

# 南通市护理学会

## 2018 年科普宣传周活动情况统计表（一）

项目名称： 健康中国 科普助力——关爱生命 健康护航

主管部门：江苏省护理学会

主办单位：南通市护理学会

承办单位：南通市护理学会各专业委员会、全市二级以上医院

举办地点： 社区、公园、广场、乡镇街道、护理院、校园、工厂、家庭等

举办时间：2018 年 5 月 8 日-14 日

联系人： 周建萍

联系电话/手机：0513-89002618 13912289649

### 项目简介：

在花红柳绿、草木繁盛的五月，我们迎来了第 107 个国际护士节。为了弘扬南丁格尔精神，充分发挥护理专科优势，帮助广大民众建立健康生活方式，促进全民健康素质的提升。南通市护理学会根据中华护理学会、江苏省护理学会的统一部署，整合护理学会各专业委员会优势资源，进行了明确分工，精心策划。在“5.12”国际护士节来临之际，组建专家团队，在全市范围内拉开了“健康中国 科普助力——关爱生命 健康护航”为主题的科普宣传周活动帷幕。各个专业委员会和二级以上医院，通过走进社区、公园、广场、乡镇街道、护理院、校园、工厂、家庭等，把健康知识普及给广大百姓，让基层对医学知识和医疗技术的渴求，将百姓对健康知识的渴望变成现实。



## 一、南通市护理学会开展“关爱生命 健康护航”大型科普义诊宣传活动

5月8日，由南通市护理学会主办，健康教育和科普护理专业委员会承办，在虹桥社区开展了大型科普义诊宣传活动。此次活动集合了南通市区各大医院的优质资源，集聚各护理专业委员会的精英，荟聚虹桥公园，医护联动为广大市民开展了健康咨询、科普讲座、免费测血糖、血压、现场急救技能演示、科普展板解说、特殊家庭访视等义诊活动。营造了“关爱生命 健康护航”的氛围，打造了“健康中国 科普助力”的声势。

清晨，微微凉风带来初夏的惬意，在虹桥公园北门口，整齐有序的摆放着各专科小组带来的科普展板，有认识糖尿病、胰岛素治疗的误区、脑卒中的预防与护理、远离哮喘、认识睡眠障碍、哺乳期乳腺炎预防、疼痛要治疗吗等等50余幅，给居民们一早就带来了知识的分享。

在2天前公园大门上方的电子屏就已滚动播放了今天义诊的喜讯，所以居民们一早就三五成群的来到了义诊现场。营养专科护士陆敏敏最先忙开了，测血糖、称体重，她还带着食物模具，讲解各种食物的营养价值，如何正确合理饮食；心血管、内科专科护士忙着量血压，

发放健康资料，建立健康档案；老年康复科的老师自带锻炼器，进行着呼吸功能锻炼和扩胸运动的示范；外科、乳腺科的老师介绍着乳腺自检的方法；母婴专科老师逗着躺在摇篮车里的婴儿，咨询着辅食的添加。最吸引人的是躺在地上的安妮，由急诊急救专科护士讲解着如何进行心跳骤停的判断，心脏按压的部位，按压的频次和深度，开放气道，人工呼吸等，叔叔阿姨们个个欲欲跃试，一位阿姨还拿出自己的手机，让我们把她学习的经过拍了视频，好回去再慢慢体验，也好把经验分享给周围的人。

此时，医疗专家这边也忙得不亦乐乎，“章主任好，在您呼吸科出院十多天了，正准备下周再去复查呢，今儿正巧遇见了您，请帮我听听肺，”“大爷，您现在气色不错，呼吸音也清晰，现在早晚有点凉，注意点就可以了。”“倪主任，我生过肠癌，在你们肿瘤医院开了刀，还做了6个疗程的化疗，您看我现在还要注意些什么吗？”“您现在恢复得很好，看不出来耶，平时注意饮食不要肥腻，保持心情愉快，定期来医院复查就好啦！”“咦！您不是四院的戴主任吗？前几年是您把我的失眠看好的。”听着如此亲热的称呼，看着有些依稀模糊的身影，专家们再忙心里也乐乎着。

