



中 华 中 医 药 学 会 标 准

T/CACM 006/4—2016

---

中医健康管理服务规范  
第4部分：中医健康状态跟踪服务

Standard of Health Management Service of TCM  
Part 4: Health State Tracking Service of TCM

---

中 华 中 医 药 学 会 发 布



中 华 中 医 药 学 会 标 准

T/CACM 006/4—2016

---

中医健康管理服务规范  
第4部分：中医健康状态跟踪服务

Standard of Health Management Service of TCM  
Part 4: Health State Tracking Service of TCM

---

中 华 中 医 药 学 会 发 布

图书在版编目(CIP)数据

中医健康管理服务规范.第4部分:中医健康状态跟踪服务/中华中医药学会编, —北京:中国中医药出版社, 2016.10

ISBN 978-7-5132-3683 -6

I.①中 . II.①中… III.①中医学-保健-卫生服务-规范 IV.①R212-65

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第234372号

中华中医药学会  
中医健康管理服务规范第4部分:中医健康状态跟踪服务  
T/CACM 006/4—2016

中国中医药出版社出版  
北京市朝阳区北三环东路28号易亨大厦16层  
邮政编码100013  
网址 [www.cptem.com](http://www.cptem.com)  
传真01064405750  
廊坊市晶艺印务有限公司印刷  
各地新华书店经销

开本880×1230 1/16 印张1.5 字数44千字  
2016年10月第1版 2016年10月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-3683-6 定价20.00元

如有质量问题请与本社出版部调换  
版权专有 侵权必究  
社长热线01064405720  
读者服务部电话0106406541584042153  
书店网址 [esln.net/qksd/](http://esln.net/qksd/)

# 前 言

本部分按照GB/T1.1—2009 给出的规则起草。

《中医健康管理服务规范》分为四个部分：

——第1部分：中医健康状态信息采集；

——第2部分：中医健康状态评估；

——第3部分：中医健康状态调理；

——第4部分：中医健康状态跟踪服务。

本部分为《中医健康管理服务规范》的第4部分。

本部分由中华中医药学会提出并归口。

本部分起草单位：中华中医药学会、湖南中医药大学。

本部分主要起草人：洪净、何清湖、孙贵香、张冀东、陈燕、刘旺华、刘倩倩、刘琦、龚兆红、杨玉芳、倪佳、向岁、曾庆佳。

本标准技术顾问(按姓氏笔画排序)：王琦、孙光荣、张伯礼。

参与论证专家(按姓氏笔画排序)：丁成华、马烈光、王平、王东生、王伽伯、王秀兰、王琦、毛以林、方朝义、甘慧娟、史丽萍、付国兵、冯国湘、冯晓远、朱云、朱吉、朱嵘、任开益、刘杰、刘建和、刘春生、刘密、刘富林、关涛、许海玉、孙昌杰、严蔚冰、杜惠兰、李丽、李灿东、李卓军、李定文、李建、李晓屏、李铁浪、李慧、杨志波、杨国强、杨炳忻、杨洪军、杨朝阳、肖小河、肖作为、吴玉冰、邹忠梅、何雅莉、沈欣、汪受传、张水寒、张本钢、张霄潇、林雪娟、林谦、季光、周德生、赵怀润、赵迎盼、荆志伟、胡学军、姚勤、聂宏、莫美、袁肇凯、徐春军、高颖、高蕊、郭义、郭兰萍、郭宇博、郭清、唐旭东、黄岑汉、黄惠勇、梁雪娟、董昌武、蒋力生、喻嵘、詹志来、瞿岳云等。

以上专家对本部分提出了许多宝贵意见，在此一并表示感谢。

# 引 言

中医健康管理是根据中医学基本理论，运用中医“整体观念”“治未病”思想，结合健康管理学理念，对社会个体或群体的健康状态进行系统的信息采集、评估、调理以及跟踪服务，从而提高人口健康素质的动态服务过程。

随着“以疾病治疗为中心”向“以健康促进为中心”的医疗服务模式转变，广大民众对中医健康管理服务的需求日益迫切，然而当前中医健康管理水平参差不齐，健康管理流程欠规范，缺乏系统的、动态的健康管理服务。为此，我们编制了《中医健康管理服务规范》（以下简称《规范》）。本《规范》是用于指导和规范中医健康管理流程、内容和方法的规范性文件。编写本《规范》的目的旨在为各健康管理机构和健康管理提供技术操作规范，使中医健康管理技术更好地为民众健康服务。

中医健康状态跟踪服务，是在中医学理论指导下，建立健康状态档案，并通过对健康状态的动态监测、健康教育和指导，从而提升公民健康素养，减少亚健康人群，促进疾病康复的动态服务过程。本部分是《中医健康管理服务规范》第4部分，是用于指导和规范中医健康状态跟踪服务的规范性文件。

