

OVERVIEW OF THE PROFESSION HEALTH COACH: CURRENT STATUS, CHALLENGES, AND FUTURE PROSPECTS

Tran Ba Kien*

Hai Duong Central College of Pharmacy - 324 Nguyen Luong Bang, Hai Duong city, Hai Duong province, Vietnam

Received: 08/3/2025

Revised: 16/3/2025; Accepted: 06/5/2025

ABSTRACT

Objective: The rise in chronic diseases, sedentary lifestyles, and the growing demand for preventive healthcare have highlighted the role of health management and coaching. This study provides an overview of the current status of health management and coaching profession's development, analyzes its role within healthcare systems, and identifies challenges and future opportunities.

Methods: A literature review was conducted using reputable scientific databases such as PubMed, Scopus, and Google Scholar. Keywords including "health coaching", "well-being", "health management", "chronic disease prevention", "lifestyle intervention", and "behavioral health coaching" were used to ensure a comprehensive scope of research.

Results: Health management and coaching are increasingly recognized for their ability to support behavioral changes, improve chronic disease management, enhance treatment adherence, and promote mental well-being. However, the field faces challenges such as a lack of standardized training, insufficient integration into healthcare systems, and limited public awareness.

Conclusion: Health coaching contributes to improved quality of life and plays a crucial role in proactive healthcare. To ensure sustainable development, further research, legal recognition, and integration into preventive healthcare programs are necessary.

Keywords: Health management, health coaching, proactive healthcare, challenges and opportunities.

*Corresponding author

Email: tranbakien77@gmail.com **Phone:** (+84) 989206272 **Https://doi.org/10.52163/yhc.v66iCD5.2479**

TỔNG QUAN VỀ NGHỀ QUẢN LÝ, HUẤN LUYỆN SỨC KHỎE: THỰC TRẠNG, THÁCH THỨC VÀ TRIỂN VỌNG

Trần Bá Kiên*

Trường Cao đẳng Dược Trung ương Hải Dương - 324 Nguyễn Lương Bằng, thành phố Hải Dương,
tỉnh Hải Dương, Việt Nam

Ngày nhận bài: 08/3/2025

Ngày chỉnh sửa: 16/3/2025; Ngày duyệt đăng: 06/5/2025

TÓM TẮT

Mục tiêu: Sự gia tăng bệnh mạn tính, lối sống ít vận động và nhu cầu chăm sóc sức khỏe dự phòng đã làm nổi bật vai trò của nghề quản lý và huấn luyện sức khỏe. Nghiên cứu này tổng quan thực trạng phát triển nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe, phân tích vai trò trong hệ thống y tế và nhận diện thách thức, cơ hội phát triển.

Phương pháp: Tổng quan tài liệu từ các nguồn khoa học uy tín như PubMed, Scopus và Google Scholar. Các từ khóa tìm kiếm gồm “health coaching”, “well-being”, “health management”, “chronic disease prevention”, “lifestyle intervention” và “behavioral health coaching” nhằm đảm bảo phạm vi nghiên cứu toàn diện.

Kết quả: Nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe ngày càng được công nhận nhờ khả năng hỗ trợ thay đổi hành vi sức khỏe, cải thiện quản lý bệnh mạn tính, nâng cao tuân thủ điều trị và sức khỏe tinh thần. Tuy nhiên, ngành này còn đối mặt với thách thức như thiếu tiêu chuẩn hóa trong đào tạo, chưa được tích hợp đầy đủ vào hệ thống y tế và hạn chế về nhận thức cộng đồng.

Kết luận: Nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe góp phần nâng cao chất lượng sống và đóng vai trò quan trọng trong chăm sóc sức khỏe chủ động. Cần có nghiên cứu chuyên sâu, sự công nhận pháp lý và cơ chế tích hợp vào y tế dự phòng để phát triển bền vững.

Từ khóa: Quản lý, huấn luyện sức khỏe, chăm sóc sức khỏe chủ động, thách thức và triển vọng.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những thập kỷ gần đây, sự gia tăng của các bệnh mạn tính như tiểu đường, tim mạch và béo phì đã trở thành thách thức lớn đối với y tế toàn cầu. Tổ chức Y tế Thế giới ước tính bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính là nguyên nhân gây tử vong thứ ba thế giới, với 251 triệu ca mắc năm 2016. Tại Việt Nam, tỉ lệ mắc bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính ở người trên 40 tuổi là 4,1% và dự báo tăng gấp 3-4 lần trong thập kỷ tới [1].

