



国家卫生健康委人才交流服务中心
中国老年学和老年医学学会



健康指导能力提升项目

目录



01. 项目背景

02. 项目介绍

03. 项目优势

04. 考培方式

05. 合作支持

■ 项目背景及定义

01 项目背景

为贯彻落实《“健康中国2030”规划纲要》、《健康中国行动(2019-2030年)》、《“十四五”健康老龄化规划》相关工作任务和要求，坚持以覆盖全人群、全生命周期健康理念为中心，加强基层人民群众健康指导工作，中国老年学和老年医学学会(以下简称“学会”)和国家卫生健康委人才交流服务中心(以下简称“人才中心”)共同启动**健康指导能力提升项目**。

02 职业定义

健康指导：指根据健康中国行动（2019—2030年）相关工作要求，有针对性地根据个体或群体的健康需求，指导个人或群体掌握卫生保健知识，使之实行有利于健康的生活方式的行动。**健康指导**是从事个体和群体的慢性病的预防、营养、身体活动、心理、中医养生、康复以及健康教育、健康方面的检测、分析、评估咨询、指导和危险因素干预等工作的专业人员，是**健康管理行业**“领头羊”实用型健康管理人才。

■ 项目考核单位

国家卫生健康委人才交流服务中心



国家卫生健康委人才交流服务中心成立于1998年12月，是经中央机构编制委员会办公室批准成立的
的国家卫生健康委员会直属事业单位，主要承担全国卫生健康人力资源开发与服务职能。业务领域主要涵
盖人才评价、人才社会化服务、人才培养、政策研究、国际合作与交流等，致力于为卫生健康行业机构和
人员提供全方位、专业化、高品质的人才服务，为推动行业人才队伍建设和卫生健康事业发展做出贡献。

中国老年学和老年医学学会

中国老年学和老年医学学会是经国家民政部批准，具有权威性、学术性和国际性的国家一级社会团体。学会设有60多个分会，集聚了6600余位老龄工作者和权威专家，具有多学科、跨学科、交叉学科的优势。近年来，学会以职业技能提升为主要内容的老年营养师、照护师等培训培养工作取得积极效果，受到社会欢迎。仅以“基层慢病诊疗手册”口袋书编写出版引领带动的培训作品，就使全国37个城市和2000多个县级医院的6万多基层医生和护士及社区护理院的护理人员受益。

中国老年学和老年医学学会
CHINA ASSOCIATION OF GERONTOLOGY AND GERIATRICS

中国老年学和老年医学学会关于召开2022年学术大会的通知

今年学术大会主题确定为“推动实施积极应对人口老龄化国家战略”

科学防治慢病
中国慢病管理大会 助力老龄健康

8月26-28日·北京

指导单位：中国老协 主办单位：中国老年学和老年医学学会
支持单位：国家心理健康和精神卫生防治中心 中国老年事业发展基金会 中国健康管理协会 中国康复医学会 中国研究型医院学会 中国老年保健协会

通知公告

- 中国老年学和老年医学学会关于召开2022年学术... 2022-10-24
- 2022年老年友善医疗机构建设标准解读(第三期)... 2022-10-24
- 关于2022年度第二期“老年营养师职业技能证... 2022-10-21
- 喜迎二十大 | 中共中央召开党外人士座谈会 征求... 2022-10-14
- 关于开展已认定长寿之乡“回头看”及助推寿乡... 2022-10-14
- 2022第四期工作简报 2022-10-13
- 中国老年学和老年医学学会保健康复分会2022年... 2022-09-28
- 2022年中国老年大学联盟成立三周年纪念册 2022-09-28

项目批复文件



2022年10月国家卫生健康委人才交流服务中心、中国老年学和老年医学学会：
健康指导能力提升项目启动！

健康指导与健康管理员、营养师的区别

营养师是专门指通过严格营养基础理论学习的专业人员。健康管理师是从事对人群或个人健康和疾病的监测、分析、评估以及健康维护和健康促进的专业人员。**健康指导是一种综合身份，是集营养师、心理咨询师、健康管理师、健康教育专家等多种职业于一身的复合型教练型人才。**



