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%3ASendMobile%28%2713674046970%27%2C%27%27%29) |
| **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 |
| **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 |