Lối sống ít vận động, chế độ ăn mất cân đối và áp lực tinh thần khiến nhu cầu cải thiện sức khỏe ngày càng cấp thiết. Nhận thức về chăm sóc sức khỏe đang chuyển từ mô hình truyền thống sang chủ động và phòng ngừa. Trong bối cảnh này, huấn luyện sức khỏe (health coaching) trở thành phương pháp hiệu quả giúp cá nhân thay đổi hành vi, duy trì lối sống lành mạnh và quản lý sức khỏe bền vững [2], [3].

Nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe đang phát triển mạnh, với thị trường dịch vụ đạt 7 tỉ USD và dự báo tăng trưởng 6,7% giai đoạn 2022-2030. Hiệp hội Y khoa Mỹ khuyến nghị cứ 50 người dân nên có một huấn luyện viên sức khỏe. Hiện nay, châu Á - Thái Bình

Dương là khu vực phát triển nhanh nhất nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe, đặc biệt tại Trung Quốc và Ấn Độ [2].

Sự phát triển của nghề đòi hỏi hiểu biết sâu sắc về vai trò trong hệ thống y tế, cùng chiến lược rõ ràng để tận dụng cơ hội và vượt qua thách thức, đảm bảo sự phát triển bền vững của lĩnh vực này. Với nhu cầu chăm sóc sức khỏe chủ động của người dân cũng như thu nhập mà nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe đem lại cho người hành nghề, hoạt động đào tạo nghề huấn luyện sức khỏe ngày càng xuất hiện và phát triển ở nhiều khu vực, quốc gia trên toàn thế giới.

Nghiên cứu này đánh giá tổng quan thực trạng nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe; phân tích vai trò trong hệ thống y tế; và nhận diện thách thức, cơ hội phát triển của nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe.

2. ĐỐI TƯỢNG, PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu

- Đối tượng nghiên cứu bao gồm các tài liệu khoa học, báo cáo, hướng dẫn thực hành và các nghiên cứu trước đây về nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe. Các từ khóa được sử dụng trong quá trình tìm kiếm tài liệu bao gồm

*Tác giả liên hệ



“health coaching”, “well-being”, “health management”, “chronic disease prevention”, “lifestyle intervention” và “behavioral health coaching”.

- Nguồn dữ liệu được thu thập từ các tổ chức y tế quốc tế như Tổ chức Y tế Thế giới, Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh Hoa Kỳ, Viện Y học Quốc gia Hoa Kỳ (NIH), cũng như các tạp chí khoa học uy tín như The Lancet, Journal of Medical Internet Research, BMC Public Health và Health Education & Behavior.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

Phương pháp tổng quan tài liệu có hệ thống: sử dụng các cơ sở dữ liệu khoa học như PubMed, Scopus, ScienceDirect và Google Scholar để tìm kiếm, thu thập và phân tích các nghiên cứu liên quan đến nghề quản lý và huấn luyện sức khỏe.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Khái niệm và phạm vi nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe

Từ thập kỷ 90 của thế kỷ XX, khái niệm huấn luyện sức khỏe (health coaching) bắt đầu hình thành, và đến năm 2000, thuật ngữ này chính thức ra đời. Ban đầu, hoạt động huấn luyện sức khỏe diễn ra tự phát, nhưng đến năm 2002, The Wellcoaches (Mỹ) hợp tác với Đại học Y khoa Thể thao Mỹ (ACSM) để cấp chứng chỉ chuyên nghiệp, chính thức công nhận nghề huấn luyện sức khỏe. Từ năm 2002-2018, tổ chức này đã đào tạo gần 11.000 huấn luyện viên tại 50 quốc gia. Năm 2010, Hiệp hội Huấn luyện viên Sức khỏe Quốc gia Mỹ (NCCHWC) được thành lập; tiếp đó năm 2017, Hiệp hội Huấn luyện viên Sức khỏe Quốc tế (ICHWC) ra đời và tổ chức kỳ thi cấp chứng chỉ đầu tiên. Năm 2019, nghề huấn luyện sức khỏe được chính thức công nhận tại Mỹ với mã nghề CPT loại III. Hiện Hội đồng Quốc gia về Huấn luyện Sức khỏe tại Mỹ (NBHWC) đã cấp hơn 7400 chứng chỉ hành nghề và xác thực hơn 110 cơ sở đào tạo đạt chuẩn [4], [5].