在公园3楼活动室，60多位居民正聚精会神听着糖尿病专科护士陆露露“糖尿病人如何迈开腿”专题讲座，还有阿姨认真的记着笔记。静疗专科护士杨爱民护士长穿梭在座位边给有需要的居民测血糖。今天还准备了“心血管预防保健科普知识”“中医治未病与养生”“如何正确使用止痛药物”等科普讲座，为居民们带来了知识盛宴。

随后，糖尿病专家羌主任带着康复组的老师，在社区工作人员的带领下，来到2户糖尿病患者家中进行访视，测血糖，讲解了日常注意事项，如何防治糖尿病足等并发症，给予踝泵运动等床边指导，促进病人舒适，提高生活质量。同时她们还给带去牛奶、水果等慰问品，病人及家属感激不尽。

此次活动，由科普护理主任委员张兰凤主任主持，她说：“健康是宝贵的财富，只有健康才能得到财富，我们希望把所学的健康知识

奉献给大家，让大家永保健康和财富”。健康教育主任委员、南通市卫生职业技术学校王琴校长亲临现场指导。南通市护理学会徐旭娟理事长致辞并接受媒体采访，她强调“护理学已经发展成与医疗同等的一级学科，我们护士也有硕士、博士，也有与医生同等主管、副主任、主任护师职称。随着医学的进步，护理学的发展，广大市民对健康知识需求日益增长。今天，我们集聚了南通市所有专家，还有省级专科护士，为大家提供健康教育、保养技能，祝愿大家老有所养，老有所乐，健康有保障”。

此次活动共有心血管、糖尿病、呼吸、中医、营养、睡眠、肿瘤、母婴、儿科、疼痛、伤口造口、内科、外科、静脉治疗等 50 多名医护专家，为虹桥社区及周边 400 多位居民，进行了多学科义诊，免费测量血糖、血压、体重，摆放科普展板 50 余块，发放科普宣传手册 1000 余份，进行了 4 堂精彩知识讲座，现场演示心肺复苏、乳房自检、踝泵运动等应急保健技能。糖尿病专家还携带慰问品走访了 2 位糖尿病病人，进行体检和咨询服务，帮助解决实际问题。此次活动得到社区居民的一致好评，南通直播门户进行了全程报道。



“关爱生命 健康护航”

## 二、南通市护理学会各专业委员会开展“专科引领 健康促进”大型科普义诊宣传活动

南通市护理学会各专业委员会依托专业优势，整合优势资源，进行明确分工，并精心策划主题，组织医护专家 345 人，走进 28 个社区、乡镇、学校、护理院、家庭等，为百姓健康义诊咨询 3380 人次，免费测血糖、血压、肿瘤标志物监测 3370 人次，举办心血管、糖尿病等精彩科普讲座 29 场，现场演示急救技能 22 场次，讲解科普展板 100 余幅，发放健康资料 11300 余份。

### （一）送知识到校园学生

春风起，美小护“舞”动校园；担使命，护理人在行动！由南通市护理学会组织筹划的“快乐校园，健康先行”大型健康科普公益活动在南通市第三中学宏远楼学术报告厅举行。活动以“引领（Lead）、奉献（Dedicate）、为健康（For Health）”为核心理念，由急诊急救、口腔、眼耳鼻喉护理、医院感染管理专业委员会主任委员承办，围绕“心肺复苏（CPR）”、“日常危险救护”、“口腔卫生”、“用眼卫生”、“手卫生”几大主题对青少年学生进行培训。

青少年是祖国的未来，通过开展“快乐校园，健康先行”大型健康科普活动，让广大师生初步了解和掌握日常生活中各种意外急救技能，能够在危急时刻来临时进行有效的自救和互救，同时引领他们养成良好的卫生习惯，增强抵御各类传染性疾病的能力，促进身心健康、茁壮成长。