# 目 次

前言 .....	I
引言 .....	III
1 范围 .....	1
2 规范性引用文件 .....	1
3 术语和定义 .....	1
4 健康监测 .....	2
4.1 健康监测的内容 .....	2
4.2 健康监测的形式 .....	2
4.3 健康人群的监测 .....	3
4.4 常见亚健康综合症的监测 .....	3
4.5 常见慢性疾病的监测 .....	4
5 健康教育 .....	7
5.1 中医健康教育服务对象 .....	7
5.2 中医健康教育的内容 .....	7
5.3 其他健康教育内容 .....	9
5.4 健康教育的形式及流程 .....	9
6 健康档案管理 .....	10
6.1 健康档案建设的目标 .....	10
6.2 健康档案的内容 .....	11
6.3 健康档案管理的流程 .....	11
6.4 健康档案的使用 .....	12
6.5 健康档案服务的要求 .....	12
6.6 健康档案服务的考核指标 .....	12
附录A (资料性附录) 健康状态监测记录表 .....	13
参考文献 .....	15

# 中医健康管理服务规范

## 第4部分：中医健康状态跟踪服务

### 1 范围

本部分规定了中医健康状态跟踪服务的操作方法与内容，包括健康监测、健康教育、健康档案管理。

本部分适用于健康管理机构、健康服务机构、治未病中心、体检中心、社区卫生机构、营养指导顾问机构等。

### 2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件，仅所注日期的版本适用于本文件。凡是不注日期的引用文件，其最新版本(包括所有的修改单)适用于本文件。

- GB/T 15657—1995《中医病证分类与代码》
- GB/T 16751.1—1997《中医临床诊疗术语 疾病部分》
- GB/T 16751.2—1997《中医临床诊疗术语 证候部分》
- GB/T 16751.3—1997《中医临床诊疗术语 治法部分》
- GB/T 20348—2006《中医基础理论术语》
- WS 365—2011 城乡居民健康档案基本数据集
- WS/T424—2013 人群健康监测人体测量方法
- 《中国血糖监测临床应用指南》2015年版
- 《慢性乙型肝炎防治指南》2015年版
- 《健康档案基本架构与数据标准(试行)》2009年版

### 3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

#### 3.1

#### **健康监测 Health state monitoring**

健康监测是通过系统的健康评估对服务对象进行动态的、连续的健康状态监测，从而掌握服务对象健康状态的变化，以为服务对象进行及时的健康调理提供依据，并进行有效的健康监控管理。

#### 3.2

#### **健康体检 Health state examination**

健康体检或称健康检查，是指对无症状个体和群体的健康状况进行医学检查与评价的医学服务行为及过程，其重点是对慢性非传染性疾病及其风险因素进行筛查与风险甄别评估，并提供健康指导建议及健康调理方案。健康体检是实施疾病早期预防和开展健康管理的基本途径及有效手段之一。

#### 3.3

#### **中医健康教育 Health education of TCM**

运用中医“治未病”理论，通过有计划、有组织地开展系统的中医健康科普教育活动，使人们自觉地采纳有益于健康的行为和生活方式，预防疾病，促进健康，提高生活质量，并对教育效果做出评价。通过健康教育，能帮助人们了解哪些行为是影响健康的，并能自觉地践行有益于健康的行为和生活方式。

#### 3.4

#### **中医健康档案 Health record of TCM**

运用中医“治未病”理论，以中医整体观念为指导，记录健康相关的一切行为与事件的档案。

中医健康档案的核心，是将公民个体及群体的身心健康(健康状态、亚健康状态、疾病状态等)状态实现信息多渠道动态收集，进行规范、科学的记录，从而满足公民个体及群体自身健康评估、健康监测需要，为提升健康素质，评价调理效果，促进疾病康复提供依据。

## 4 健康监测

### 4.1 健康监测的内容

#### 4.1.1 微观监测系统

包括常规微观监测及特殊微观监测项目。常规微观监测项目，如三大常规、血压、血糖、心电图、生化指标等。特殊微观检测项目视服务对象健康状况而定。

#### 4.1.2 宏观监测系统

体质类型、生活质量、生活环境、饮食起居习惯等，如职业病危害因素，电离辐射健康危害因素，食品健康危害因素等。

#### 4.1.3 中医四诊情况

定期指派专业的中医健康管理师监测服务对象的望、闻、问、切情况。

#### 4.1.4 体格检查

定期对服务对象的健康状况进行体格检查，视其健康情况而选择检查项目。

#### 4.1.5 调理计划实施情况

定期对服务对象进行电话、短信服务和邮寄健康管理资料和健康提示，定期监督随访，询问服务对象的健康管理计划实施情况，一方面可以督导实施，另一方面可以了解服务对象依从性、心理状况等。