Tại châu Á - Thái Bình Dương, nghề huấn luyện sức khỏe đang phát triển nhanh chóng với sự mở rộng của The Wellcoaches tại Singapore. Hiện nay, các chương trình đào tạo huấn luyện sức khỏe phổ biến ở việc cấp chứng chỉ ngắn hạn và cao đẳng, phù hợp với đặc thù nghề nghiệp. Huấn luyện sức khỏe là một phương pháp tiếp cận toàn diện, giúp cá nhân thay đổi lối sống, cải thiện sức khỏe thể chất, tinh thần và nâng cao chất lượng sống. Nghề này đáp ứng nhu cầu ngày càng cao về chăm sóc sức khỏe chủ động, mang lại cơ hội nghề nghiệp rộng mở và đóng góp tích cực vào cộng đồng [6], [7].

3.2. Vị trí việc làm của nghề Quản lý, huấn luyện sức khỏe [6], [8], [9]

Sau khi tốt nghiệp chương trình đào tạo Huấn luyện sức khỏe trình độ cao đẳng, sinh viên có thể làm việc ở hai nhóm vị trí chính: Huấn luyện viên sức khỏe cá nhân (Personal Health Coach/Self-employed Health Coach) và Huấn luyện viên sức khỏe doanh nghiệp (Corporate Health Coach).

Huấn luyện viên sức khỏe cá nhân làm việc độc lập, tập trung vào các hoạt động:

- Tìm kiếm và tư vấn khách hàng về lợi ích của huấn luyện sức khỏe.
- Thiết kế chương trình cá nhân hóa theo nhu cầu của khách hàng.
- Đồng hành, giám sát và thúc đẩy trách nhiệm giải trình của khách hàng.
- Quản lý hoạt động kinh doanh cá nhân, bao gồm tài chính và chiến lược phát triển.

Ngoài ra, họ có thể tham gia giáo dục sức khỏe cộng đồng, thiết kế chế độ ăn uống và tổ chức chiến dịch sức khỏe. Nơi làm việc đa dạng như làm việc online hoặc tại nhà (mô hình phổ biến nhất); cửa hàng thực phẩm, mạng xã hội (với vai trò blogger hoặc đại sứ thương hiệu)...

Huấn luyện viên sức khỏe doanh nghiệp làm việc tại các doanh nghiệp hoặc tổ chức, đảm nhiệm:

- Cung cấp chương trình huấn luyện cho nhân viên hoặc khách hàng doanh nghiệp.
- Thiết kế, quản lý các chương trình sức khỏe theo chính sách của doanh nghiệp.
- Tổ chức khóa học, hội thảo, sự kiện và phong trào nâng cao sức khỏe.

Nơi làm việc đa dạng như doanh nghiệp, phòng tập gym, spa, phòng khám tư nhân; công ty bảo hiểm, trường học, bếp ăn; công ty du lịch chữa lành, trung tâm vật lý trị liệu.

3.3. Vai trò và tác động của quản lý, huấn luyện sức khỏe

Quản lý, huấn luyện sức khỏe đóng vai trò trung gian giữa bệnh nhân và các chuyên gia y tế, giúp kết nối bệnh nhân với dịch vụ chăm sóc phù hợp. Huấn luyện viên sức khỏe không thay thế bác sĩ mà hỗ trợ bệnh nhân hiểu rõ kế hoạch điều trị, đồng thời thúc đẩy những thay đổi tích cực trong lối sống [3], [4]. Theo nghiên cứu của Tổ chức Y tế Thế giới, huấn luyện viên sức khỏe giúp cá nhân hóa chiến lược chăm sóc dựa trên tình trạng sức khỏe và mục tiêu riêng, về dinh dưỡng, luyện tập, giấc ngủ và các yếu tố sức khỏe khác nhằm cải thiện chất lượng cuộc sống và phòng ngừa bệnh mạn tính. Một số nghiên cứu cho thấy, sự tham gia của huấn luyện viên sức khỏe giúp giảm chi phí y tế và nâng cao hiệu quả điều trị, đặc biệt với bệnh nhân tiểu đường, tăng huyết áp, béo phì.

Không chỉ hỗ trợ cá nhân, huấn luyện viên sức khỏe còn góp phần nâng cao nhận thức cộng đồng thông qua các chương trình giáo dục sức khỏe như tư vấn tại chỗ, hội thảo phòng chống bệnh tật, hỗ trợ xây dựng hành vi lành mạnh. Việc phổ biến kiến thức giúp người dân chăm sóc sức khỏe tốt hơn, giảm phụ thuộc vào dịch vụ y tế khẩn cấp, từ đó giảm tải áp lực cho hệ thống y tế [6], [9].

