附件3

佛山市中医院2022年健康讲座安排表

备注：1.内容要求：符合公众健康知识需求，有助于提高科室品牌形象，有利于提升医院影响力。

2.讲师要求：语言清晰、表达流畅、控场能力好、能与听众进行良好互动。

3.课件要求：图文并茂，通俗易懂，避免过于专业化。

4.2022年周末讲座时间暂定从2022年2月26日开始，请按照以下时间列表安排讲座。

5.网络直播前两周请在OA流程中提出申请，以便提前安排。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **一、周末健康讲座** | | | | | | | | | | | | |
| **期数** | **日期** | | **讲座内容** | | **科室** | | **讲师** | **职称** | | **手机** | | **卫生节日** |
| **1** | **2022年2月26日** | | 你懂得如何正确用药吗？  ――谈用药方法对疗效的重要性 | | 临床药学室 | | 梁智明 | 主任药师 | | 18664298238 | | **全国爱耳日** |
| 痛风护理的那些事 | | 骨二科 | | 康玉闻 | 副主任护师 | | 15919001427 | |
| **2** | **2022年3月5日** | | 关注自己关注健康  ——妇科肿瘤的防治 | | 妇科 | | 刘春娣 | 副主任医师 | | 13630124046 | | **三八妇女节** |
| 糖尿病足的日常护理 | | 内分泌科 | | 李茂玲 | 主管护师 | | 13794027167 | |
| **3** | **2022年3月12日** | | 夜尿多是肾虚吗？ | | 肾病科 | | 黄艳华 | 主治医师 | | 13923270011 | | **世界肾脏病日** |
| 腰椎间盘突出的康复锻炼 | | 骨十三科 | | 刘清梅 | 主管护师 | | 13450850652 | |
| **4** | **2022年3月19日** | | 脂肪肝的防治与保健 | | 治未病中心 | | 陈诗慧 | 主任中医师 | | 18825936368 | | **爱肝日** |
| 你了解你的肝吗？ | | 肝病科 | | 谢悠青 | 中医师 | | 13702486256 | |
| **5** | **2022年3月26日** | | 肺结核防治 | | 肺病科 | | 林泽辉 | 医师 | | 13435634705 | | **世界防治结核病日** |
| 肺尽心思，氧护健康 | | 肺病科 | | 李顺芳 | 副主任护师 | | 19120322906 | |
| **6** | **2022年4月2日** | | 如何避免吃出“将军肚” | | 营养科 | | 潘永 | 主任中医师 | | 1343185011 | |  |
| 造口人的家庭护理 | | 外一科 | | 何丽展 | 副主任护理师 | | 13809212970 | |
| **7** | **2022年4月9日** | | 过敏性鼻炎的护理 | | 耳鼻喉科 | | 卢婉敏 | 副主任护师 | | 13923188361 | | **世界帕金森日，全国爱鼻日** |
| 腾腾震，就是帕金森吗？  ——各种震颤简介 | | 肌电图室 | | 张蕾 | 主治医师 | | 18675730631 | |
| **8** | **2022年4月16日** | | 甲状腺功能亢进症的诊治 | | 内分泌科 | | 刘晓霞 | 主治医师 | | 13790084876 | | **国际嗓音日，全民关注痛风日** |
| 骨质疏松的治疗与预防 | | 骨十四科 | | 王明爽 | 主治中医师 | | 18924575786 | |
| **9** | **2022年4月23日** | | 如何早期发现肺癌 | | 肿瘤中心 | | 张景涛 | 主治医师 | | 15920457708 | | **肿瘤防治宣传周，全民防治疟疾日** |
| 化疗期间呕吐应对措施 | | 肿瘤中心 | | 岑碧芝 | 主管护师 | | [13674046970](http://192.168.0.88/ioffice/prg/mr/javascript:SendMobile('13674046970','')) | |
| **10** | **2022年5月7日** | | 药师教你识别你身边的“宝贝” | | 中药房 | | 林俊杰 | 副主任中药师 | | 13702568116 | | **华夏中药节** |
| 与杖同行 | | 骨七科 | | 邓艳敏 | 护师 | | 13794605056 | |
| **11** | **2022年5月14日** | | 如何自我监测血压及保健 | | 脑病一科 | | 方泽佳 | 副主任护师 | | 13322829643 | | **世界高血压日，世界防治肥胖日，母亲节** |
| 火龙罐治疗虚性肥胖 | | 治未病中心 | | 马晓贤 | 主管护师 | | 18927232801 | |