#### 4.1.6 监控系统的完善和运行

——健康状态：对体质进行评估，提示可能的健康风险，给予针对性的健康指导。

——亚健康状态：对亚健康状态进行预警，对可能导致疾病的危险因素给予提醒，并督促服务对象远离高危因素。

——疾病倾向：对疾病倾向给予提示，尽早纠正机体的偏颇；对存在的疾病建议就诊科室，提供有利疾病向愈的调理方式，建议重点检测以及后期复查指标。

——疾病状态：对已病对象进行督促和指导，缩短疗程，促进康复。

——依从性：服务对象对诊疗建议的依从情况的监测。

——健康监测内容制定：健康监测的具体内容主要取决于服务对象的情况灵活制定，可以根据其需求提供不同的服务，如妇女需问月经，老人需问听力、视力等。定期对服务对象健康资料进行多维度对比、评估，可参阅附录A（资料性附录），做到对潜在健康危险因素早发现、早控制，建立健全疾病预警系统，做到早期调理。

### 4.2 健康监测的形式

——可以是电话短信随访、网上咨询、健康服务人员亲自到访、服务对象前来体检等。可自助检测的内容尽量要求做到自己动手、家庭督导、社区协助等。

——基于健康信息采集、评估、调理内容，依托于计算机系统，分健康人群、亚健康人群、疾病人群的不同状态建立个人、家族、社区、区域等不同范围监测系统。此外设立对特殊人群、常见疾病的监测预警系统。

——对一般服务对象做到定期监测，高危特殊对象密切关注，存在重大疾病对象随时监测，针对监测结果相应调整调理计划，遵循“未病先防，既病防变，预后防瘥”。

——目前市场上已有许多可穿戴式电子设备，其中多数具有健康监测功能。可穿戴式电子设备在健康数据采集、记录、分享、保存方面优势明显，可建议服务对象加以利用。

### 4.3 健康人群的监测

健康人群在整体健康的情况下，因为年龄增大，不健康生活方式等，也将走向亚健康或疾病状态。且健康人群中通过体质测定，也有部分人群有体质偏颇，不同偏颇类型体质的人群有一定的亚健康、疾病倾向性，可参阅《中医健康管理服务规范 第3部分：中医健康状态调整》以判定体质类型。通过针对不同体质类型的健康人群进行健康监测，有助于维持健康状态。

#### 4.3.1 平和质常规监测项目

平和质人群无明显阴阳偏颇，应保持良好生活习惯，积极自我调理。应按不同年龄、性别、危险因素进行常规体检监测。

#### 4.3.2 气虚质常规监测项目

——实验室检查：血常规，免疫功能，自主神经功能检测，心肺功能检查。

——其他：疲劳量表FS-14。

#### 4.3.3 阳虚质常规监测项目

——实验室检查：血常规，肝肾功能，血糖，血脂，血乳酸，大便常规等。

——其他：体重，腰臀比。

#### 4.3.4 阴虚质常规监测项目

——实验室检查：大便常规，内分泌激素等。

——其他：匹兹堡睡眠质量指数等。

#### 4.3.5 痰湿质常规监测项目

——实验室检查：血脂、血糖、尿酸、冠心病风险筛查，高血压风险筛查等。

——其他：体重，体重指数，腰围，皮下脂肪厚度。

#### 4.3.6 湿热质常规监测项目

——实验室检查：肝功能，血脂全套，内分泌全套。

——其他：肝胆彩超。

#### 4.3.7 血瘀质常规监测项目

——实验室检查：血糖，血脂，血液黏滞度，血小板聚集，肿瘤标志物，宫颈涂片等。

——其他：血压，动态血压监测，踝臂指数，心电图，超声心动图，脑电图，眼底血管照相，心脏CT，肺部低剂量CT，乳腺超声，乳腺钼钯等。

#### 4.3.8 气郁质常规监测项目

——自主神经功能检测。

——常规检测：抑郁自评量表(SDS)。

#### 4.3.9 特禀体质常规监测项目

实验室检查：血常规，食物过敏原筛查，IgE、IgG测定，以呼吸道表现为主的可行呼气激发试验等。

### 4.4 常见亚健康综合征的监测

#### 4.4.1 慢性疲劳综合征常规监测项目

——实验室检查：血常规，肝功能，乙肝四项，心肌酶谱，免疫全套等。

——其他：心肺功能测定，必要时肌肉活检等。

#### 4.4.2 电脑、空调、手机、耳机综合征常规监测项目

脑电图，脑血流图，听力等。

#### 4.4.3 离退休综合征常规监测项目

##### 4.4.3.1 一般监测项目

测体温、脉搏、呼吸、血压，量身高、体重、腰围，计算体质指数。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要  
下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/828126001120006057>