

健康管理师培训

技能

第一章健康监测

健康信息学信息采集、信息管理

内 容

■ 信息采集

- 健康调查表选用及健康信息收集
- 体格测量
- 不合理健康信息记录的识别

■ 信息管理

- 信息录入、清理和传递
- 健康信息的保存

第一节 信息采集

一、了解常用健康调查表

二、体格测量

三、不合逻辑健康信息记录的识别

信息采集

一、了解常用健康调查表

1、卫生服务记录表单

卫生服务记录的主要载体是卫生服务记录表单

一般包括：基本信息、儿童保健、妇女保健、疾病控制、疾病管理和医疗服务

2、常用健康调查表的种类

健康体检表

行为危险因素调查表

相关疾病管理的随访表

是最为重要的健康管理信息的来源

这些记录表的首页一般都有个人基本信息

然后是针对性的调查内容

信息采集

3、填表基本要求

- ◆健康信息记录一律用钢笔或水笔填写，数字或代码一律用阿拉伯数字，填错用双划线，上方填正确的数码
- ◆有备选答案的项目，应在该项目栏“□”内填写与答案选项编号对应的数字
- ◆健康信息记录表个人编码：目的识别便于查找所收集的个体；8位编码制：城市、企业、车间（科室）个人序号
- ◆日期：年（4位）、月（2位）日（2位）

信息采集

4、技能要求

(1) 根据健康管理的个体需求选用合适的健康调查表

(健康信息记录表)：健康体检表、行为危险相关表、疾病管理随访表

(2) 健康信息的收集:按所选定的健康信息表逐项询问

1/收集资料前的准备：熟悉表的内容，接受调查员培训

2/ 明确调查对象

3/ 签署知情同意书：

4/ 开始调查：面对面直接询问，按问卷项目逐一询问及记录，见P2，p3表

5/记录表核查

6/ 结束访谈致谢

7/资料保存

信息采集

二、体格测量

人体体格测量是评价营养状况的综合观察指标

常用指标：

体重、身高、腋着厚度及上臂围等

其中以体重、身高最为重要

信息采集

1、体重与身高

◆评价体重状况的表示方法：

年龄组别体重、身高组别体重、理想体重、体质指数

(1) 年龄组别体重：主要用于儿童

评价方法：以实测体重与同年龄组的标准体重进行比较，应在标准体重均值的2个标准范围内（或在第25~75百分位数范围）

(2) 身高组别体重：主要用于儿童

评价方法：以实测体重与同身高组的标准体重进行比较，应在标准体重均值的2个标准范围内（或在第25~75百分位数范围）

如达不到标准为消瘦，反应近期营养状况不佳，对区分急性营养不良和慢性营养不良有较大意义

信息采集

(3) 理想体重：主要用于成人

计算公式：理想体重=身高 (cm) -100

(身高165以下者，则减105)

