

老年慢病膳食调理

职业技能等级标准

(2021年1.0版)

中国健康养老集团有限公司 制定
2021年3月 发布

目 次

前言	1
1 范围	2
2 规范性引用文件	2
3 术语和定义	3
4 适用院校专业	5
5 面向职业岗位（群）	6
6 职业技能要求	6
参考文献	13

前 言

本标准按照GB/T 1.1-2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本标准起草单位：中国健康养老集团有限公司。

本标准主要起草人：陈丽如、乔利梅、朱明炜、赵永烈、胡雪丽、胡兴旺、朱路文、史海霞。

本标准的知识产权归属于中国健康养老集团有限公司，未经中国健康养老集团有限公司同意，不得印刷、销售。

1 范围

本标准规定了老年慢病膳食调理职业技能等级对应的工作领域、工作任务及职业技能要求。

本标准适用于老年慢病膳食调理职业技能培训、考核与评价，相关用人单位的人员聘用、培训与考核可参照使用。

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。凡注日期的引用文件，仅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。

《中华人民共和国职业分类大典》(2015 年 07 月)

《中华人民共和国职业教育法》(1996 年 05 月)

《中华人民共和国就业促进法》(2015 年 04 月)

《国家职业教育改革实施方案》(2019 年 02 月)

《中国居民膳食指南》（2016年05月）

《保健食品注册与备案管理办法》（2016年07月）

《营养与食品卫生学》（2015年11月）

《实用临床营养手册》（2010年1月）

《中医药膳学》（2019年03月）

《中医基础理论》（2019年11月）

《人体解剖学》（2020年01月）

《生理学》（2018年8月）

《内科学》（2018年07月）

3 术语和定义

国家、行业标准界定的以及下列术语和定义适用于本标准。

3.1 慢病 (Noninfectious Chronic Diseases)

又称“慢性非传染性疾病”或“慢性病”，不是特指某种疾病，而是对一组起病时间长，缺乏明确的病因证据，一旦发病即病情迁延不愈的非传染性疾病的概括性总称。

[相有章, 李明龙主编. 第一章概论. 现代慢性非传染性疾病预防与治疗[M]. 山东科学技术出版社, 2004]

3.2 老年 (Senior People)

老年，即老年人，按照国际规定，65 周岁以上的人确定为老年；我国老年人的年龄起点标准是 60 周岁。即凡年满 60 周岁的中华人民共和国公民都属于老年人。

[《老年人权益保障法》第 2 条规定]

3.3 老年慢病膳食调理 (Dietary Conditioning of Chronic Diseases in the Elderly)

老年慢性疾病患者在康复过程中，除按医嘱服药和进行有效地锻炼外，针对老年人常见的各种慢性病分类或综合进行的膳食调理。

3.4 人体成分 (Body Composition)

人体成分是指组成人体各组织器官的总成分，其总重量就是体重。它包括脂肪成分和非脂肪成分两大类。前者重量称体脂重，体脂重量占体重的百分比称体脂率 (F%)，后者包括内脏、骨骼、肌肉、水分、矿物盐等各种成分的重

量，又叫瘦体重（Lean Body Weight）或去脂体重。身体成分能反映人体的体质状况、体型特征和身材大小，其中脂肪成分又能反映人体胖瘦程度。

[Lubos Sobotka. 临床营养基础(第3版)[M]. 上海: 复旦大学出版社, 2007.]

3.5 营养评估 (Nutritional Assessment)

解释和扩展在营养筛查过程中得到的资料，由营养专业人员分析和评价临床信息，综合判断医疗和营养摄入史、消化吸收能力、体格检查、人体测量和体成分分析、生化指标、临床表现等营养相关问题得出疾病相关的营养诊断。

[中国老年患者肠外肠内营养应用指南(2020)[J]. 中华老年医学杂志, 2020, 39(2):119-132.]