亮点1：岗位需求广泛：健康指导更具有广泛性，健康指导涉及多个健康相关的学科领域，如老年健康指导、营养指导、心理健康、生活方式指导、运动指导等，而不像健康管理师或营养师那样聚焦单一领域。



亮点2：门槛相对较低：相较于健康管理师和营养师，健康指导的入门门槛稍低，对学历、专业知识和技能的要求更为基础和广泛，适合更多不同背景的人群加入这个行业，尤其对于刚刚接触健康服务行业的人来说，这是一个很好的入门岗位。



亮点3：发展机遇好：随着我国健康中国的战略实施和公共卫生服务体系的不断完善，政府对健康教育与健康指导给予了高度重视，对健康指导员这类能够下沉到基层、直接服务群众、起到“授人以渔”培训指导作用的专业教练型人才需求持续增大，为健康指导员的职业发展带来了更多的政策支持和就业发展机遇。

项目优势

01



培训优势

在培训产业发展的新时期，我们更强调**回归培训的本质**——**项目坚持围绕以提升技能、增强实用经验为目标**，规划设计切合实际、紧跟行业潮流的课程体系，确保培训内容的前瞻性和实用性。

02



师资优势

引进并培养**既有丰富理论知识又有实践经验**的行业专家型师资队伍，确保实训教学质量，内容深入浅出，通俗易懂。

03



线上考核

项目采用线上学习，线上考核的方式，课程有录播课、直播课多种形式。学员可以根据自己的时间灵活安排学习时间，学习更方便、更省心。

04



颁发双证书

学员通过考核后，颁发双证，由中国老年学和老年医学学会颁发“职业技能培训证书”、由国家卫生健康委人才交流服务中心颁发“卫生健康行业技能人才评价工作考试合格证书”并在双方官方网站上提供证书查询。

■ 师资团队介绍



唐斌

纽柏抗衰老国际医生集团 创始人、首席专家
中国抗衰老促进会自然抗衰老专业委员会 主任委员
美国抗衰老医学会 会员
美国健康管理学 博士

从事外科临床多年，致力于抗衰老和疑难慢病的研究，以及抗衰老和疑难慢病突破性新技术在全球的推广与应用。



赵洪伟

吉林省脑科医院副主任营养师
吉林省营养中级技术职称第一人
吉林省营养学会四平工作委员会副会长
中国老年保健医学研究会老年营养组常务委员
吉林省营养学会老年营养与康复委员会常务委员
中国营养学会注册营养师
国家健康管理师
国家公共营养师
四平健康教育专家组专家讲师
从事健康管理近30年



栗书河

中国管理科学学会旅游管理专业委员会副主任
中国商业技师协会学术研究部主任
中国食文化研究会民族食文化专业委员会副主任
中关村智博青年人才就业创新促进中心副主任
中关村绿谷生态农业产业联盟顾问专家
北京开放大学餐饮学院特聘教授
餐饮服务高级技师
国家职业技能鉴定高级考评员



王莹

主任医师
心血管内科学硕士
健康管理师
作为主要负责人承担科研项目2项
在国际权威杂志“Diabetes & Vascular Disease Research”；“Clinical and Experimental Hypertension” 等以及中华心血管病杂志发表论文
现任北京医学会健康管理学分会常委
首都医科大附属北京朝阳医院健康体检中心主任
北京健康管理协会理事

■ 师资团队介绍



张晋

中国科学院西苑医院治未病中心主任
主任医师、博士生导师医学博士
国家中医药管理局传承博士后
全国名老中医药专家学术继承人
第四批全国优秀中医临床人才
首都中青年名中医北京市中医传承指导老师
中华医学会健康管理分会委员
中华中医药学会健康管理分会副主任委员
中华中医药学会治未病分会副主任委员
中华中医药学会普方分会副主任委员
中华中医药学会健康管理分会常务委员
中国药膳研究会文化建设专委会主任委员