3.4. Thách thức trong nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe

Hiện nay, nghề quản lý, huấn luyện viên sức khỏe là nghề mới, chưa có khung pháp lý quản lý, cấp chứng chỉ hành nghề hay quy định về tiêu chuẩn đào tạo. Điều này dẫn đến tình trạng nhiều cá nhân, đặc biệt là những người làm trong ngành thực phẩm chức năng, dinh dưỡng tự phong là huấn luyện viên sức khỏe mà không có chuyên môn phù hợp, dễ dẫn đến sai lệch thông tin, ảnh hưởng đến sức khỏe người dân [3], [10]. Ngoài ra, hiện nay thực phẩm chức năng được quảng cáo và bán tràn lan mà không có sự kiểm soát chặt chẽ, nhiều người mua không nhận được hướng dẫn chính xác, thậm chí bị lừa dối bởi những lời quảng cáo thổi phồng công dụng. Nếu không có đội ngũ huấn luyện viên sức khỏe được đào tạo bài bản và cấp phép hành nghề, tình trạng này sẽ tiếp diễn, ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe cộng đồng. Do chưa có hệ thống kiểm soát rõ ràng, một số cá nhân và tổ chức lợi dụng kẽ hở trong quản lý để cung cấp dịch vụ huấn luyện sức khỏe kém chất lượng, gây mất lòng tin của người dân [11].

Mô hình y tế truyền thống vẫn là lựa chọn chính của người dân khi có vấn đề về sức khỏe. Bác sĩ, y tá, chuyên gia dinh dưỡng đóng vai trò quan trọng, nhưng thường không có đủ thời gian để tư vấn chi tiết cho từng bệnh nhân, đặc biệt là trong việc thay đổi lối sống, chế độ dinh dưỡng dài hạn [12], [13]. Hiện tại, Việt Nam chưa có chính sách quản lý nghề quản lý, huấn luyện viên sức khỏe. Việc thiếu định hướng rõ ràng từ các cơ quan chức năng khiến nghề này chưa thể phát triển mạnh mẽ. 4200

3.5. Triển vọng phát triển ngành nghề

Trong bối cảnh chăm sóc sức khỏe chủ động ngày càng trở thành xu hướng quan trọng, nhu cầu về huấn luyện viên sức khỏe đang tăng mạnh trên toàn cầu. Theo một khảo sát tại Mỹ, thị trường chăm sóc sức khỏe chủ động đạt 4,2 nghìn tỉ USD, trong đó dịch vụ huấn luyện sức khỏe đạt 7 tỉ USD và dự báo giá trị thị trường của các doanh nghiệp trong lĩnh vực này sẽ đạt 84,7 tỉ USD vào năm 2027. Châu Á - Thái Bình Dương được dự đoán sẽ trở thành khu vực có tốc độ phát triển nhanh nhất trong lĩnh vực huấn luyện sức khỏe từ năm 2019-2026. Sự gia tăng thu nhập và nhận thức về chăm sóc sức khỏe tại các nước đang phát triển như Trung Quốc và Ấn Độ đang thúc đẩy nhu cầu về huấn luyện sức khỏe. Với tốc độ tăng trưởng dự đoán là 6,7% từ năm 2022-2030, Hiệp hội Y khoa Mỹ khuyến nghị rằng cứ 50 người dân nên có một huấn luyện viên sức khỏe [2], [14].

Tại Việt Nam, nhu cầu về nhân lực trong lĩnh vực này cũng đang tăng mạnh do nhận thức của người dân về sức khỏe chủ động ngày càng cao. Các chính sách y tế mới, chẳng hạn như chương trình “Sức khỏe Việt Nam” do Chính phủ phát động, cũng mở ra nhiều cơ hội phát triển cho nghề huấn luyện viên sức khỏe.

Công nghệ đang đóng vai trò quan trọng trong việc nâng cao chất lượng huấn luyện sức khỏe. Trí tuệ nhân tạo (AI) và phân tích dữ liệu lớn đang giúp cá nhân hóa

các kế hoạch huấn luyện, theo dõi tiến trình và điều chỉnh phương pháp tiếp cận dựa trên phản hồi thời gian thực của khách hàng. Các ứng dụng theo dõi sức khỏe như Fitbit, Apple Health và MyFitnessPal đang giúp huấn luyện viên sức khỏe có thể theo dõi các chỉ số sức khỏe của khách hàng một cách liên tục.