实测体重在理想体重±10%范围内为正常，
±10%~20%为瘦弱或超重，超过20%为肥胖，
低于20%为严重消瘦

(4) 体质指数 (BMI)：是评价18岁以上成人

计算公式：BMI=体重 (kg) / [身高 (m)]²

BMI<18.5kg/m²是体重过低，18.5~23.9kg/m²为体重正常

24.0~27.9kg/m²为超重，≥28kg/m²为肥胖

信息采集

2、腰围

临床上估计患者**腹部脂肪过多**的最简单和实用的指标
不仅可用于对肥胖者的最初评价，在治疗过程中也是**判断减肥效果**的良好指标

◆评价方法：

男性腰围 $\geq 85\text{cm}$ 、

女性 $\geq 80\text{cm}$

患肥胖相关疾病的危险性增加，

向心性肥胖，发生各种并发症的危险性较高，而且腰围越大，危险性越高

3、血压

血压是指血液在血管内流动时对血管壁产生的单位面积侧压通常说的血压是指动脉血压

◆分类：收缩压和舒张压

◆表示方法：通常以毫米汞柱（mmHg）表示，也可用千帕（kPa）表示

1 mmHg=0.133 kpa 即7.5 mmHg=1 kPa

信息采集

◆我国成年人血压的标准：

正常血压：收缩压 $<120\text{mmHg}$ ，

舒张压 $<80\text{mmHg}$

正常高值：收缩压 $120\sim139\text{mmHg}$ ，

舒张压 $80\sim89\text{mmHg}$ 。

高血压：收缩压 $\geq140\text{mmHg}$ ，

舒张压 $\geq90\text{mmHg}$ 。

信息采集

4、技能要求 (身高、体重、腰围、血压测量方法)

