

“健康大讲堂”通城巡讲一周年，在20个社区成功圈粉

# “益”起守护居民稳稳的幸福

去年12月，由市药学会、南通报业传媒集团共同主办的“健康大讲堂”科普公益巡讲正式启动。一年来，公益巡讲先后走进崇川区20个不同的社区，举办了20场不同主题的健康讲座，在广大市民中掀起了学习践行健康知识的热潮，成为“健康南通”建设进程中一道亮丽的风景线。

## 白大褂变身科普达人 每场讲座都收获一批粉丝

1日，2023“健康大讲堂”科普公益巡讲第20站走进崇川区城东街道东大街社区。主讲人则是居民们的老朋友——市药学会基层药学专委会常务委员、南通汉药中医医院副主任中医师缪宝迎。这已经是她第三次应邀参与科普公益巡讲了。

身为南通汉药中医医院业务院长，一年来，缪宝迎围绕“参类中药的正确运用”“中医湿病及其调理”“冬令进补话膏滋”为主题，先后走进崇川区任港街道任港社区、和平桥街道濠西社区、城东街道东大街社区，成为名副其实的健康科普达人。

“一年前，公益巡讲启动当天，首场讲座我就是主讲人。一年后，20场公益巡讲告一段落，最后一场讲座也是我当主讲人，我深感荣幸。可以说，三次参加巡讲，一次比一次收获大。”缪宝迎坦言，每次讲座结束后，都有居民加他微信或现场咨询，让他收获了大批粉丝，也让他肩上担负起更多的公益责任。为此，每场讲座他都精心准备、认真备课，以最近开讲的“冬令进补话膏滋”为例，仅讲座PPT就准备了79页，令前来听讲的居民受益匪浅。

脱下白大褂，站上演讲台，此次“健康大讲堂”科普公益巡讲也让一

批临床一线的药学工作者从幕后走到台前，通过实操讲课的形式，提升了他们的健康传播能力。

通大附院抗肿瘤专业临床药师朱秋燕在“肿瘤防治科普”讲座中，呼吁市民无须谈癌色变，还贴心讲解了国家肿瘤治疗相关惠民政策；通大附院主管药师赵诚的科普讲座别具一格——“谁‘偷走了’你的骨骼”，并用“限盐补钙多运动，戒烟戒酒阳光照”这朗朗上口的14字寄语广大高血压患者；南通卫生高职校副教授任亚丽在“冠心病的识别与救护”讲座中，特地带来了心脏模型展示，现场进行案例分析，让居民们入脑又入心。

## 订单式巡讲受到欢迎 主题贯穿四季市民活学活用

20场“健康大讲堂”科普公益巡讲到底受欢迎度如何？场场爆满给出了最响亮的答案。

“巡讲活动采取订单式筹备讲座内容，结合时下热点话题，围绕市民关注度高、涉及面广的用药知识开展，根据市民点单需求提前对接讲师师资，为广大市民朋友献上浅显易懂、贴近生活的健康知识科普秀。”市药学会理事长戴辉强调，健康公益巡讲与学术讲座有所不同，讲课的专家必须接地气，用通俗易懂的语言讲述百姓关注的健康话题。

记者注意到，聚焦“三高”等慢

性病，是此次健康公益巡讲的一大亮点。以高血压防治为例，通大附院主管药师张春燕、市三院副院长药师缪应祥分别以“控制血压 乐享人生”“高血压的健康教育”为题，精彩开讲。其中，张春燕还在讲座中用上了打油诗，风趣幽默地传播高血压防治知识。市三院副院长药师乔进、市三院内分泌科专业临床药师王丹丹分别以“了解糖尿病及其用药”“糖尿病医学营养治疗”为题开讲，同样的主题，不同的角度和风格，带给居民们满满的干货。此外，针对慢阻肺、骨质疏松、冠心病、高

尿酸及痛风等常见的慢性病，各大医院的临床药师也纷纷登台开讲。不少居民带着小本子一边听课，一边记下实用的慢病防治知识。

结合不同的时节、季节和疾病谱的变化，推出相应主题的健康讲座，让此次“健康大讲堂”科普公益巡讲受到市民们的一致点赞。从“春季流感的中医药防治”，到夏季“中医湿病及其调理”“中老年秋季养生保健”，再到“冬季中医养生”，贯穿四季的健康养生讲座做到了应时应景，让市民学到健康知识马上就能用到实践中。