“授之以鱼，不如授之以渔”。普及医学常识和技能，端正个人卫生习惯，促进青少年学生健康成长，提升全民安全意识和健康水平——肩负使命，我市护理人在行动！



## “快乐校园 健康先行”

### （二）送知识到护理院老人

5月10日、14日，根据南通市护理学会的统一部署，由老年护理、康复护理、社区护理、精神卫生护理等四个专业委员会承办，组织的护理专家团队，分别来到南通北阁护理院、南通大生护理院，开展“引领、奉献、为健康，情系护理院”科普宣传活动。此次活动得到了两家护理院领导的大力支持，参与人数近100人，床边指导护理20多例次。并为护理人员和护工们带来了《老年人的护理安全》专题讲座，从鼻饲，到跌倒、皮肤护理等方面进行安全指导。并且现场进行了心肺复苏术的操作演示和指导。课堂上气氛踊跃，互动频繁，一位护工大叔在专家的指导下，掌握了心跳骤停后的最基本的胸外心脏按压的部位、手法、按压的深度与按压的频率。专家们还走进病房，进行现场管道护理、伤口造口护理、康复护理以及精神卫生护理等方面的指导。一位中风后一直没有进行康复、手脚开始蜷缩的老人，立即指导

护理员进行简单的康复手法，老人虽然仍着疼痛，但看着专家们还是露出了孩童般的笑脸。



### “引领、奉献、为健康”——情系养老院

关心老人，爱护老人，是中华民族的传统美德。5月17日，为“树敬老之风，创和谐社会”，南通市护理学会与南通市北护理院共同举办了“关爱老人，把爱带进社区”的主题活动。此次活动由南通市护理学会危重症、伤口造口和糖尿病专业委员会承办。南通市博爱集团含南通市北护理院及苏州、如皋、海门等多家基层医疗服务机构的150余名医务人员参加培训。会议由南通市危重症专业委员会主任委员、南通市第一人民医院门诊部主任翁卫群主持。

专家们从糖尿病病人饮食管理，居家老人压力性损伤的预防，老人骨质疏松症预防，重危病人的气道管理4个方面进行了业务知识培训。

老师们图文并茂的授课，更新了学员们的理论知识，让美小护们脑洞大开。对市北护理院收治的几位气管切开术患者，进行现场指导，通过深入浅出的讲解，帮助解决了实际问题。培训现场气氛热烈，掌声连连，学员们还针对平时工作中遇到的问题，如吸痰的时机，拍背的手法、气管套管的选择等进行了现场咨询，专家们也给出了耐心讲解，学员们收获满满。

随后，专家们来到病房，对压力性损伤患者、血糖异常患者、气管切开术后患者、重症患者进行床边指导，服务对象近 100 余人，有效解决了患者的问题，美小护们也掌握了专业的操作方法，活动受到患者家属及医务人员的一致好评。

夕阳是晚开的花，夕阳是沉年的酒，夕阳是迟到的爱，夕阳是未了的情，让每一片“夕阳”都绚丽多彩。关爱老人，把爱带进社区，提高基层的医疗服务水平，让更多老人受益。让我们营造敬老、爱老、助老的良好社会氛围，为创造和谐社会尽一份力。



“关爱老人，把爱带进社区”

### (三) 送知识到乡镇百姓

为了提升公众对癌症核心知识的知晓率，普及科学防癌的理念，引导公众远离不良生活习惯，建立预防肿瘤、中医养生健康生活方式，做好肿瘤病人静脉通路的维护及疼痛管理，实现对癌症的有效防控。南通市护理学会主办，肿瘤、中医、静疗、疼痛护理专业委员会承办，开展了“抗癌路上，你我同行”——肿瘤科普公益行系列活动。

健康科普巡回义诊，聚力优质医疗资源下沉。南通市肿瘤医院等联合市委组织部深入社区、乡村开展健康科普巡回义诊暨送医下乡系列活动，目前已依次在通州区刘桥镇、海门市常乐镇、如东县岔河镇、开发区竹行街道、通州区兴仁镇开展大型义诊活动。

健康科普巡回义诊暨送医下乡系列活动开展以来，组织高级职称以上专家累计 50 人次深入基层开展义诊，其中市 226、省 333 高层次技术人才共计 20 人次；已累计为近 2000 人次提供义诊咨询，提供血糖、血压、AFP、CEA 等免费检查，发放宣传资料 8000 余份。聚力优质医疗资源下沉，将我市肿瘤界的专家学者带到基层，来到百姓身边，真正打通肿瘤防治的“最后一公里”。