郭威

纽约大学物理治疗硕士
美国注册物理治疗师
中国队游泳队前队医
前国家体育总局体育科学研究所体医融合促进与创新研究中心科学锻炼指导师领队
中国生物物理学会体育医学分会理事
师从美国物理治疗师联盟主席Dr. Marilyn Moffat
养生堂、健康北京，健康中国客座运动专家



王君

副主任医师
健康管理师
国际营养师
高级运动指导师
中国健康管理协会理事
功能医学分会理事
中华中医药学会健康管理分会常务委员
师从全国著名老中医梁贻俊教授
先后在中日友好医院多个临床科室及瑞士“Belp”医院中医科从事医疗工作，担任医疗组长
现主要从事健康管理、中医治未病、功能医学干预
共发表论文及著作20余篇



刘海丹

主治医师、全科医师、
临床医学硕士、
国家健康管理师、运动处方师
北京市优秀微博科普专家
中华中医药学会健康管理分会青年委员
中华中医药学会养生康复分会青年委员
中国人体健康促进会委员健康促进分会委员
北京中医药学会中老年眼病分会委员
曾获中华中医药学会科技进步二等奖
中国中西医结合学会科技进步二等奖
擅长应用全科专业技术进行健康评估、危险因素干预、中西医结合治未病、慢性病健康管理及中医药眼部保健和预防

培训内容

课程培训大纲： 共13章

第一章 健康指导概论

健康的定义和特点，健康教育与健康促进，我国健康指导与管理现状，健康指导的定义和特点，健康指导的意义，我国居民健康指导的渊源，疾病指导，重点人群指导，生活方式指导，突发事件指导

第二章 临床医学基础知识

细胞结构，四大组织，器官介绍，九大系统，常见症状识别及临床意义，身高与坐高测量方法、要求、意义，体重测量方法及意义，其他人体格测量方法及意义，血常规，尿常规，粪便常规，肝功能，肾功能，两对半，血糖测定，日常抗感冒、解热镇痛类药物，日常止泻药、胃药，降压、降糖及心脑血管药物，外用药及软膏类药物

第三章 预防与健康指导

全球疾病预防策略，健康中国2030战略，预防医学的概念、特点，三级预防概述，健康危险因素的概念，健康危险因素的分类，食品安全指导，生活环境安全指导，职业卫生指导，传染性疾病概述，乙型肝炎与肺结核杆菌，艾滋病、狂犬病、手足口

第四章 膳食与营养健康指导

营养素及营养素价值评价，食物营养与食品营养价值评价，我国居民膳食结构与营养素摄入，我国居民的膳食结构状况评价，人体营养状况测定与评价，营养食谱的编制

第五章 科学运动指导-体医融合

运动强度指标，运动强度的分类，运动心率计算，运动处方的由来及概念，运动处方的分类及原理，运动处方的内容及作用，运动处方的制定与应用，运动是营养—来自临床实践，运动是营养—在体重控制方面的应用，运动评估，运动处方数据库及数字疗法

第六章 心理健康指导

心理健康的定义，衡量人的健康标准，心理疏导的定义、特点，心理疏导人员应具备的条件，心理疏导的过程，心理疏导谈话技巧，心理测量常识

第七章 中医健康指导

中医学概述，中医治未病的概念、原则和方法，中医适宜技术，中医体质调理，中医的药食同源，中医外用膏方，常用中成药

第八章 健康指导工作方法及流程

健康信息的概念、特征，健康信息的收集方法，健康信息的利用，公众健康信息的甄别，健康评估的操作方法，高血压的健康指导案例

第九章 抗衰老和健康

抗衰老概述、为什么抗衰老（整体抗衰老）、抗衰老健康指导（细胞能量+面部年轻化+体重管理、细胞修复、营养、荷尔蒙平衡+免疫修复、免疫修复+抗氧化+肠道微生态）

第十章 常见慢性非传染性疾病健康指导

我国慢性病快速攀升的原因，我国慢性病防治工作规划，不良生活习惯与慢性病的因果关系，高血压人群的健康指导，糖尿病人群的健康指导，超重人群的健康指导，冠心病人群的健康指导，慢性阻塞性肺疾病人群的健康指导，骨质疏松症人群的健康指导，慢性肿瘤患者人群的健康指导，老年痴呆症人群的健康指导，肾病患者人群的健康指导，其他慢性病的健康指导