| **12** | **2022年5月21日** | | 磁波刀技术在无创、精准治疗子宫肌瘤及腺肌病中的应用 | | 医学影像科 | | 王娟 | 主任医师 | | 13360316334 | | **世界预防中风日** |
| 骨质疏松的预防 | | 骨二科 | | 黄晓莹 | 主管护师 | | 15919001427 | |
| **13** | **2022年5月28日** | | 孩子不爱吃饭怎么办  ——儿科医生话疳积 | | 儿科 | | 阮燕君 | 中医师 | | 15989186607 | | **世界肠道健康日，儿童节** |
| 儿童感冒家居小儿推拿 | | 骨三科 | | 李雪仪 | 主管护师 | | 13798635559 | |
| **14** | **2022年6月11日** | | 前列腺增生的防治 | | 外三科 | | 黄剑华 | 副主任医师 | | 15099868711 | | **父亲节** |
| 治疗失眠偏头痛有新招-超声引导微创治疗帮你忙 | | 超声诊疗科 | | 王丹郁 | 副主任医师 | | 13590677846 | |
| **15** | **2022年6月18日** | | 踝关节扭伤的康复 | | 骨八科 | | 邹运璇 | 副主任中医师 | | 13827778919 | | **全国护足周** |
| 崴到脚了怎么办 | | 骨科门诊 | | 胡克萍 | 副主任护师 | | 1363004079 | |
| **16** | **2022年6月25日** | | 癫痫的中西医治疗 | | 外四科 | | 魏书航 | 副主任医师 | | 13435421863 | | **世界癫痫关爱日** |
| 中医养生经络操 | | 骨十一科 | | 李雪丹 | 主管护师 | | 13751520996 | |
| **17** | **2022年7月2日** | | 过敏性结膜炎防治 | | 眼科 | | 冯潇 | 主治中医师 | | 13928623050 | | **世界过敏性疾病防治日** |
| 腕管综合征知多少 | | 骨二科 | | 苏畅 | 副主任护师 | | 15919001427 | |
| **18** | **2022年7月9日** | | 前列腺肥大中医保养 | | 男科 | | 朱成彬 | 主任医师 | | 13927788688 | |  |
| 不得不说的“肺话” | | 肺病科 | | 赖慧晶 | 副主任护师 | | 13302842978 | |
| **19** | **2022年7月16日** | | 胆囊切除术后的护理 | | 外五科 | | 林观调 | 主管护师 | | 15899579079 | |  |
| 甲状腺术后的注意事项 | | 外一科 | | 欧阳秋伟 | 中医师 | | 13503064093 | |
| **20** | **2022年7月23日** | | 常见心律失常的早期识别 | | 心病科 | | 彭毅 | 主治医师 | | 13702851787 | | **世界肝炎日** |
| 精准检验让喜欢沉默的肝脏不再沉默 | | 检验医学中心 | | 吕微风 | 主管检验技师 | | 13268263849 | |
| **21** | **2022年7月30日** | | 大肠息肉的诊治 | | 脾胃科 | | 佘玲 | 主治中医师 | | 13825557799 | |  |
| 腰痛的防治 | | 针灸二科 | | 莫镭 | 护师 | | 13539426362 | |
| **22** | **2022年8月6日** | | 运动医学医生教你如何正确健身 | | 骨十五科 | | 王昌兵 | 主治中医师 | | 13695171631 | | **全民健身日** |
| 八段锦—你练对了吗？ | | 骨十三科 | | 古春平 | 主管护师 | | 13500255508 | |
| **23** | **2022年8月13日** | | 救在身边--院前心肺复苏的实施科普 | | 重症医学科 | | 丘富程 | 医师 | | 18818403276 | | **中国医师节** |
| 腰椎骨性关节炎的康复锻炼 | | 骨五科 | | 郭志彬 | 主治中医师 | | 13726308811 | |
| **24** | **2022年8月20日** | | 脱发越来越多，拿什么拯救你的发量？ | | 皮肤科 | | 王键旋 | 主治中医师 | | 13516582528 | |  |
| 几种常用贵重中药的鉴别 | | 中药房 | | 曾荣香 | 主任中药师 | | 13925457762 | |
| **25** | **2022年8月27日** | | 强直性脊柱炎知多少 | | 风湿免疫科 | | 陈君立 | 中医师 | | 18207573022 | | **全民健康生活方式日** |
| 您的生活方式健康吗 | | 健康管理中心 | | 邝立 | 副主任医师 | | 13380254802 | |