3.6 膳食种类 (Dietary Type)

包含常规膳食和特殊治疗膳食。常规膳食是根据不同疾病的病理和生理需要将各类食物用改变烹调方法或改变食物质地而配制的膳食，包括普通饭、软饭、半流食和流食。特殊治疗膳食是在常规膳食基础上采取调整膳食中营养成分或制备方法而设置的膳食，如高蛋白质、低蛋白质、低脂肪、低纤维（少渣）、低盐等膳食。此外，还有为治疗某种疾病而制备的膳食，如贫血、糖尿病、痛风病膳食等。

[顾景范，杜寿玢，郭长江主编. 现代临床营养学[M]. 第2版. 北京: 科学出版社, 2020]

3.7 餐次 (Meals)

每日就餐次数，如一日就餐3次，或一日就餐多次。

3.8 保健食品 (Health food)

保健食品是指具有特定保健功能或者以补充维生素、矿物质为目的的食品，即适宜于特定人群食用，具有调节机体功能，不以治疗疾病为目的，并且对人体不产生任何急性、亚急性或者慢性危害的食品。保健食品亦称功能性食品，一个特定的食品种类。它具有调节人体功能的作用，但不以治疗疾病为目的，适于特定人群食用。

[中国营养学会. 营养科学词典. 北京: 中国轻工业出版社, 2013 年 9 月: 24]

4 适用院校专业

中等职业学校: 食品生物工艺、民族风味食品加工制作、粮油储运与检验技术、营养与保健、中西医结合护理、药品食品检验、农产品保鲜与加工、中医、中医护理、护理、中医康复保健、康复技术、食品安全与检测技术、中餐烹饪、西餐烹饪、康养休闲旅游服务、中西面点、茶艺与茶营销、休闲体育服务与管理、智能养老服务、社区康复。

高等职业学校: 食品加工技术、食品质量与安全、食品营养与卫生、食品营养与检测、药品质量与安全、药品服务与管理、保健品开发与管理、临床医学、中医学、中医骨伤、针灸推拿、护理、康复治疗技术、中医康复技术、预防医学、卫生信息管理、人口与家庭发展、生殖健康服务与管理、健康管理、医学营养、中医养生保健、康复工程技术、老年保健与管理、运动训练、运动防护、体育保健与康复、健身指导与管理、老年服务与管理、社区康复、食品药品监督管理、食品质量与安全。

应用型本科学校: 食品质量与安全、基础医学、预防医学、食品卫生与营养学、中医学、中西医临床医学、针灸推拿学、康复治疗学、护理学、运动人

体科学、运动训练、运动康复、食品营养与检验教育、茶学、烹饪与营养教育、全球健康学。

5 面向职业岗位（群）

主要面向康养机构和企业(如养老院、健康管理企业、营养食品企业、餐饮企业、老年大学等)、医院、体检中心、特殊人群健康管理相关机构(如中老年人健康管理机构、慢病管理机构)等服务及专业技术岗位。主要采用老年医学、营养学、食品学、中医学等基础及人体成分检测等手段,为老年慢病人群提供老年慢病膳食调理方案制定、老年慢病膳食调理培训与研究等工作。

6 职业技能要求

6.1 职业技能等级划分

老年慢病膳食调理职业技能等级分为三个等级:初级、中级、高级,三个级别依次递进,高级别涵盖低级别职业技能要求。

【老年慢病膳食调理】（初级）: 主要职责是掌握老年医学、营养学相关基础知识,并具备从事相关工作所需的检测、营养评估、膳食配餐及宣教指导等技能,能够在中高级老年慢病膳食调理人员的指导下从事老年慢病膳食调理工作。

【老年慢病膳食调理】（中级）: 主要职责是在初级水平基础上,进一步掌握老年医学、营养学相关的进阶知识,并掌握食品学基础知识,完善老年慢病膳食调理相关技能,可独立进行老年慢病膳食调理工作,并具备老年慢病膳食调理干预成功经验。

