

# 《健康管理实用技术》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：726000

印刷时间：2009年08月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：精装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787506743334

## 内容简介

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。

## 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

### 第七章 骨科疾病的预防与健康

### 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

## 在线试读部分章节

## 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”。

……

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)