据报名人数，如不需初赛，采用理论加技能形式进行考核，理论考核内容为100题，时间为50分钟。技能竞赛分设三个操作场景及

文字表达模块，考察健康监测、健康风险评估和分析、健康指导与健康风险干预等内容。技能模块结束后，选手需制定指定案例的健康指导书。重点考核选手对人群和个人健康信息采集和管理、健康和疾病的监测分析及评估、健康维护及健康促进的能力。

总成绩=理论成绩×20%+技能成绩×80%。

根据报名人数，如需初赛，采用理论加技能形式进行初赛选拔，理论考核内容为100题，时间为50分钟。初赛技能将由裁判长在公布的技能考核模块中抽取10分钟的技能操作进行考核。进入决赛选手的初赛成绩将以20%的比例折合入最终总成绩。

总成绩=初赛成绩×20%+决赛成绩×80%。

学生组和职工组根据报名人数确定比赛时间，比赛当天随机抽取竞赛试题。时间分配：每个模块各15分钟，阅读赛题各3分钟，健康指导书制定25分钟。考核内容时间并在时间进程上展现。为公平起见，所有的模拟考核均采用单个选手考核模式。抽签考核并轮换场景。

（三）竞赛命题方案

赛题以健康管理师职业标准为基础，结合场景和人群特征命题。

命题由专家组长负责，组织专家组成员按照大赛公布的最新技术文件组织编制。赛题中出现的评估测量的参数及评估的结果（如患者的一般情况、血糖的数值、神经功能检查的结果、疼痛的评分等），将通过讨论方式，随机呈现。目的在于考核选手对于专业技能的掌握和灵活应对能力，现场反应能力。

（四）考场安排与裁判培训

根据大赛委员会安排另行通知。

四 评分标准

本项目评分标准为测量分。

（一）测量分（客观）

测量分打分方式：按模块设置若干个评分组，每组由3名裁判参与打分。每个组所有裁判一起商议，在对该选手在该项中的实际得分达成一致后最终只给出一个分值。

1.测量分评分准则样例表：

类型	示例	最高分值	正确分值	不正确分值
满分或零分	疼痛评估方法正确	2	2	0
从满分中扣除	移动髋关节置换患者步骤正确，每错误一次扣 0.5，扣完为止	3	3	0-2.5
从零分开始加	健康教育的元素，每提到一个关键点得 0.5，最高 3 分	3	0.5-3	0

2.测量分评分细则样例表：

项目名称：健康管理师 选手编号：_____ 得分：_____

	项目	评分内容
1		操作实践
	M1	正确的问候患者，建立良好的合作关系。
	M2	核对患者身份。
	M3	沟通今天的主要事项和目标。
	M4	与患者建立融洽的关系，告知将要进行的步骤，缓解紧张，营造和谐氛围。
	M5	评估1
	M6	评估2
	M7	关注患者的感受和理解程度，给予适当的语言和非语言反馈。
	M8	任务1
	M9	任务2

	项目	评分内容
	M10	提供健康教育，宣教方法恰当，并关注宣教效果。
	M11	正确使用各类工具。
	M12	完成案例要求的所有任务及相关步骤。
	M13	展示良好的沟通技能，与患者进行有效沟通。
	M14	恰当地回应和回答患者提出的问题。
	M15	感染控制。
	M16	遵循安全原则。
	M17	提供积极的支持，鼓励患者提高自我管理的信心和能力。
	M18	有效/创新的方法或灵活的应对策略
	M19	正确记录、为患者提供所需的有效资料。
	M20	是否有违反以上未提到的法律、法规、公约、标准等。
2		文书（健康指导意见书）
	M21	字迹工整，有参赛者编号。
	M22	目标完整、明确、清晰，不少于3个。
	M23	有时间规划，或其他量化指标的体现。
	M24	每个目标不少于3条指导建议。
	M25	语句通顺，语言通俗易懂，没有歧义。

裁判组长签名： 裁判签名：

（二）评分流程说明

在各个模块中，对选手的操作能力和沟通交流能力进行现场过程记录，在预留的时间段内裁判组商议确定分值。文字部分选手完成后，根据结果，由裁判共同评分。计时到即停止比赛，未完成部分不得分。

（三）统分方法

统一由裁判长进行复核并签字确认，并由工作人员进行记录。

（四）裁判构成和分组

根据推荐的裁判人选，进行评估，就专业能力、组织管理能力和沟通能力，进行分组和分工，同时实行同单位回避原则。

1.裁判组：邀请专家担任裁判长、裁判组长，裁判员由技术指导专家和选手单位选派人员组成。

2.预期分组与分工方案：

按照场景和工作需要进行分组，即不同场景的案例裁判组。每组均包括1名组长和若干组员（根据裁判人数决定）负责按照规则评分。分组时避免组长与本单位选手一组（抽签后裁判长平行调整，不影响顺序）；裁判组将采取更多有效方式，保持组间一致，做到公平公正客观。

裁判可根据报名情况及比赛实际由裁判长进行适当调整。

五 竞赛样题

健康监测（例如：医院模块）

案例名称	案例描述	案例任务
二型糖尿病	<p>请为以下患者提供健康管理服务：</p> <p>王建国，男，68岁，患有二型糖尿病15年，一直使用口服药物控制血糖。一周前王先生感到头晕、疲劳无力，到医院就诊测量空腹血糖为15.8mmol/L。医生建议住院观察，并改用胰岛素注射控制血糖。经过一段时间的治疗，王先生的血糖已经稳定在正常范围，出院后将长期使用胰岛素控制血糖。</p> <p>今天是王先生出院的日子，现在是早上8点钟，王先生还没有吃早餐，你是医院的健康管理师，你的名字是张伟，你来为王先生提供健康管理服务，今天是你和王先生第一次见面。</p>	<p>你有15分钟的时间完成下列任务：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 请给王先生测量血糖 ● 请与王先生共同制定血糖监测方案并回答患者关注的问题