【老年慢病膳食调理】（高级）: 主要职责是在中级水平基础上,掌握中医学基础及中医药膳学知识,具备系统、综合的知识与技能,并在专业细分领

域里开展深入的老年慢病膳食调理工作，且具有卓越干预案例。

6.2 职业技能等级要求描述

表 1 老年慢病膳食调理职业技能等级与工作领域（初级）

工作领域	工作任务	职业技能要求
1. 老年慢病膳食及营养评估	1.1 老年慢病病情信息收集	1.1.1 能够依据老年医学相关知识，了解老年慢病具体病名、病史、病程； 1.1.2 区分各系统疾病慢病，用信息记录表或调查表收集相关慢病信息； 1.1.3 能够准确区分初、中、高级膳食调理，对具有高阶需求的患者及时联系中高级技能人员进行联合指导，对具有潜在医学风险的患者需及时转介绍至专业医务人员或机构。
	1.2 老年慢病患者膳食信息收集与评估	1.2.1 能够通过访谈或问卷调查方式记录患者日常饮食习惯、饮食内容，掌握患者饮食偏嗜； 1.2.2 能够正确选用膳食调查方法；能够分析患者饮食结构； 1.2.3 能够区分及使用软件记录患者日常服用相关药物、保健食品； 1.2.4 能够正确使用便携食物秤； 1.2.5 能够使用电子设备或食物成分表查询常见食物所含的营养素水平；能够估算常见食物热量； 1.2.6 了解老年慢病常见疾病的能量摄入标准，营养素推荐比例及食物选择建议，并进行整理评估。
	1.3 老年慢病患者营养评估	1.3.1 能够进行身高、体重、腰围、臀围、小腿围等指标测量，计算 BMI，可为患者提供标准数据对照与解读； 1.3.2 能够准确使用营养评估量表； 1.3.3 能够将评估量表中的信息填写准确。
	1.4 信息及档案管理	1.4.1 能够使用相关工具准确录入信息； 1.4.2 能够判断信息准确度，可对相关信息进行分类整合； 1.4.3 能够保存及整理纸质版及电子版各类评估量表及膳食相关档案； 1.4.4. 能够根据检测或评估工作结果及时更新档案信息。

工作领域	工作任务	职业技能要求
2. 人体成分检测及评估	2.1 人体成分检测及评估	2.1.1 能够使用人体成分仪对患者进行人体成分检测； 2.1.2 能够对人体成分中常用数据进行解读和分析。
	2.2 检测报告管理	2.2.1 能够将人体成分检测报告与慢病膳食评估报告统一保存； 2.2.2 能够使用相关工具准确录入信息； 2.2.3 能够判断信息准确度，可对相关信息进行分类整合。
3. 膳食调理方案制定	3.1 膳食营养配餐制定	3.1.1 能够根据评估结果，对患者日常膳食的食物量及食物选择方面提供咨询服务与合理建议； 3.1.2 能够根据老年慢病的不同病种需求，选择合理的膳食配餐原则； 3.1.3 能够根据老年慢病的病情，选择合理的膳食种类； 3.1.4 能够根据老年慢病病情及评估结果，计算患者全日总能量； 3.1.5 能够根据老年慢病病情及评估结果，计算患者餐次及每餐总能量； 3.1.6 能够根据老年慢病病情及评估结果，进行主食、副食选择推荐。
	3.2 保健食品选用指导	3.2.1 能够准确解释保健食品的定义； 3.2.2 能够针对老年慢病患者提出关于保健食品问题进行答疑咨询服务； 3.2.3 能够根据国家标准正确鉴别营养食品的安全性； 3.2.4 能够根据患者情况选择安全有效的保健食品、指导其配合膳食使用保健食品。
	3.3 其他	3.3.1 具备良好的沟通能力，能够将制定的膳食调养方案对老年慢病患者进行宣教。

表 2 老年慢病膳食调理职业技能等级要求（中级）

工作领域	工作任务	职业技能要求
1. 老年慢病膳食及营养评估	1.1 老年慢病病情评估与分析	1.1.1 能够设计访谈与量表，对老年慢病患者进行病情信息收集、分类及汇总； 1.1.2 能够根据不同系统老年慢病患者的病情进行分析及总结； 1.1.3 能够初步了解患者慢病所需服用的药物，病情变化情况。

工作领域	工作任务	职业技能要求
	1.2 老年慢病患者膳食评估	1.2.1 能够在膳食评估软件及平台的协助下完成老年慢病膳食评估； 1.2.2 能够在膳食评估软件及平台的协助下完成老年慢病保健食品使用评估； 1.2.3 能够通过便捷软件平台进行膳食数据收集与整理，掌握常见食品的分量及营养成分知识； 1.2.4 能够掌握老年慢病常见疾病的能量摄入标准，营养素推荐比例及食物选择建议；
	1.3 老年慢病患者营养评估	1.3.1 能够综合选用营养评估量表，并能够审核信息记录； 1.3.2 能够掌握量表评测结果的意义，撰写营养评估报告； 1.3.3 能够根据患者相关检查结果，综合评估营养状况。
2. 相关检测结果分析及评估	2.1 人体成分检测结果分析及评估	2.1.1 能够判读人体成分检测报告中所有指标数据； 2.1.2 能够根据人体成分检测报告分析及评估患者体型、肌肉、脂肪等指标。
	2.2 常用血液检测指标结果分析及评估	2.2.1 能够了解常用血液检测指标的临床意义与正常生理参考值，如血红蛋白、血糖、白蛋白、总蛋白、前白蛋白、肝肾功能指标等； 2.2.2. 能够了解常用血液检测指标的结果对病情诊断的意义； 2.2.3 能够了解常用血液检测指标的结果对营养状态评估的意义；
3. 膳食调理方案制定	3.1 膳食营养配餐制定	3.1.1 能够根据患者个体情况，确定患者个体化全日总能量摄入、单餐营养素摄入量； 3.1.2 能够根据患者病情、营养、膳食评估结果选择相对合理的食材，并出具日常膳食食谱； 3.1.3 根据目标要求的营养计划、膳食配餐原则及膳食种类，调整和确定一餐、一日或一周的食谱； 3.1.4 熟练使用食物交换份数法，进行同一膳食调理阶段的食物替换，确定阶段性膳食摄入的多样性、科学性以及目标性； 3.1.5 能够为患者提供日常营养知识、食品安全、食材选择等咨询服务； 3.1.6 能够根据平衡膳食理论，当患者病情变化或某些突发情况，及时进行食谱调整；