| **26** | **2022年9月3日** | | 日常正确姿势预防腰痛 | | 骨科门诊 | | 黎庆卫 | 主任护师 | | 13500253226 | | **世界物理治疗日，世界急救日** |
| 赶走抑郁症，经颅磁刺激让您重新爱上这个世界 | | 肌电图室 | | 杨轩 | 主治医师 | | 13590671892 | |
| **27** | **2022年9月17日** | | 痴呆早期识别与干预 | | 脑病一科 | | 胡泳端 | 治疗师 | | 13242457597 | | **中华老年痴呆日，全国爱牙日** |
| 急性胰腺炎为何反复发作 | | 外一科 | | 卢彦川 | 主治医师 | | 13802486683 | |
| **28** | **2022年9月24日** | | 坐式降压操的科普推广 | | 心血管科 | | 李少枝 | 副主任护师 | | 13929981225 | | **世界避孕日，世界聋人节，世界心脏病日** |
| 耳聋的中医护理 | | 耳鼻喉科 | | 李美芳 | 主管护师 | | 18578342013 | |
| **29** | **2022年10月8日** | | 肛周疾病早知道 | | 肛肠科 | | 林友彬 | 主任医师 | | 13929965335 | | **世界关节炎日，世界血栓日，全国防治高血压日** |
| 世界关节炎日--温暖你的老寒腿 | | 骨十五科 | | 王昌兵 | 主治中医师 | | 13695171631 | |
| **30** | **2022年10月15日** | | 没有药却有效的肌内效贴 | | 骨十三科 | | 冯宇恒 | 治疗师 | | 15917025668 | | **世界脊椎日，中国镇痛周** |
| 颈腰椎间突出的预防及治疗 | | 骨一科 | | 文磊 | 医师 | | 13928276915 | |
| **31** | **2022年10月22日** | | 亚健康之自愈妙药方法 | | 骨十一科 | | 邝雪辉 | 副主任护师 | | 13923127989 | |  |
| 吃猪肝能养肝？肝脏十大谣言你知道几条？ | | 肝病科 | | 江群芳 | 中医师 | | 18826480051 | |
| **32** | **2022年10月29日** | | 前列腺炎的保养 | | 男科 | | 王鹏 | 副主任中医师 | | 13560482000 | | **男性健康日，世界卒中日，世界银屑病日** |
| 肺康复护理 | | 肺病科 | | 何映坪 | 主管护师 | | 18675182017 | |
| **33** | **2022年11月5日** | | COPD防治 | | 肺病科 | | 詹伟杰 | 医师 | | 15813636620 | | **世界慢阻肺日** |
| 艾灸在感冒、咳嗽中临床应用 | | 针灸二科 | | 黄杏 | 护师 | | 13715512335 | |
| **34** | **2022年11月12日** | | 你懂得如何正确用药吗？――谈用药方法对疗效的重要性 | | 临床药学室 | | 梁智明 | 主任药师 | | 18664298238 | | **联合国防治糖尿病日** |
| 您了解糖尿病周围神经病吗？ | | 肌电图室 | | 林敏婷 | 主治医师 | | 13794026632 | |
| **35** | **2022年11月19日** | | 卒中中心绿色通道知多少 | | 急诊科 | | 梁章荣 | 主任医师 | | 13927763321 | | **中国卒中教育日** |
| 让冻结肩不再“冻结”---超声引导微创治疗帮您解冻 | | 超声诊疗科 | | 王丹郁 | 副主任医师 | | 13590677846 | |
| **36** | **2022年11月26日** | | 关爱特应性皮炎患者 | | 皮肤科 | | 钟敏华 | 主治医师 | | 13430263196 | |  |
| 下肢静脉曲张的治疗 | | 外一科 | | 韩新峰 | 主治中医师 | | 13549985608 | |
| **37** | **2022年12月3日** | | 中医体质辨识治疗老年骨质疏松 | | 骨十三科 | | 魏锦辉 | 副主任中医师 | | 13929993407 | |  |
| 口服抗病毒药物的注意事项 | | 肝病科 | | 陈旭丽 | 主管护师 | | 18666545086 | |
| **38** | **2022年12月10日** | | 失眠的治未病调养 | | 治未病中心 | | 徐光镇 | 医师 | | 17388605637 | | **世界强化免疫日** |
| 膝关节骨性关节炎的阶梯性治疗 | | 骨九科 | | 陈坚锋 | 副主任医师 | | 13790000321 | |
| **39** | **2022年12月17日** | | 教你如何整理家庭药箱 | | 制剂中心 | | 谭敏秀 | 副主任药师 | | 13827792192 | |  |
