

## 首届优秀科普作品展示活动(北部区域) 复赛在沈阳圆满落幕

10月28日,由国家传染病医学中心、首都医科大学附属北京地坛医院主办,沈阳市第六人民医院协办的首届优秀科普作品展示活动(北部区域)复赛,在沈阳市第六人民医院顺利收官。首都医科大学附属北京地坛医院、沈阳市卫生健康委员会、复赛相关单位的领导及沈阳市第六人民医院班子成员出席活动,专家评审、大众评审、市民代表与医院职工代表等200余人共同见证这场科普盛宴。

本次北部区域复赛由沈阳市第六人民医院牵头组织,覆盖区域内23家联盟单位,共征集到40余部原创健康科普作品。经过专家团队严格初评,10部作品脱颖而出进入复赛,最终9支创作团队(1部作品弃权)齐聚现场,通过精彩展示角逐全国决赛晋级资格,沈阳市第六人民医院院长徐进主持活动致辞环节。

沈阳市第六人民医院党委书记李斌在致辞中表示,我们正处于全民健康意识觉醒与健康需求升级的关键时期。一方面,群众对科学、权威、实用的健康知识渴求日益迫切;另一方面,碎片化信息、伪科学谣言仍在干扰公众判断,健康科普工作面临“供给侧”与“需求侧”的双重考验。举办本次大赛,绝非简单的技能竞技,而是要以赛事为“引擎”,凝聚卫生健康系统的专业力量,打造一支“懂专业、会传播、接地气”的科普铁军,构建“政府引领、专业主导、全民参与”的健康科普生态,让科



▲沈阳市第六人民医院《阻断肝癌三部曲》



▲长春市传染病医院《消失吧,结核菌》



▲营口市第三人民医院《别把肝脏当“铁打”——全能管家罢工记》



▲包头市第三医院《肺结核侵袭高考路 坚韧女孩破茧成蝶》



▲牡丹江市康安医院《撸串防病指南:跟布鲁菌病say good bye》



▲抚顺市传染病医院《“肾”谋远虑,智斗出血热》



▲沈阳市第六人民医院《抓捕“布鲁菌”大作战》



▲沈阳市第六人民医院《户外怕遇蜚?阿宅教你“见招拆招”》



▲黑龙江省传染病防治院《乌云散尽,盼你而来》

学健康理念真正成为社会共识、融入日常生活。比赛现场精彩纷呈,小品、舞台剧、脱口秀等多元形式轮番上演,打破传统

科普的枯燥感。作品内容既聚焦“肝炎”“肺结核”等大众熟知的常见传染病,也关注“出血热”“布鲁氏菌病”等与生活习惯密切相关、特定人群高发的疾病。九部作品依次登场,各具特色。台上台下互动频繁,科普知识在轻松氛围中深入人心。比赛间隙,沈阳市第六人民医院护理部献上舞蹈《人间烟火》与歌舞《领航》,前者传递对生活的深刻感悟,后者展现奋进新征程的磅礴力量,为活动增添更多温情与活力。

评分环节采用“现场打分+网络投票”相结合的方式,专家评审与大众评审从作品的科学性、权威性、创新性、传播力及区域适配性五个维度现场评分,再结合赛前网络投票结果计算总成绩。

最终,沈阳市第六人民医院《户外怕遇蜚?阿宅教你“见招拆招”》等三部作品的团队,获得参加北京决赛的资格,与会领导为参赛队伍颁发荣誉证书。

“十五五”时期,“强化公共卫生服务,防控重大传染病”是加快建设健康中国的重要内容之一。沈阳市第六人民医院相关负责人表示,将以此次活动为契机,持续发挥传染病专业优势,积极构建东北区域传染病科普协作机制,推动优质科普资源共享、创作经验互鉴、人才队伍共建,让健康理念覆盖更多城乡角落,为“十五五”期间健康中国建设贡献更大力量。

