

<<健康管理实用技术>>

图书基本信息

书名：<<健康管理实用技术>>

13位ISBN编号：9787506743334

10位ISBN编号：7506743337

出版时间：2009-8

出版时间：中国医药科技出版社

作者：孙爱萍

页数：556

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<健康管理实用技术>>

前言

健康管理是朝阳产业，是我国卫生服务事业今后发展的主潮流。

随着国外健康管理服务模式的引进，具有中国特色的健康管理服务模式也在探索之中逐步完善和走向成熟。

世界卫生组织指出：人的健康8%取决于医疗条件，10%取决于社会因素，7%取决于环境因素，15%取决于遗传因素，60%取决于生活方式。

所以说，人的健康主要取决于生活方式因素，而改善和维护健康的最佳方式就是参与以矫正生活方式为主题的健康管理。

健康管理是一个连续的、长期的、循环往复、始终贯穿的过程。

健康管理是一种方法，更是一套完善、周密的服务程序，其目的在于使健康的人以及患者更好地拥有健康、恢复健康、促进健康，并节约经费，有效降低医疗费用的支出。

纵观国内外健康管理服务模式可谓是缤纷异彩，各有千秋。

而在细节服务实施过程中探索和实践其服务模式与方法，则需要大批的专业人才全身心地投入到实际服务中，才能更好地服务于民，提高全民健康素质，推动行业的迅速发展。

同时更需要我们对接受服务的对象如何参与健康管理以及健康管理服务有哪些内容、实施哪些干预手段等进行深入的了解，才能积极主动地配合和实施自我管理，使健康管理得到有效的服务。

通过2年时间对我国健康管理业界开展的系列调研情况分析表明，目前国内开展的健康管理实用技术服务和规范标准极其欠缺；缺少具有实用性和指导性的教程，使得健康管理从业人员在实际工作中感觉缺乏具体的流程与方法，不知如何规范地实施和运作。

而接受服务的对象更是对健康管理的全新概念有着不同的认识，甚至将就医诊疗认为就是健康管理的全部。

为了更好地服务于客户，我们根据服务需求编写了本书。

在编写过程中组织了国内健康管理行业中的实战专家、教授，对本书的知识结构、方法和内容等进行了研讨，同时借鉴和汲取了国内外的健康管理理念、经验和精华，并征求了广大健康管理行业从业者、热爱此项工作的相关人士和接受服务客户的意见和建议，最终完成此书的编写。

本书旨在帮助读者增强核心竞争力、培育职业化高层管理团队，以提高其发展的战略执行能力，为服务需求者提供优质专业的服务；使接受服务的对象，清清楚楚、明明白白地接受服务，共同配合协作，有效地改善和促进大众健康。

<<健康管理实用技术>>

内容概要

这是一本关于健康管理方面的书，编者根据多年管理经验，总结国内外健康管理理念编写而成。全书共四篇，分别是服务篇、专业篇、干预篇、案例篇，介绍了健康管理服务的流程、人体营养测评、健康风险评估、慢性疾病预防与健康管理等知识及案例分析等内容。书末附有健康状况调查问卷、人体营养测评及人体组成评定方法等知识。内容翔实、语言精炼、实用性强，可作为健康管理师培训教程，普通民众亦可从本书中学会自我健康管理。

<<健康管理实用技术>>

作者简介

孙爱苹，女，从医20余年，主要从事临床内科、妇幼保健、全科医疗、健康管理和营养保健等多学科医疗保健工作。

近11年主要从事高端企业家的健康管理与私人医生服务及健康教育培训与专题讲座工作；尤其在常见病、慢性病（糖尿病、高血压、血脂异常、肥胖、代谢综合征、颈椎病等）及其并发症的综合干预与管理等方面有着较为丰富的经验和独特的方法，赢得了众多患者及会员的信任和认可。

书籍目录

服务篇 第一章 健康管理服务总论 第一节 健康管理绪论 第二节 “健康中国2020”战略 第三节 健康管理服务内容 参考文献 第二章 健康管理服务的总流程 第一节 健康管理服务的分类与基本流程 第二节 健康管理服务实践内涵模式 第三节 健康管理服务现状分类与分层 第四节 健康管理的实施步骤 第五节 健康管理服务总流程 第六节 全方位健康管理服务体系 参考文献专业篇 第三章 人体营养测评 第一节 营养学基础概论 第二节 营养与健康的关系 第三节 中国居民膳食营养素参考摄入量 第四节 人体营养调查 第五节 膳食结构与膳食指南 第六节 膳食结构特征模式 第七节 人体营养状况评价 第八节 人体生命不同时期的营养需求 第九节 各类食物互换 第四章 个性化营养食谱的制订 第一节 营养食谱的编制 第二节 个性化食谱制订举例 参考文献 第五章 健康风险评估 第一节 健康信息收集 第二节 健康风险评估干预篇 第六章 十大慢性疾病的预防与健康管理 第七章 骨科疾病的预防与健康管理 第八章 中医与养生 第九章 心理健康与压力管理 第十章 健康运动与身心管理案例篇 第十一章 健康管理案例分析附录

章节摘录

插图：服务篇第一章 健康管理服务总论第一节 健康管理绪论2003年12月25日，卫生部、原劳动和社会保障部、中国保监会在北京召开了“ 健康管理与医疗保障（险）高层论坛会 ”，使健康管理受到广泛重视，取得共识，被推广应用并产生显著效果，同时在实践中有了进一步的认识。

2005年10月25日，原劳动和社会保障部正式发布了第四批健康管理师、公共营养师、芳香保健师（SPA）、医疗救护员、紧急救助员等在内的11个新职业。

2005年11月29日，原劳动和社会保障部办公厅函复卫生部办公厅《关于同意将医疗救护员等2个新职业纳入卫生行业特有职业范围的函》（劳社厅函[2005]425号）中指出：同意将医疗救护员、健康管理师2个职业纳入卫生行业特有职业 ”。

一、健康管理行业兴起背景（一）健康管理的起源在我国浩瀚的中医学文献中，我们可以很容易地发现健康管理的思想火花。

2000多年前的古代医学名著黄帝内经《素问·四季调神大论》：“ 圣人不治已病治未病，不治已乱治未乱，此之谓也。

夫病已成而后药之，乱已成而后治之，譬犹渴而穿井，斗而铸锥，不亦晚乎 ”。

<<健康管理实用技术>>

编辑推荐

《健康管理实用技术》是由中国医药科技出版社出版的。

<<健康管理实用技术>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>