| 秋日里的红灯笼，酸甜美味话山楂 | | 制剂中心 | | 陈韵姿 | 副主任药师 | | 13516558440 | |
| **40** | **2022年12月24日** | | 得了疝气怎么办 | | 外一科 | | 吴岷翰 | 主治医师 | | 13500259696 | |  |
| 一滴血中的乾坤（血常规检验报告的解读） | | 检验医学中心 | | 何娴 | 副主任检验技师 | | [13794061725](javascript:SendMobile('13794061725','')) | |
| **二、健康科普网络直播** | | | | | | | | | | | | |
| **序号** | | **健康科普网络直播主题** | | **报送科室** | | **联系人** | | | **预播时间** | | **手机号码** | |
| 1 | | 如何保护您的关节 | | 骨十一科 | | 何利雷 | | | 2022年1月17日 | | 13825565825 | |
| 2 | | ICU常见“救命神器”作用科普 | | 重症医学科 | | 黄建慧 | | | 2022年1月30日 | | 15622129180 | |
| 3 | | 外踝骨折治疗及日常保健康复、拐杖使用你会吗？ | | 门诊骨科 | | 符名赟 | | | 2022年3月 | | 83063125 | |
| 4 | | 青光眼——视力的小偷 | | 眼科 | | 林小红 | | | 2022年3月4日 | | 13702488382 | |
| 5 | | 甲状腺结节切还是不切 | | 外一科 | | 霍景山 | | | 2022年3月8日 | | 13425919929 | |
| 6 | | 脑卒中防治和老年人喂食安全 | | 外四科 | | 何巧萍 | | | 2022年3月17日 | | 13621416321 | |
| 7 | | 骨质疏松教育网络直播 | | 骨一科 | | 文艺 | | | 2022年3月29日 | | 18665462426 | |
| 8 | | 世界卫生日，从关爱自身健康出发 | | 针灸一科 | | 蔡智韵 | | | 2022年4月7日 | | 18927725513 | |
| 9 | | 关注您的嗓音 | | 耳鼻喉科 | | 卢杰 | | | 2022年4月17日 | | 13928523525 | |
| 10 | | 痛风科普直播 | | 风湿免疫科 | | 郑宝林 | | | 2022年4月20日 | | 18207573022 | |
| 11 | | 常见泌尿系肿瘤的防治和护理 | | 外三科 | | 武星 | | | 2022年4月21日 | | 17875706681 | |
| 12 | | 中风居家康复护理系列 | | 脑病二科 | | 许雪华 | | | 2022年5月 | | 13925993829 | |
| 13 | | 激光美容怎么选？ | | 皮肤科 | | 张芸 | | | 2022年5月 | | 18576585310 | |
| 14 | | 如何看懂自己的体检报告 | | 健康管理中心 | | 胡晨鸣 | | | 2022年5月 | | 13798619736 | |
| 15 | | 乳痛怎么办 | | 外二科 | | 谭碧娆 | | | 2022年5月6日 | | 13929902341 | |
| 16 | | 产后腰痛的自我康复 | | 康复医学科 | | 荆丽波 | | | 2022年5月7日 | | 15015777789 | |
| 17 | | 常见慢重症中医药防治 | | 重症医学科 | | 肖秋生 | | | 2022年5月8日 | | 15913144168 | |
| 18 | | 世界狼疮日科普直播 | | 风湿免疫科 | | 李婷 | | | 2022年5月10日 | | 18207573022 | |
| 19 | | 世界预防中风日，关于中风病的现状、预防以及治疗 | | 脑病二区 | | 陈文霖 | | | 2022年5月20日 | | 18924874686 | |
| 20 | | 世界肠道健康日 | | 肿瘤中心 | | 梁贵文 | | | 2022年5月30日 | | 13516540248 | |
| 21 | | 暑假近视防控——近视/弱视知多少 | | 眼科 | | 林小红 | | | 2022年6月6日 | | 13702488382 | |
| 22 | | 泌尿系结石的防治和护理 | | 外三科 | | 武星 | | | 2022年6月16日 | | 17875706681 | |
| 23 | | 脊柱术后健康教育网络直播 | | 骨一科 | | 文艺 | | | 2022年6月28日 | | 18665462426 | |
| 24 | | 特别的“艾”，给特别的你 | | 妇科 | | 柯颖华 | | | 2022年7月7日 | | 18566055013 | |
| 25 | | 认识儿童抽动症 | | 儿科 | | 李殊阳 | | | 2022年8月 | | 13427553344 | |