健康讲坛科普宣传，媒体对话传播科学防治。借助电视、广播、网络、新媒体、报纸等多种媒体举办了不同形式的科普宣传活动。今日头条、南通电视台新闻频道、城市日历、南通日报、江海晚报、濠滨论坛、掌上南通等媒体开展科普宣传，倡导健康生活方式，树立癌症早诊早治、科学防治理念，社会反响十分强烈。

如何早期预防肺癌、发现肺癌、远离肺癌，如何降低食管癌的发生率和死亡率，胃癌的致病因素有哪些，肠镜检查是什么，痛不痛，肿瘤患者应该如何合理膳食、如何开展中医食疗，造口护理方法及常见问题等。一场场抗癌防癌的饕餮盛宴，通过健康大讲堂、媒体对话的形式走入寻常百姓家。

癌友关爱大型义诊，抗癌路上医患携手同行。南通市肿瘤医院联合市癌友康复协会在南院广场开展癌友关爱大型义诊活动，来自南通

市肿瘤医院、南通市肿瘤防治专科联盟的 12 名专家、10 名志愿者为近 250 名癌友协会会员免费测量血糖、血压、肿瘤标志物专项，发放科普宣传手册近 1000 余份。南通市电视台、城市日历、南通日报、江海晚报现场采访报道，《今日头条》进行了专题宣传报道。

妍康家园癌友踏青，志愿服务温情传播大爱。肿瘤医院乳腺中心组织 40 名乳腺癌康复患者来到如皋长江药用植物园，开展“妍康家园”活动。通过抗癌明星康复交流、防癌科普宣传、广场义诊等形式，结合“科学抗癌、关爱生命”的活动主题，向广大市民宣传科学的癌症防治知识，倡导健康的生活公益户外活动。针对乳腺病患者的康复做了健康生活方式和术后随访的专题讲座，带领大家游览植物园，品尝如皋长寿美食，搭建医生与患者、患者与患者之间的交流平台，帮助树立与疾病斗争的信心，促进早日康复。



### “科学抗癌 关爱生命”——肿瘤科普公益行

南通市护理学会组织妇产科护理、围产护理、儿科护理专业委员会的专家们来到港闸区永兴街道社区卫生服务中心和狼山镇城山社区，开展了“科普助力 妇幼健康”主题活动。专家团队精心准备，给

妈妈们讲述儿童流感如何预防、流感和普通感冒辨别等常识；给奶奶们讲解了围绝经期保健知识，为围绝经期妇女拨开迷雾，帮助她们提高生活质量；围绕“产后康复、完美转身”主题，向妈妈们讲述了产褥期妇女的心理变化和康复方法；给孕产妇、新生儿家庭送去了孕期、产褥期及新生儿护理科普知识“孕期保健”、“产褥期护理”、“新生儿皮肤护理”，听完妈妈们纷纷表示深有感触、收获颇丰。

此次活动南通市护理学会妇产科专业委员会主任委员、南通市护理学会理事长徐旭娟主持，共有 16 位医护专家参加义诊活动，120 多位居民接受了健康教育，互动交流 100 多人次，科普健康 6 场次，受到了广大居民的热烈欢迎。通过活动，建立了居民科学的孕育观、树立了科学做月子、做好婴儿皮肤护理。科普路上，我们将继续努力，将更多、更丰富的医学知识用通俗易懂的科普形式进行更大范围的传播，以帮助大家建立科学的生活、行为方式，促进全面健康。



“科普助力 妇幼健康”