总体要求

- 在清晨空腹状态下进行；
- 提前通知受试者；
- 需由至少2名身体测量员完成

信息采集

(1) 身高测量方法

仪器：身高坐高计

单位：厘米

精确度：**0.1厘米**

仪器检查与校正

- 立柱与踏板垂直，靠墙置于平整地面上
- 立柱与滑测板垂直，滑动自如



第一步



第二步



第三步

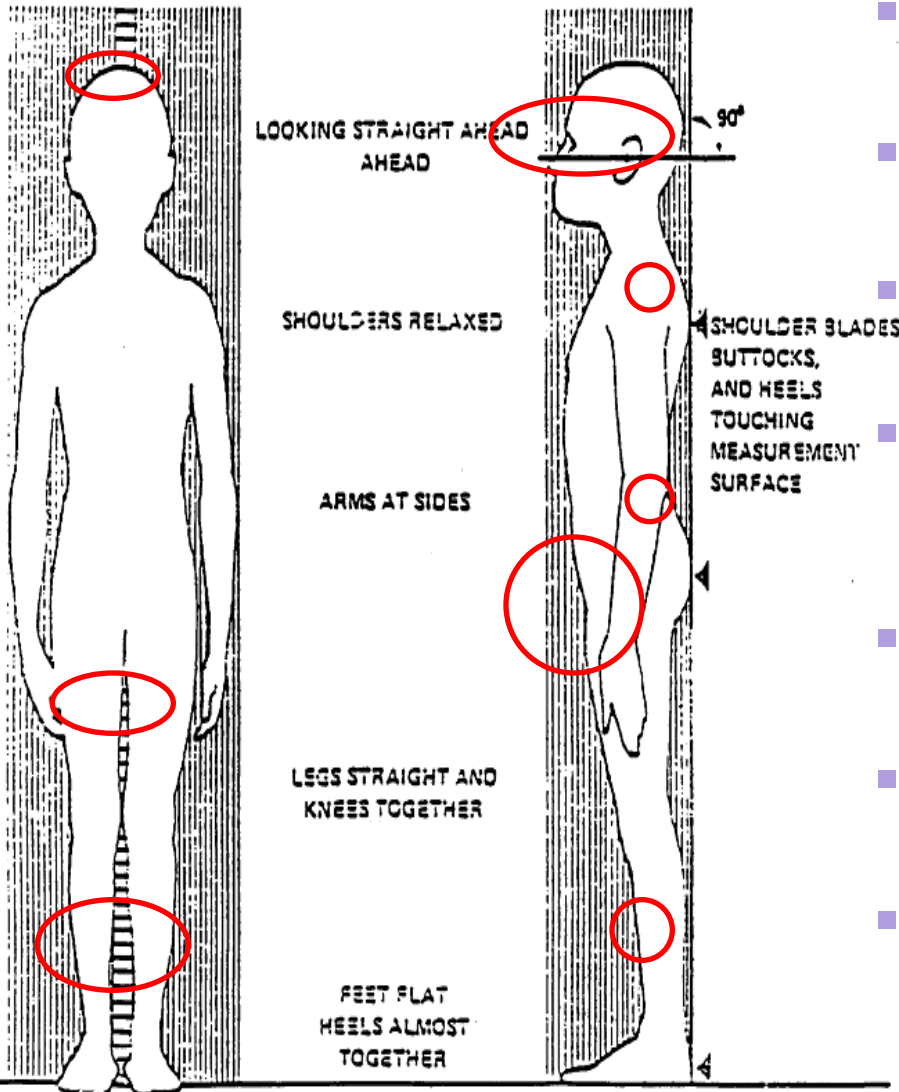


第四步



第五步

测量图和注意事项



- 脱去鞋、帽子、去掉头饰、松开发髻和解开发辫等
- 站在踏板上，取立正姿势，挺胸收腹
- 脚跟靠拢，脚尖分开约 60° ，双膝并拢挺直
- 两眼平视正前方，眼眶下缘点与外耳门上缘点保持在同一水平（耳眼平面）
- 脚跟、臀部和两肩胛骨间三个点同时接触立柱；
- 手臂自然垂于身体两侧，掌心朝向大腿。
- 读数时，测量者的眼睛与水平压板在同一水平面上。

信息采集

测量和读数

➤ 测量者手持滑侧板轻轻向下滑动，直到底面与颅顶点相接触；

➤ 读数：

以厘米为单位，记录到小数点后一位；

测量者的眼睛与滑测板在同一水平面上

(2) 体重测量方法

- 仪器：电子体重计、**杠杆秤**
- 单位：公斤
- 精确度：0.1公斤

信息采集

测量步骤

- 被测者脱去鞋、帽子及外套，仅穿单层衣服。取出随身携带的物品，如钱包、手机等
- 被测者平静站于体重秤上，两脚位置左右对称。身体直立，双臂自然下垂，放松于身体两侧，头部直立，双眼平视
- 待体重秤读数稳定后，调查员记录读数，注意嘱咐被测者保持直立状态

信息采集

注意事项

- 体重秤放置在平整、坚实的地面。
- 轻上轻下。被测者走下体重秤后约**2秒**，电源会自动切断，下一位被测者需重开体重秤电源

(3) 腰围测量方法

仪器：腰围尺

单位：厘米（公分）

精确度：**0.1**厘米（毫米）

信息采集

测量步骤

- 测量员立于被测者正前方；
- 以腋中线肋弓下缘和髂嵴连线中点的水平位置为测量点；
- 腰围尺刻度缘经过两个标记点，测量腰围；测量尺应轻轻贴住皮肤，不应压入皮肤；
- 腰围尺前后应在同一高度，测量员目光与腰围尺刻度在同一水平面上，记录读数，具体数值精确到**0.1**厘米；
- 重复测两遍，确保两次测量误差小于**2**厘米后，记录第二次测量值

对受检者的要求

- 清晨空腹
- 身体直立，腹部放松，双臂自然下垂于身体两侧，不能撩衣服或提裤子
- 露出腹部皮肤，测量时平缓呼吸，不要收腹或屏气(呼气末测量)

注意点

➤ 女性：高跟鞋应脱去

➤ 关注被测者的隐私：

- 女性测量员
- 屏风

（4）血压测量方法

- 仪器：血压计
- 单位：mmHg
- 精确度：1mmHg

操作要求

- 被测者至少安静休息**5分钟**以上才能开始测量血压
- 被测者取坐位，最好坐靠背椅
- 右上臂，血压计与心脏平齐
- 使用大小合适的袖带
- 将袖带紧贴缚在被测者上臂，袖带**下缘**应在肘弯**2.5cm**，将听诊器的探头置于肘窝肱动脉处
- 至少测量**2次**，应间隔**2分钟**重复测量，取**2次**读书的平均值记录，**2次**相差**5mmhg**，相隔**2分**再测