4. BÀN LUẬN

Quản lý, huấn luyện sức khỏe là một phương pháp tiếp cận toàn diện, giúp cá nhân thay đổi lối sống, cải thiện sức khỏe thể chất, tinh thần và nâng cao chất lượng sống. Nghề này đáp ứng nhu cầu ngày càng cao về chăm sóc sức khỏe chủ động, mang lại cơ hội nghề nghiệp rộng mở và đóng góp tích cực vào cộng đồng. Tuy nhiên, để phát triển bền vững, nghề này cần có khung pháp lý rõ ràng, hệ thống đào tạo chính quy và nhận thức đầy đủ từ xã hội. Ngoài những tác động tích cực, nghề huấn luyện sức khỏe vẫn phải đối mặt với nhiều thách thức trong quá trình phát triển [15], [16]. Một trong những khó khăn lớn nhất là sự thiếu nhận thức của người dân về vai trò của huấn luyện viên sức khỏe. Mô hình y tế truyền thống vẫn là lựa chọn chính của người dân khi có vấn đề về sức khỏe, khiến họ ít quan tâm đến việc tiếp cận huấn luyện viên sức khỏe. Ngoài ra, dù nghề này giúp thay đổi hành vi theo hướng lành mạnh, nhưng quá trình thay đổi thói quen của con người không dễ dàng và cần có sự cam kết dài hạn, điều này tạo ra rào cản trong việc mở rộng dịch vụ.

Do chưa có hệ thống kiểm soát rõ ràng, một số cá nhân và tổ chức lợi dụng kẽ hở trong quản lý để cung cấp dịch vụ huấn luyện sức khỏe kém chất lượng, gây mất lòng tin của người dân. Người dân vẫn còn e ngại khi sử dụng dịch vụ này vì lo ngại bị tư vấn sai hoặc không hiệu quả. Sự thiếu minh bạch trong quy trình đào tạo và cấp phép càng khiến nghề huấn luyện viên sức khỏe gặp khó khăn trong việc xây dựng uy tín [17].

Ngoài ra, hiện tại Việt Nam chưa có chính sách cụ thể để đào tạo, cấp chứng chỉ và quản lý nghề huấn luyện viên sức khỏe. Việc thiếu định hướng rõ ràng từ các cơ quan chức năng khiến nghề này chưa thể phát triển mạnh mẽ [18]. Nếu không có khung pháp lý rõ ràng, huấn luyện viên sức khỏe sẽ khó tạo dựng vị thế, không thể hoạt động chuyên nghiệp và không nhận được sự tin tưởng của cộng đồng. Bên cạnh sự phát triển mạnh mẽ của công nghệ, nhiều mô hình kinh doanh mới đã xuất hiện trong lĩnh vực huấn luyện sức khỏe. Các nền tảng trực tuyến và ứng dụng di động giúp huấn luyện viên sức khỏe tiếp cận khách hàng từ xa và cá nhân hóa chương trình chăm sóc sức khỏe. Một số mô hình kinh doanh phổ biến gồm:

- Huấn luyện sức khỏe cá nhân hóa: dịch vụ huấn luyện trực tiếp cho từng cá nhân dựa trên nhu cầu sức khỏe cụ thể.
- Chương trình sức khỏe doanh nghiệp: nhiều công ty đã áp dụng huấn luyện sức khỏe nhằm nâng cao hiệu suất làm việc và cải thiện sức khỏe nhân viên.

- Huấn luyện sức khỏe trực tuyến: các khóa học, hội thảo và chương trình huấn luyện từ xa giúp mở rộng quy mô dịch vụ trên toàn cầu.

Với những tiềm năng này, nếu Việt Nam có chính sách hỗ trợ phù hợp, nghề huấn luyện viên sức khỏe có thể phát triển bền vững, đáp ứng nhu cầu ngày càng cao về chăm sóc sức khỏe chủ động trong cộng đồng.

5. KẾT LUẬN

Nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe có vai trò quan trọng trong nâng cao sức khỏe, phòng ngừa bệnh tật và cải thiện chất lượng sống. Sự gia tăng bệnh mạn tính và xu hướng chăm sóc sức khỏe chủ động thúc đẩy lĩnh vực này phát triển. Quản lý, huấn luyện sức khỏe không chỉ cung cấp thông tin mà còn đồng hành, hỗ trợ thay đổi hành vi bền vững.