#### （四）送知识到基层医务人员

不忘初心，共筑美好健康港湾。为了贯彻省卫生计委《关于加强基层医疗卫生机构护理工作的指导意见》精神，以“大健康、大卫生、大护理”为理念，建立护理服务协作网，优质护理资源下沉，对基层护理服务增加供给，满足人民群众日益增长的多元化、多层次健康服务需求。南通市护理学会多年来一直致力于为基层医疗机构的护理人员提供免费进修、培训服务，定期送管理、送知识、送技能，为基层人员更好地开展优质的护理服务提供了有力的技术支撑和安全保障。南通市肿瘤护理专业委员会举办了肿瘤专科医疗护理理论和操作技能培训班，邀请省内知名医疗、护理专家授课。理论培训内容包括腔镜技术在肿瘤外科中的运用、加速康复、靶向治疗、MDT 模式在肿瘤治疗中的作用、护理科研设计、肿瘤护士的职业防护、肿瘤的营养治疗、造口的护理管理、淋巴水肿专科护理、肿瘤化疗、放疗、介入治疗等肿瘤专科治疗及护理知识和新进展等内容。操作技能培训有 PICC 置管、维护实践工作坊。此次培训共邀请南通地区肿瘤防治联盟医院的学员 26 人，进行了为期 4 天的学习，大家不仅学到了最新的肿瘤专科护理理论，还规范操作技能，掌握了质量控制及护理会诊的流程，从而提高南通地区肿瘤专科医疗护理质量和水平。



## 不忘初心 共筑美好健康港湾

### 三、南通市二级以上医院将科普知识向基层辐射，打通“健康中国 科普助力”最后一公里

在 5.12 国际护士节期间，全市二级以上 33 家医疗单位 907 位专家团队，以“健康中国 科普助力——关爱生命 健康护航”为主题，以“专科护理 延伸服务”为特色，深入乡镇、居委会、学校、工厂、养老院等开展科普宣传活动，将科技传播到每一个村庄，将健康传递给每一位百姓。此次活动公众参与 14322 人次，其中 17 所学校 1500 多名学生普及 CPR 知识及技能，正确洗手方法，手足口病的预防等。13 家养老院的 980 多位老人接受了健康检查，并为老人们进行中医养生健康指导，拔火罐、刮痧、埋耳穴贴、经穴推拿等以强身保健，针对患高血压病的老年人较多，教老人们简便易学的降压操，整个活动中老人们积极参与并进行互动。5 家工厂的 350 多位员工接受了急救技能的培训，并普及“烟草危害及卫生应急”知识讲座，听讲人员基本掌握了 CPR、止血包扎、骨折固定技能及中暑、触电、烧烫伤、各种中毒相关知识，增强了应对各种突发事件能力，掌握了吸烟、烟草以及二手烟的危害，认清了“降焦减害”的认识误区，掌握了国家禁烟相关规定及行政法规。6 位专科护士走访了 18 户家庭进行现场指导，深受欢迎。接受健康咨询 8371 人次，演示培训 101 次，还手把手教居民进行猝死的判断、心脏按压、口对口呼吸等抢救规范步骤，为抢救生命赢得宝贵时间。健康讲座 154 次，讲授了糖尿病、冠心病、传染病相关知识、中医夏季养生保健知识及卫生应急相关知识。并与居民进行互动，针对居民们提出的各种问题进行解答。发放健康资料 20470 份，此次活动得到了百姓的广泛好评，市级媒体报道 23 次，微信报道 25 次。

健康科普一头连着医护人员、一头连着百姓，通过“健康中国 科普助力”系列活动，拓展了护理服务领域，发挥了护士在改善医疗护理服务中的积极作用，也充分展示了护士的风采，赢得了社会的信任

与尊重。健康科普路上没有尽头，让我们发挥护理行业的引领作用，更好地诠释“白衣天使”的庄严内涵，更好地为人民群众的健康护航！



## 2018 年科普宣传周活动情况统计表（二）

填报单位： 南通市护理学会 联系人：周建萍 电话：13912289649

内 容	数 量	备 注
参加单位 (个)	119	
参加活动护士人员 (人)	1252	
公众参与 (人次)	18712	
演练的场次 (次)	123	
培训的场次 (次)	183	
各级经费投入 (万元)	52.76	
资料发放 (份、册)	31770	
科技咨询 (人次)	3633	
下 乡 (次)	65	
义 诊 (人次)	11751	
宣传展板 (块)	365	
科普画廊 (米)	20	
开放科普基地 (个)	8	
科技报告会 (场)	17	
科普影视 (场)	12	
短信发送科技信息(条)	400	
提供护理服务 (次)	8731	
出动宣传车 (辆)	27	
视频科普宣传 (期)	19	
省级媒体报道次数	0	
市级媒体报道次数	42	
其他：学校、养老院、工厂、家庭	63	