信息采集

三、不合逻辑健康信息记录的识别

1、知识要求

不合逻辑健康信息记录的识别是应用一般常识和医学常识，对所收集的健康信息进行判断，看是否违背常识的数据

2、技能要求：不符合逻辑健康信息记录识别方法：

(1) 直接审阅所收集的健康记录表

(2) 在建立计算机数据库结构时对相应变量进行逻辑设计

(3) 在数据录入完成后应用计算机进行逻辑差错识别

第二节 信息管理

一、信息录入、清理和传递

二、健康信息的保存

信息管理

一、信息录入、清理和传递

1 信息录入

简单地讲就是把收集到的信息录入到计算机里保存，以便下一步的分析和使用

信息录入是整个研究过程最枯燥的一步，也是发生错误最多的环节，

信息录入易产生的错误

主要有读不懂手写文字、错误的答案、编码错误、错误的编码位置、遗漏数据、重复录入数据等。

信息管理

一、信息录入、清理和传递

2、信息清理

概念：查信息录入准确性的过程

信息清理的常用方法

（1）通过其他人重新输入数据来检查错误（即双份录入）或是通过专人来检查差错

（2）目测检查数据文件中的记录是否存在相同的格式，是否能发现空白数据

（3）应用计算机进行差错

信息采集

3、技能要求

(1) 录入人员培训

内容包括：数据库结构、调查表的编码、逻辑差错的设置要求、数据库文件的保存

(2) 数据录入

方法：①将所有调查数据直接输入电子数据表

②应用电脑终端在调查时就将数据送入计算机主机

信息采集

3、技能要求

(3) 录入数据的鉴别和核实

采用双份录入

(4) 健康信息的传递和接受

①通知客户到健康管理中心：面对面，解释

②将打印的结果通过邮寄方式给客户：有特殊问题解释

③以电子邮件的形式将结果发送给客户

④电话通知客户：直接解释

5 短信通知

反馈：是否收到；是否理解反馈 的建议意见

信息管理

二、健康信息的保存

1、健康信息的保存：

指既包括计算机录入后的数据库文件的存档，也包括调查问卷这些文件的保管和存放

前者在录入和清理完成后要进行双备份，分别保存在不同的计算机相应文件夹里

2、调查问卷的保存原则：

保证信息档案的完整、安全、方便查阅

3、调查问卷的保存的环境要求：

防盗、防晒、防高温、防火、防潮、防尘、防鼠和防虫

信息管理

二、健康信息的保存

4、健康信息安全的构成：

需要保证信息的保密性、真实性、完整性、未授权拷贝和所寄生系统的安全性

5、加强信息安全的策略：

主要是制订严格的规章制度和严格的安全管理制度

信息管理

二、健康信息的保存

6、技能要求

- (1) 信息录入完成后，及时保存数据库文件:双备份、不同计算机文件夹，上一级管理师报告
- (2) 按照本单元只是要求所提及的，将调查问卷送到资料管理员手里，按要求保管好已录入的调查问卷

总结

■ 掌握8个知识点

- 1、常用健康调查表的种类
- 2、人体体格测量常用指标种类
- 3、评价体重状态的表示方法
- 4、体质指数计算
- 5、腰围评价方法
- 6、血压的分类
- 7、血压的表示方法
- 8、中国成人血压标准

谢谢大家！



第九题（单选题）

某健康管理师负责某单位的体检资料的信息管理工作，某单位负责人要求调查问卷信息采用双人独立录入法录入。该健康管理师发现某一份健康体检表中所记录的心率为 1200次/分。

第1问：该健康管理师发现的上述信息属于

- A、危险因素信息
- B、体检信息
- C、疾病信息
- D、不合逻辑信息
- E、基本信息

第2问： 在建立计算机数据库结构时，
将客户性别信息录入设置为1和2，
这种方法属于

- A、 逻辑跳转
- B、 输入警告
- C、 设定合法输入值
- D、 差错识别
- E、 自动编码

第3问：“双人独立录入法”是指

- A、两个录入员采用相同的数据库结构分别独立地录入同一份体检信息记录
- B、两个录入员采用相同的数据库结构分别独立地录入不同体检信息记录表
- C、一个录入员录入体检信息记录表，另一个录入员进行核对
- D、两个录入员采用不同的数据库结构分别独立地录入同一份体检信息记录表
- E、一个录入员读出体检信息记录表信息，另一个录入员录入信息