第十一章 特殊人群的健康指导

服务对象及0-6岁儿童健康指导的意义及服务流程，0-6岁儿童，健康指导内容服务要求及工作指标，服务对象及孕产妇健康指导的目的及服务流程，孕产妇健康指导的内容，孕产妇健康指导的服务要求及工作指标，服务对象及老年人健康指导的服务流程，老年人健康指导的服务内容，老年人健康指导的服务要求及工作指标

第十二章 健康教育与健康促进

健康教育的概念，健康教育的功能和特点，健康教育与健康促进的关系，关于行为的基本理论，关于传播的基本理论，关于教育的基本理论，健康教育培训的作用、特点和方法，健康教育培训中应注意的问题、效果评价，健康传播的策略，大众传播活动，人际传播活动，活动的策划思路

第十三章 健康指导服务营销

健康指导服务营销的概念、特性及原则，健康指导服务营销模式和特点，健康指导服务产品特点，健康指导营销对象及消费行为，建立健康指导营销理念，目标客户的确定，做好市场定位，把握市场机会，健康指导服务营销基本策略，互联网思维下的健康指导服务商业推广

■ 学习考试平台



培训方式：理论和实践相结合

培训总时长：50学时

考试时间：60分钟

考试模式：电脑端，需要开启人脸识别

学习平台：学员报名后通过学习平台，进行课程学习
码兑换，学习相关课程。

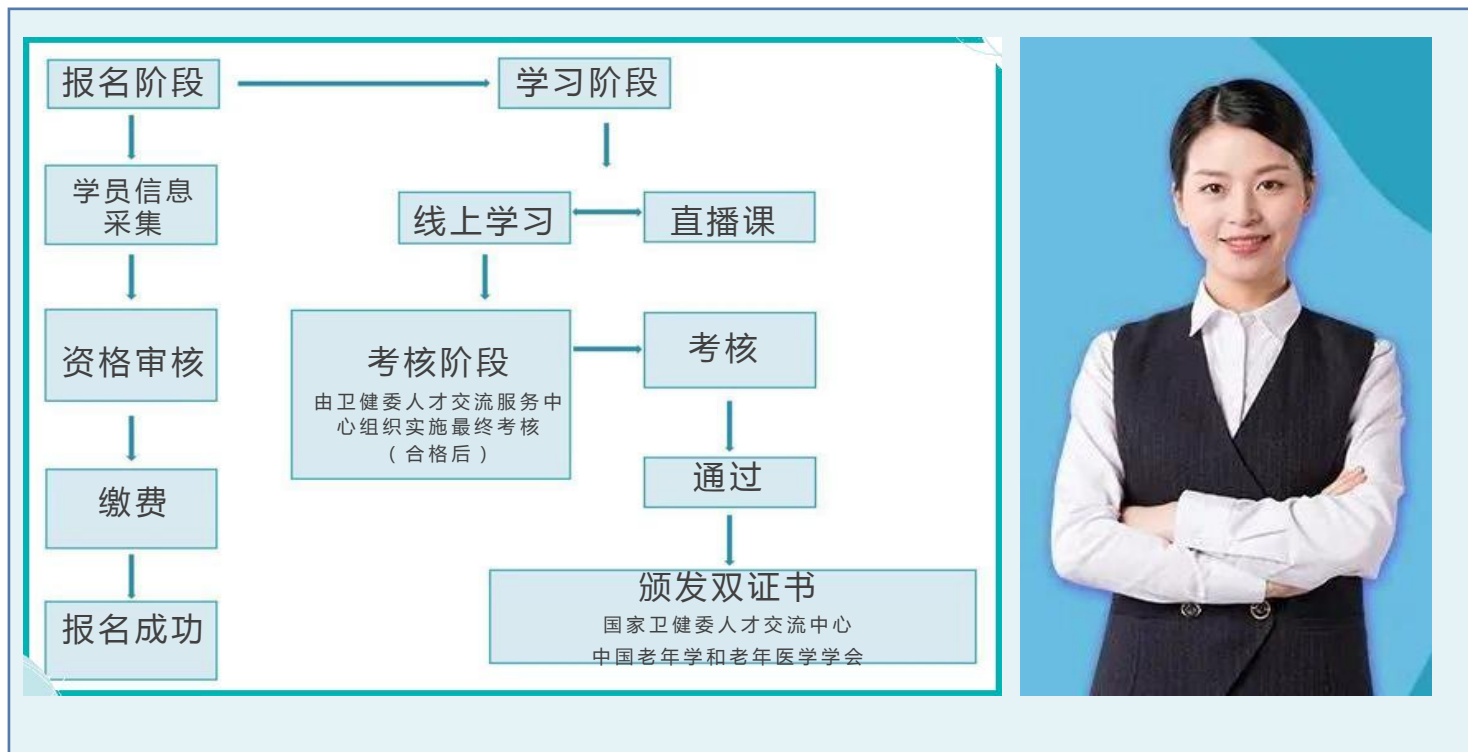


成绩发布：考后45个工作日（国家卫生健康委人才交流中心官网）

注意事项：考核不合格者**只有一次免费补考机会**。（跟随下一次考试一起完成）

考试平台：登陆国家卫健委人才交流中心官网-选择考
试评价-技能人才评价-系统入口-考试入口，进入考试。

■ 学习报考流程



■ 报考要求



满足三项条件之一

- 1.具有三年以上健康管理服务工作经验的从业人员。
- 2.具有中专以上健康相关专业的人员。
- 3.大中专院校相关专业的在校生。

■ 报名材料

标准化报名材料示例



学历证书扫描件



两寸电子证件照(蓝底)



学信网学历证书电子注册备案表