## 学会与媒体强强联合 携手助力“健康南通”建设

据统计，20场公益健康讲座平均每场吸引线下居民超过50人，同时通过南通日报社旗下“南通名医团”视频号进行线上全程直播，平均每场直播吸引网友观看、互动超过3000人次。截至目前，20场“健康大讲堂”科普公益巡讲共计覆盖居民、网友超过6.1万人次，产生了良好的社会反响。

与此同时，20场科普公益巡讲，每场讲座结束后都通过南通发布App或南通日报、江海晚报，以图、文、视频的形式进行二次传播，吸引了众多读者、网友关注，活动的影响力、知名度、美誉度不断提升。

此次活动还得到了启东东岳药业有限公司、江苏万高药业股份有限公司的大力支持。“传播健康知识，帮助更多家庭践行健康生活方式，这是我们生物医药企业应尽

的社会责任。”东岳药业总经理蔡畅说。

万高药业董事长兼总经理姚俊华表示，提升居民健康素养是实施“健康中国”战略的重要一环，作为南通药学会的会员单位，他们将积极支持“健康大讲堂”活动，将更多的健康知识带给有需要的人。

健康科普，任重道远。“现在信息渠道多，其中与医学健康相关的内容也不少，但有些内容有误导之嫌。我在门诊过程中，经常有病人手持从网上或微信上抄录的处方，希望医生开具。但许多网络信息并非真正的科学知识，有的甚至南辕北辙。”缪宝迎认为，从这个层面上说，举办“健康大讲堂”很有意义，应该长期坚持下去。

“市药学会与南通报业传媒集团联合开展以‘携手健康行·共筑健

康梦’为主题的‘健康大讲堂’科普巡讲活动，旨在让健康科普知识更加深入人心，进一步增强人民群众在疾病预防、慢病检测、个体医疗等方面的处置能力，加深对自我健康管理的认知，更好地助力‘健康南通’建设。”戴辉表示，20场公益巡讲活动只是“健康大讲堂进社区”活动的一个起点。未来，市药学会还将与媒体进行深度合作，鼓励更多药学科技工作者创作和生产更多优质的健康知识，探索新的健康科普形式，让公众听得懂、学得会、用得上。同时，市药学会将把健康知识普及行动作为专项行动来部署推进，组建专家库，通过媒体充分激发广大药学科技工作者的科普积极性和传播热情，推动全社会形成讲科学、爱科学、学科学、用科学的良好氛围。

本报记者 冯启榕



## 农家书屋提档升级

3日，如皋市城南街道育华村，小读者在提档升级后的农家书屋里阅读图书，乐享周末。今年以来，该街道按照“建强一批、提升一批、维持一批、整合一批”原则，对现有的农家书屋进行提档升级，满足乡村儿童和农民群众对美好生活向往、助力共同富裕的重要载体。

CFP供图

## 关爱快递行业女性系列活动开展

本报讯 1日，市妇联、市快递行业党委联合启动“巾帼港湾——快递幸福”关心关爱快递行业女性系列活动。通过组织一场妇女运动史教育、圆梦一批微心愿、送上一场女性健康讲座的“三个一”活动，切实送上娘家人的心暖关爱。

当天，快递行业女性代表参观了南通巾帼教育阵地——妇女运动史馆，了解一百多年来党领导妇女运动的光辉历程和重大成就等，从中汲取前进力量和奋斗激情。同时，活动邀请顺丰、菜鸟、中通等快递企业的一线女快递员代表来到微心愿圆梦现场，为她们送上蓝牙耳机、四件套、围巾、文旅卡、电影卡等心愿礼包，主办单位还走访快递网点、分拨中心，看望慰问女骑手们，感谢她们为城市发展、方便群众生活所作出的贡献。活动特邀南通市第一人民医院妇产科首席专家、主任医师刘曼华做女性健康知识讲座，详细讲解女性常见疾病的防治，并进行互动答疑。

随着新兴产业的蓬勃兴起，快递行业中的女性占比越来越高，为南通经济发展增添速递动力。去年以来，在市妇联、市快递行业党委的领导下，全市新建市县快递物流行业妇联8家，在全省率先实现市县两级快递行业妇联组建全覆盖。

活动相关负责人表示，市快递行业妇联将继续履行好“引领、服务、联系”的职能，积极协调相关部门，切实维护好女性快递员群体合法权益，加大关心关爱力度，在全社会营造理解、尊重、关爱快递员群体的良好氛围，着力提高女性快递从业人员的获得感、幸福感和安全感。

通讯员 朱嵩 记者 陆薇