健康评估和分析（例如：社区卫生服务中心）

案例名称	案例描述	案例任务
乳腺癌术后	<p>请为以下患者提供健康管理服务：</p> <p>李玉华，女，60岁，已婚，今年6月份确诊为乳腺癌并进行了乳腺切除与重建手术。术中病理显示为腺癌早期，术后进行了一个周期的放射治疗，之后康复回家并定期随访。李女士年轻时就热爱跳舞，退休后参加了广场舞舞蹈队，患病后李女士变得很小心，除了必要的康复训练外，几乎不再活动。</p> <p>李女士预约了今天的社区卫生服务中心健康管理门诊，希望针对她的情况获得健康管理指导，你是健康管理师张伟，今天由你来接待李女士。</p>	<p>你有15分钟的时间</p> <p>完成下列任务：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 请对患者进行健康评估 ● 帮助李女士制定运动方案

健康指导和风险干预（例如：健康管理中心）

案例名称	案例描述	案例任务
肾移植	<p>请为以下患者提供健康管理服务：</p> <p>赵亮，女，71岁，老伴已经去世了，跟儿子住在一起，一年前诊断为肾衰竭并进行了肾移植手术。手术后康复情况良好，遵医嘱服药和随访。赵阿姨是北方人，口味比较重，喜欢吃腌制的食物，医生建议的营养和饮食方面的要求赵阿姨有些记不清了，平时也不遵守，赵阿姨的儿子很着急，帮赵阿姨预约了健康管理中心的门诊，希望可以针对赵阿姨的情况给予健康管理服务。</p> <p>你是健康管理中心的健康管理师张伟，今天由你来接待赵阿姨，赵阿姨的儿子因为工作原因没有一起前来。</p>	<p>你有15分钟的时间</p> <p>完成下列任务：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 评估赵阿姨的饮食和营养状况 ● 与赵阿姨一起制定营养和饮食方案并促进实施

健康指导计划书

案例名称	案例描述	案例任务
健康指导	<p>请为以下患者提供健康管理服务:</p> <p>李强, 男, 42岁, 某企业中层领导体检结果血压147/88mmHg。BMI 27.5, 总胆固醇5.8mmol/L。甘油三酯2.5mmol/L。高密度脂蛋白0.8mmol/L, 低密度脂蛋白4.2mmol/L。超声提示轻度脂肪肝。调查得知, 李先生个人饮食喜好口味重、油腻的食物如红烧肉等, 经常吃咸菜, 不喜欢素食和水果。经常工作应酬饮酒, 白酒八两或啤酒10瓶, 平时基本没有运动。</p> <p>你是健康管理中心的健康管理师张伟, 今天由你来接待李先生。</p>	<p>你有25分钟的时间</p> <p>完成下列任务:</p> <ul style="list-style-type: none">● 根据李先生的情况, 对李先生的饮食进行管理。

六 竞赛相关设施设备

决赛场地禁止自带使用的设备和材料

序号	设备和材料名称
1	手机等通信设备
2	移动存储设备
3	任何与竞赛内容相关的物品

七 项目特别规定

选手应遵守比赛相关规则, 服从裁判长的赛事管理。此外, 还应遵守以下特别规定:

所有人员一律不得携带录音录像等电子设备进场(包含参观、赛前培训等场景), 裁判培训期间如若携带记录设备将取消执裁资格。

裁判全程在旁观察并按照评分细则评分。健康指导书制定模块在规定的场所、规定的时间完成后交给裁判评分。所有模块由裁判当天完成现场评分。如有争议由裁判长协调。

裁判不得携带纸笔、录音、录像设备等记录工具进出赛场，不得损毁竞赛相关的任何文件及标准，如有发现，取消执裁资格。

未完成比赛的选手在指定区域候考，不可旁观比赛，不可对外交流。

参赛过程中每位参赛人员需标准化病人1名，标准化病人由主办方提供，不可自行带入考场。选手可在准备间备齐需要的物品，比赛前安排时间熟悉适应场地。

比赛全程不得向裁判提问或要求帮助；如遇设备故障，由裁判组共同判定后给予解决方案。

八 赛场布局要求

赛场安排在山东医药技师学院相关康养集训基地，参照健康管理师相关标准需要布置，具体事宜根据赛事安排实施。

九 健康安全和绿色环保

比赛承办场地配套良好的照明和通风设备及安全疏散通道，配备完备的灭火等应急处理设施，张贴安全操作及健康需求方面的明确规定，以及明确的现场紧急疏散指示图。有专人负责现场紧急疏导工作。

所有操作用具符合安全要求，参赛者保持比赛场地卫生，无任何遗留物品影响后续选手的比赛。在比赛过程中，参赛选手应严格遵守相关专业的操作规程，符合安全文明要求。爱护赛场的设施设备和操作用具。竞赛所用材料赛后可以回收再利用，用于相关专业人员的培训和练习。

十、申诉与仲裁

本赛项在比赛过程中若出现有失公正或有关人员违纪违规等现象，参赛单位领队可在比赛结束后2小时之内向监督仲裁工作组提出书面

申诉。竞赛组委会选派人员参加监督仲裁工作，监督仲裁工作组在接到申诉后的2小时内组织复议，并及时反馈仲裁结果，仲裁结果为最终结果。没有书面申诉或超过2小时再进行申诉的情况不予受理。