工作领域	工作任务	职业技能要求
		3.1.7 能够适当运用合理的烹饪方法对食材烹饪提出建议或改良。
	3.2 保健食品选用指导	3.2.1 了解国内外保健食品发展现状,了解国家相关的标准及法律法规,能够为患者提供保健食品安全选择咨询服务; 3.2.2 了解常见的保健食品功效、成分、原理,以协助患者根据自身需求对各类产品进行选择。
	3.3 其他	3.3.1 能够与患者维系良好的信任关系;指导并督促患者进行膳食调理; 3.3.2 能够收集工作中膳食调理成功案例。
4. 老年慢病膳食调理培训及研究	4.1 理论培训	4.1.1 能够对初级老年慢病膳食调理人员开展理论培训; 4.1.2 能够参与编写老年慢病膳食调理培训讲义; 4.1.3 能够参与建立老年慢病膳食调理培训题库。
	4.2 实践指导	4.2.1 能够对初级老年慢病膳食调理人员进行实践跟踪指导; 4.2.2 能够参与编写实践指导教案; 4.2.3 能够参与编写实践指导手册。
	4.3 膳食调理研究	4.3.1 能够进行中文文献检索; 4.3.2 能够阅读专业文献资料并准确转述; 4.3.3 能够根据文献资料撰写综述或科普文章; 4.3.4 能够辅助高级老年慢病调理人员实施研究并撰写论文。

表 3 老年慢病膳食调理职业技能等级要求（高级）

工作领域	工作任务	职业技能要求
1. 老年慢病膳食及营养评估	1.1 老年慢病膳食及营养评估分析	1.1.1 能够综合患者信息,个性化设计膳食评估方案; 1.1.2 能够评估并执行患者膳食调查方案,并归纳分析与修订; 1.1.3 基于疾病情况,能够分析并确定患者健康风险及营养需求; 1.1.4 能够分析及预判患者膳食调理干预趋势,并提出有效方案。

	1.2 综合评估及案例分析	<p>1.2.1 能够根据患者病情,设计综合评估与身体检查方案;</p> <p>1.2.2 能够通过访谈与量表等方式,系统、综合、准确的采集患者膳食调养的相关基本信息;</p> <p>1.2.3 能够分析各类指标关联性,并归纳总结;</p> <p>1.2.4 能够评估膳食调理方案并提出修订意见。</p>
	1.3 膳食营养风险评估方式设计	<p>1.3.1 能够针对患者状况,设计并制定膳食营养风险评估方式;</p> <p>1.3.2 能够根据患者膳食调理特点,及时更新或修订膳食营养风险评估方案;</p> <p>1.3.3 能够执行并监督执行患者膳食营养风险评估方案。</p>
2. 相关检测结果评估及随访	2.1 人体成分及血液检测结果评估	<p>2.1.1 能够熟练掌握人体成分检测相关设备、方法与评价标准;</p> <p>2.1.2 能够准确判读人体成分报告,根据结果指导膳食方案;</p> <p>2.1.3 能够熟悉判读临床检验中常见生理生化指标,熟悉血液检测指标的结果对病情及营养的意义;</p> <p>2.1.4 能够根据检测结果指导膳食调理。</p>
	2.2 随访	<p>2.2.1 能够具备较好的沟通能力;</p> <p>2.2.2 对患者检测结果定期随访与监测,根据检测结果调整膳食调理方案。</p>
	2.3 相关检测报告管理	<p>2.3.1 能够根据所有检测结果,结合患者情况,提出膳食调理方案及目标;</p> <p>2.3.2 对所有数据分析,制定患者可行的膳食调理计划;制定合理的随访档案;</p> <p>2.3.3 能够根据膳食调理方案进行归纳总结,形成案例分析。</p>
3. 膳食调理方案制定	3.1. 膳食营养配餐制定	<p>3.1.1 能够根据患者实际情况确定合理的膳食调理计划;</p> <p>3.1.2 根据目标要求的营养计划、膳食配餐原则及膳食种类,调整和确定所有食谱;</p> <p>3.1.3 熟练使用食物交换份数法,进行同一膳食调理阶段的食物替换,确定阶段性膳食摄入的多样性、科学性以及目标性;</p> <p>3.1.4 能够为患者提供日常营养知识、食品安全、食材选择等咨询及建议服务;</p> <p>3.1.5 能够根据平衡膳食理论,当患者病情变化或某些突发情况,及时进行食谱调整;</p>

