

健康中国科普宣传活动简报

为贯彻落实《“健康中国 2030”规划纲要》，以“大卫生，大健康”为理念，普及健康知识，提高居民健康素养水平，区疾病预防控制中心结合我区实际情况，广泛开展了各类科普宣传活动。现将部分活动总结如下：

1、2024年3月21日，配合上级部门在乌鲁木齐市第122小学开展以“从心出发，守护未来”为主题的讲座，由乌鲁木齐市电视台全程直播。讲座邀请乌鲁木齐市第一人民医院儿童保健科主任医师杨艳，从学生的生理及心理两方面展开，详细的讲解了男孩女孩青春期发育的特点以及学生时期经常出现的心理问题，用生动的案例给师生们普及了心理健康教育技能，指出青少年的生理与心理尚不成熟，情绪不稳定，更易受到外界的影响，她结合自身的专业理论知识帮助师生们梳理心理健康教育知识，分析如何更好地处理生活、学习中遇到的心理危机问题。活动现场悬挂宣传横幅一条，红山眼 APP 直播观看 11565 人次，发放心理健康核心知识知晓率调查问卷 200 张并根据答卷计算学生心理健康素养知晓率为 90.9%，发放了宣传品抽纸 200 盒，共有 200 余名师生参加了此次活动。

2、2024年3月7日，疾控中心公卫科在经开区（头区）92小学开展“预防脊柱侧弯”第一课活动。本次活动的目标在于普

及脊柱健康知识，教授学生正确的坐姿、站姿及运动方式，以期达到早期预防、早期发现、早期干预的效果。

本次活动采取了专题讲座、互动问答、健康操教学的形式进行脊柱侧弯知识的普及与宣传。邀请了骨科专家为学生们讲解了脊柱侧弯的成因、危害及预防措施，通过生动的案例和直观的图表，让学生们对脊柱侧弯有了更深入的了解，解答了学生们的疑惑。并教授了一套专门针对脊柱健康的体操，帮助学生通过日常锻炼来预防脊柱侧弯。

3、2023年6月6日，疾控中心以“关注普遍的眼健康”为主题开展第28个“全国爱眼日”，宣传活动邀请乌鲁木齐市眼耳鼻喉专科医院视光科主任王郁前往乌鲁木齐市第92小学，开展“6.6全国爱眼日”讲座。现场发放200份宣传品、200份青少年近视防控问答手册、500份近视防控手册（小学生版）、线上科普问卷（小学生版）。乌鲁木齐市第97中学发放500份近视防控手册（初中生版）、500份近视防控手册（高中生版）、问卷星线上科普问卷（初中生版）、问卷星线上科普问卷（高中生版）。有力地引导学生树立科学用眼的习惯、加强家长对孩子眼健康的关注，提高了学生科学用眼的意识和健康防护能力。

4、2022年1月30日，疾控中心组织辖区内10家社服中心、区属2家医院以“关爱麻风患者，共创美好生活”为主题开展第69届“世界防治麻风病日”暨第35届“中国麻风节”活动。10家社服中心分别组织开展形式多样的宣传教育活动。利用板报、

电子屏播放、培训讲座、设置宣传咨询点和发放宣传材料等多种形式，为辖区内居民宣传讲解关于预防麻风病的知识；区属 2 家医院分别通过线上微信和线下电子屏宣传活动，对院内工作人员进行了麻风病防治知识培训，开展了麻风病防治知识现场咨询点，工作人员针对麻风病的概念、感染途径、感染后的表现及如何预防治疗等相关知识，向前来的居民、患者宣讲麻风病的防治知识，发放宣传材料。活动共开展参加人员 26 人，接受健康教育人数近 700 余人，共计发放麻风病宣传材料 400 余份，电子屏幕滚动播放宣传主题累计 24 小时。

5、2021 年 10 月 29 日，以“警惕卒中症状，尽早识别救治”为主题开展了第 16 个“世界卒中日”，辖区 9 家社区卫生服务中心及所属卫生服务站共设置 9 个宣传分会场开展此次活动。各中心主要通过微信公众健康咨询群以及朋友圈转发相关知识，宣传健康理念。进一步提高居民对脑卒中疾病预防的知识，深入宣传了脑卒中防治知识，倡导群众选择健康的生活方式，增强了居民的防控意思和自我保健意识。主题日当天共出动医务人员 23 人，横幅 4 条，发放宣传材料 311 余份，咨询人数 254 人，免费测量血压 89 人，免费测量血糖 37 人，测量体重 28 人，发放健康小礼品 70 个。

6、2021 年 9 月 1 日，以“三减三健，健康新动力”为主题开展第 15 个“全民健康生活方式行动日”，深入推进以“三减三健”全民健康生活方式，传授健康生活技能，营造良好社会氛围。

辖区 10 家社区卫生服务中心开展了“全民健康生活方式宣传月活动月”主题活动。利用网络微信朋友圈、居民工作群、电视播放《全民健康生活方式日》宣传片等方式开展，开展了义诊、现场咨询、发放宣传资料、放置“三减三健”宣传展板、利用电子屏滚动宣传健康知识。同时开展减盐周宣传活动，向公众宣传“915”（就要 5 克）的减盐理念，传播低盐饮食知识，促进全社会共同关注并践行减盐行动。主题日当天共出动医务人员 35 人，横幅 6 条，展板 5 块，发放宣传材料 800 余份，咨询人数 877 人，免费测量血压 667 人，免费测量血糖 135 人，测量体重 491 人，发放健康工具 355 个。

经开区（头区）卫健委

2024 年 3 月 27 日