| 26 | | 树立治未病健康理念 | | 治未病中心 | | 苏健斌 | | | 2022年8月下旬 | | 18200744514 | |
| 27 | | 骨质疏松的防治 | | 骨七科 | | 洪石 | | | 2022年8月7日 | | 17306674400 | |
| 28 | | 勿以疝小而不为 | | 外一科 | | 庄志浩 | | | 2022年8月8日 | | 13827786896 | |
| 29 | | 体态矫正 | | 骨十三科 | | 叶长青 | | | 2022年8月8日 | | 13923191058 | |
| 30 | | 科学运动远离损伤 | | 骨十一科 | | 何利雷 | | | 2022年8月9日 | | 13825565825 | |
| 31 | | 骨痛竟然是癌症？ | | 肿瘤中心 | | 李宏良 | | | 2022年8月16日 | | 13202362613 | |
| 32 | | 肾脏病的早期发现 | | 肾病科 | | 梁建亮 | | | 2022年8月18日 | | 13927762181 | |
| 33 | | 白内障防治 | | 眼科 | | 林小红 | | | 2022年8月19日 | | 13702488382 | |
| 34 | | 科学减重 | | 内分泌科 | | 刘天 | | | 2022年8月24日 | | 83066102 | |
| 35 | | 颈腰腿痛的防治 | | 骨五科 | | 李冠彦 | | | 2022年8月24日 | | 15876587274 | |
| 36 | | 肺结节的防治及综合管理 | | 肺病科 | | 梁炳辉 | | | 2022年9月 | | 13450886655 | |
| 37 | | 脊柱侧弯认识与预防 | | 医学影像科 | | 吴伟智 | | | 2022年9月 | | 13927726326 | |
| 38 | | 尿失禁的防治与护理 | | 外三科 | | 武星 | | | 2022年9月8日 | | 17875706681 | |
| 39 | | 乳腺癌早期识别 | | 外二科 | | 谭碧娆 | | | 2022年9月9日 | | 13929902341 | |
| 40 | | 世界急救日急救知识科普 | | 急诊科 | | 梁章荣 | | | 2022年9月10日 | | 13927763321 | |
| 41 | | 肱骨外科颈骨折治疗及日常保健康复与护理 | | 骨科门诊 | | 符名赟 | | | 2022年10月 | | 83063125 | |
| 42 | | 关爱银屑病患者，你我同行 | | 皮肤科 | | 储开宇 | | | 2022年10月 | | 13590658245 | |
| 43 | | 膝关节损伤，如何保护才是硬道理 | | 骨十一科 | | 何利雷 | | | 2022年10月10日 | | 13825565825 | |
| 44 | | 谈谈“胆结石”前因后果 | | 外五科 | | 彭剑波 | | | 2022年10月11日 | | 13528936999 | |
| 45 | | 国际关节炎日网络直播 | | 风湿免疫科 | | 郑宝林 | | | 2022年10月12日 | | 18207573022 | |
| 46 | | 老年人居家吞咽功能训练；  老年人居家防跌倒知识宣教 | | 外四科 | | 区琼芳 | | | 2022年10月12日 | | 13533094717 | |
| 47 | | 火龙保膝，健走如飞 | | 骨十三科 | | 丁云霞 | | | 2022年10月12日 | | 18038882525 | |
| 48 | | 糖尿病视网膜病变的防治 | | 眼科 | | 林小红 | | | 2022年10月13日 | | 13702488382 | |
| 49 | | 如何正确面对老年骨质疏松症 | | 骨十三科 | | 朱海丰 | | | 2022年10月20日 | | 18929986900 | |
| 50 | | 骨质疏松的日常护理 | | 骨十三科 | | 林良燕 | | | 2022年10月20日 | | 13823449776 | |
| 51 | | 儿童感冒家居小儿推拿 | | 骨三科 | | 陈婉敏 | | | 2022年10月20日 | | 13702968844 | |
| 52 | | 乳腺癌关爱日 | | 肿瘤中心 | | 陈学彰 | | | 2022年10月21日 | | 13927701337 | |
| 53 | | 三胎时代，如何成就“爸”业 | | 男科 | | 王鹏 | | | 2022年10月26日 | | 13560482000 | |
| 54 | | 终末期肾脏病的自我调理 | | 肾病科 | | 梁一鸣 | | | 2022年11月24日 | | 13827762181 | |
| 55 | | 急性心梗的早期识别 | | 心病科 | | 赵华云 | | | 2022年12月5日 | | 13825508089 | |