		3.1.6 能够适当运用合理的烹饪方法对食材烹饪提出建议或改良。
	3.2 保健食品选用指导	3.2.1 了解国内外保健食品发展现状,了解国家相关的标准及法律法规,能够为患者提供保健食品安全选择咨询服务; 3.2.2 能够根据患者病情及临床检测指标,搭配、选择合理的保健食品食用方案;
	3.3 中医药膳指导	3.3.1 能够掌握中医基础理论知识; 3.3.2 能够掌握常用药食同源中药材的药效、功能; 3.3.3 能够掌握常用中药药膳搭配基本原则及禁忌; 3.3.4 能够根据患者病情及体质特征,提出合理的中药药膳方案; 3.3.5 能够指导老年慢病患者制作及合理食用药膳。
	3.4 其他	3.4.1 能够与患者维系良好的信任关系;指导并督促患者进行膳食调理; 3.4.2 能够分析、总结工作中膳食调理成功案例。
4. 老年慢病膳食调理培训及研究	4.1 理论培训	4.1.1 能够对初级、中级老年慢病膳食调理人员开展理论培训; 4.1.2 能够编写老年慢病膳食调理培训讲义、教程及培训标准 4.1.3 能够建立老年慢病膳食调理培训题库。
	4.2 实践指导	4.2.1 能够对初级、中级老年慢病膳食调理人员进行实践跟踪指导; 4.2.2 能够编写实践指导教案; 4.2.3 能够编写实践指导手册。
	4.3 膳食调理研究	4.3.1 能够进行中文、英文文献检索; 4.3.2 能够阅读专业文献资料并准确转述; 4.3.3 能够根据文献资料撰写综述或科普文章; 4.3.4 能够实施膳食研究课题并撰写论文。

参考文献

- [1] 中国标准出版社全国标准化原理与方法标准化技术委员会.标准化工作导则 国家标准汇编(第六版)[S].北京:中国标准出版社, 2018
- [2] 中华人民共和国国务院.国务院关于印发国家职业教育改革实施方案的通知 [R/OL].2019 年 02 月 13 日(国发〔2019〕4 号)
- [3] 中华人民共和国教育部.教育部等四部门印发关于在院校实施“学历证书+若干职业技能等级证书”制度试点方案的通知[R/OL].2019 年 04 月 04 日(职成〔2019〕6 号)
- [4] 中华人民共和国国务院公报.中共中央、国务院印发并实施《“健康中国 2030”规划纲要》[R/OL]. 2016 年 10 月 25 日(2016 年第 32 号)
- [5] 中华人民共和国国务院办公厅.国务院办公厅关于印发国民营养计划(2017-2030 年)的通知[R/OL]. 2017 年 07 月 13 日(国发〔2017〕60 号)
- [6] 《健康管理师国家职业技能标准》(2019 年 11 月征求意见稿)《注册营养师水平评价制度暂行规定》.
- [7] Heyward VH, Stolarczyk LM. Applied body composition assessment. Champaign: Human Kinetics, 1996
- [8] Roche AF, Heymsfield SB, Lohman TG. Human body composition. Champaign: Human Kinetics, 1996
- [9] Kondrup J, Allison SP, Elia M, et al. ESPEN guidelines for nutrition screening 2002, Clin Nutri, 22: 415-421
- [10] 中等职业学校专业目录

[11] 普通高等学校高等职业教育（专科）专业目录

[12] 普通高等学校本科专业目录