Tương lai của nghề quản lý, huấn luyện sức khỏe đầy tiềm năng nhờ ứng dụng công nghệ và phù hợp với định hướng chăm sóc sức khỏe chủ động. Đầu tư vào nghiên cứu, đào tạo và chính sách hỗ trợ sẽ giúp nghề huấn luyện sức khỏe phát huy tối đa vai trò, góp phần xây dựng hệ thống chăm sóc sức khỏe toàn diện, bền vững.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Van Minh H, Lan Huong D, Bao Giang K, Byass P, Economic aspects of chronic diseases in Vietnam, *Glob Health Action*, 2009 Dec 20, 2, doi: 10.3402/gha.v2i0.1965.
- [2] GVR Report, Digital health market size, share & trends analysis report by technology (Healthcare analytics, mHealth), by component (Hardware, software, services), by application, by end use, by region, and segment forecasts, 2025-2030, 2023, Accessed 12th Feb.
- [3] Sforzo G.A, Kaye M.P, Todorova I, Harenberg S, Costello K, Cobus-Kuo L, Moore M, Compendium of the health and wellness coaching literature, *American Journal of Lifestyle Medicine*, 2017, 12 (6), 436-447.
- [4] Butterworth S, Linden A, & McClay W, Health coaching as an intervention in health management programs, *Disease Management & Health Outcomes*, 2006, 14 (5), 299-307.
- [5] Huffman M.H, 2009, Health coaching: a fresh, new approach to improve quality outcomes and compliance for patients with chronic conditions, *Home Healthcare Now*, 27 (8), 490-496.
- [6] Palmer S, Tubbs I, Whybrow A, Health coaching to facilitate the promotion of healthy behavior and achievement of health-related goals, *International Journal of Health Promotion and Education*, 2003, 41 (3), 91-93.
- [7] Smith S.M et al, Interventions for improving outcomes in patients with multimorbidity in primary care and community settings, *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2007, (2).
- [8] American Association of Diabetes Educators, Guidelines for the practice of diabetes self-management education and training, *The Diabetes Educator*, 2009, 35 (suppl 3), 85S-107S.
- [9] Rollnick, S, Miller W.R, Butle C.C, Motivational interviewing in health care: helping patients change behavior. Guilford Press, 2008.
- [10] Terry P.E, Seaverson E.L et al, Tanaka A, The effectiveness of a telephone-based tobacco cessation program offered as part of a worksite health promotion program, *Population Health Management*, 2011, 14 (3), 117-125.
- [11] Ha M.T, Nguyen G.D, Nguyen T.H.T et al, The use of dietary supplements and vitamin consumption during and after the Covid pandemic in Vietnam: a perspective of user-generated content, *Humanit Soc Sci Commun*, 2023, 10, 854, <https://doi.org/10.1057/s41599-023-02340-3>.
- [12] Simmons L.A, Wolever R.Q, Bechard E.M, Snyderman R, Patient engagement as a risk factor in personalized health care: a systematic review of the literature on chronic disease, *Genome Medicine*, 2014, 6 (2), 1-13.
- [13] Kivela K, Elo S, Kyngas H et al, The effects of health coaching on adult patients with chronic diseases: a systematic review, *Patient Education and Counseling*, 2014, 97 (2), 147-157.
- [14] Ammentorp J, Uhrenfeldt L, Angel F, Ehrensvar M, Carlsen E.B, Kofoed P.E, Can life coaching improve health outcomes? A systematic review of intervention studies, *BMC Health Services Research*, 2013, 13 (1), 1-11.
- [15] Dennis S.M, Harris M, Lloyd J, Davies G.P, Faruqi N, Zwar N, Do people with existing chronic conditions benefit from telephone coaching? A rapid review, *Australian Health Review*, 2013, 37 (3), 381-388.
- [16] Olsen J.M, Nesbitt B.J, Health coaching to improve healthy lifestyle behaviors: an integrative review, *American Journal of Health Promotion*, 2010, 25 (1), e1-e12.
- [17] Thom D.H, Wolf J, Gardner H, DeVore D, Lin M, Ma A, Ibarra-Castro A, Saba G.A, Qualitative Study of How Health Coaches Support Patients in Making Health-Related Decisions and Behavioral Changes, *Ann Fam Med*, 2016 Nov, 14 (6): 509-516, doi: 10.1370/afm.1988.
- [18] Jordan M, Wolever R.Q, Lawson K, Moore M, National training and education standards for health and wellness coaching: the path to national certification, *Global Advances in Health and Medicine*, 2015, 4 (3), 46-56.