本报记者 单强

## 心暖夕阳 爱伴银龄

——沈阳市精神卫生中心开展老年人心理关爱行动

本报讯 记者赵燕报道 11月3日,沈阳市精神卫生中心联合大东区万泉社区卫生服务中心走进永丰社区,开展老年心理关爱主题活动。本次活动通过健康讲堂、心理游戏和健身互动相结合的形式,帮助老年居民了解心理健康知识,提升自我调适能力,营造关注心理健康的良好社区氛围。

活动前期,万泉社区卫生服务中心组织专业人员在永丰社区进行了老年心理关爱问卷调查,共发放并回收有效问卷50份。问卷涵盖情绪状态、睡眠质量、社会支持及心理需求等多个方面。调查结果显示,社区老年人中存在睡眠异常的比例约为10%,部分居民反映存在入睡困难、夜间易醒等情况。基于这一调研结果,活动特别聚焦“老年人睡眠健康”主题,力求通过科学指导和心理调适,帮助居民改善睡眠质量、提升生活幸福感。

活动当天,居民们早早来到现场,期待聆听专家讲座。沈阳市精神卫生中心门诊副主任敦雪菲以《如何拥有良好的睡眠》为主题,为居民带来了一场深入浅出、贴近生活的健康讲堂。敦主任结合临床经验,从睡眠的生理规律入手,讲解了老年人睡眠问题的常见原因及科学应对策略。她强调,保持规律作息、控制午睡时间、适度运动、避免睡前过度用脑或情绪波动,是改善睡眠的关键。同时,她还提醒大家,要正确



活动现场,医护人员为居民讲解健康知识。

本报记者 赵燕 摄

认识“早醒”“浅睡”等问题,避免过度焦虑或依赖药物。

在讲堂之后,老年心理关爱行动志愿者带领居民们开展了丰富有趣的互动环节。首先进行的是“看字说成语”小游戏,老人们积极参与、踊跃回答,不仅锻炼了反应能力和记忆力,还在欢声笑语中感受到了交流的乐趣。随后,志愿者带领大家一起做“清肺操”,伴随着舒缓的音乐,居民们伸展双臂、深呼吸、放松身体,现场气氛轻松愉快。这些活动不仅让老年朋友们在轻松愉快的氛围中学习了心理健康知识,也增进了邻里之间的互动和情感交流。

活动结束后,居民们纷纷表示,这场活动既实用又温暖,让他们真正感受到了来自社区和专业机构的关心与支持。

未来,沈阳市精卫中心将继续践行“普及健康知识,共创健康沈阳”的理念。依托专业优势,深入社区开展心理健康讲座、心理咨询、心理训练等多种形式的活动,通过持续开展类似活动,不断扩大心理健康科普的覆盖面。同时,沈阳市精神卫生中心将与社区卫生服务中心建立长效合作机制,共同完善老年心理健康档案,持续提供专业支持和个性化服务,助力构建“人人关注心理健康、人人享有健康生活”的和谐社区环境。

## 皇姑区开展社区义诊活动 守护老年健康传递关怀

本报讯 记者姜晓菲报道 近日,沈阳市皇姑区多家社区卫生服务中心同步开展系列义诊活动,将优质医疗服务送到居民身边,以实际行动践行健康服务理念,惠及辖区老年群体。

在皇姑区新乐和三洞桥社区卫生服务中心的义诊现场,医护人员早早做好准备,有序为前来参与的老人完成信息登记、健康问询和档案更新工作。血常规、尿常规、肝肾功能、心电图、彩超等多项基础检查依次开展,医护人员细致操作,耐心解答老人们的疑问。活动安排专家坐诊咨询,针对高血压、糖尿病等常见老年病、慢性病提供专业健康指导,讲解合理用药知识,帮助老人养成科学的健康管理习惯。寿泉社区卫生服务中心则创新服务场景,联合当地幼儿园开展主题义诊,扩大健康服务覆盖面。

此次社区义诊活动,不仅让老人们在门口就能完成全面健康检查,实现疾病早发现、早预防、早治疗,更通过贴心服务传递了社会对老年群体的深切关怀。不少老人表示,这样的活动解决了日常体检不便的难题,收获了实用的健康知识,感受到了实实在在的温暖。