学员需提供电子版证件照片，身份证扫描件，工作证明。

➤ 照片格式要求：

(1) 上传照片必须为考生本人近期正面免冠彩色证件照，务必保证照片清晰、可辨认，其他如生活照、视频捕捉、摄像头所摄等照片一律不予审核，除军人外其他报名人员不得着制式服装拍照，女性不得穿背带式服装拍照；

(2) 照片大小为小2寸,格式为jpg,文件大小必须在45kb— 60kb之间，文件名以学员身份证号命名；

(3) 头部占照片尺寸的 2/3,蓝色背景；

(4) 面部正面头发不得过眉,露双耳, 常带眼镜的考生应配戴眼镜,不得佩戴首饰。

(5) 报名上传的照片需要与制证照片一致。

证书样本及查询

考核合格后，由中国老年学和老年医学学会、国家卫生健康委人才交流服务中心颁发“双证书”

考核机构：国家卫生健康委人才交流服务中心
卫生人才网)

成绩发布：考后45个工作日（国家卫生健康委人才交流服务中心官网-原中国

卫生人才网）
中国老年学和老年医学学会（<http://www.cagg.org.cn/>）

国家卫生健康委人才交流服务中心官网（<https://www.21wecan.com>）

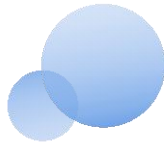


中国老年学和老年医学学证书样本



国家卫生健康委人才交流服务中心证书样本

■ 项目合作



合作对象



1. 职业培训机构。
2. 各地职业院校等。
3. 人力资源服务公司（劳务公司）。
4. 大健康服务企业。
5. 自由创业者。

合作条件



1. 热爱大健康产业，致力于推动中国医疗健康产业职业教育发展。
2. 具有合法资格的法人或自然人。
3. 拥有自己的办公场地和办公人员。
4. 接受项目方的合作规则。

合作政策



1. 提供优质师资、培训课程、营销工具，专人指导服务，提供学习考试平台……
2. 招生范围：不限。
3. 提供统一招生服务支持体系。

合作支持





国家卫生健康委人才交流服务中心
中国老年学和老年医学学会



EDUCATION

优质项目 共享共赢