**附件一：**

2024年护理学院第一届健康科普大赛

作品主题及类别

**一、作品主题**

为了进一步营造校园健康科普文化，提升学生健康科普意识，激发学生创新能力，本次健康科普大赛将以线上初赛与复赛的形式举办。参赛主要从慢病管理与老年健康、她健康和生命急救三个主题征集健康科普作品。具体如下：

**（一）慢病管理与老年健康科普主题**

作品围绕慢病预防与老年健康科普展开，内容健康，寓教于乐，有时代气息，体现创新意识。作品内容可选范围：

1.肿瘤防治与延续护理

2.孝文化与护理

3.常见慢病预防与管理（如：糖尿病、高血压、冠心病、脑血管病、痛风、血脂代谢异常等）

4.营养与健康

5.慢性疾病的健康教育或老年健康教育

6.老年生活照护与护理

7.慢性病的康复护理

8.适老化环境设计

9.“三减三健”健康科普知识

**（二）她健康科普主题**

作品围绕她健康科普开展，涵盖女性全生命周期的保健，包括女性孕产期、婴幼儿期、儿童期和青春期保健、育龄期生殖保健、围绝经期保健、女性老年期保健等几个重要阶段为主。内容健康、形式新颖，趣味性和启发性强，生动形象便于记忆。作品内容可选范围：

1.围生期保健：

（1）孕期营养

（2）孕期运动

（3）孕期症状护理

（4）应对分娩不适的技巧：如非药物镇痛和自由体位分娩的方法、技巧等

（5）产褥期护理

（6）产后康复

（7）母乳喂养

（8）生命早期1000天营养及保健

2.新生儿保健与护理

（1）新生儿袋鼠护理

（2）早产儿喂养

（3）新生儿黄疸护理

（4）新生儿家庭访视

（5）新生儿随访

3.婴幼儿保健与护理

（1）婴幼儿生长发育

（2）婴幼儿喂养、辅食添加

（3）儿童常见疾病护理

4.青春期保健

（1）经期保健与护理

（2）青春期心理及营养健康

5.围绝经期及老年期保健

（1）围绝经期、老年期保健与护理

（2）围绝经期、老年期心理与营养健康

**（三）生命急救科普主题**

作品围绕常见急症、损伤的自救互救科普展开，内容健康，寓教于乐，有时代气息，体现创新意识。作品内容可选范围：

1.基础生命支持

2.气道异物

3.常见家庭急症(胸痛、哮喘、低血糖、脑卒中、心律失常、高血压等)

4.常见损伤（骨折、出血、扭伤、颈椎病、溺水、中毒、烫伤、动物咬伤等）

5.灾害现场急救（地震能、火灾、车祸等）

**二、作品类别：**

（一）图文类。包括科普宣传手册、一图读懂（长图）、海报等，需上报JPG格式文件，海报尺寸要求为60cm×80cm。

（二）表演类。包括演讲和舞台剧（歌舞、小品、相声、情景剧等适合舞台表演的节目）。上述两类作品均以视频形式报送，视频时长5分钟以内，画面质量优，可供后续传播使用，为MOV、MP4等格式1080P高清影像。

（三）视频类。包括公益广告、微视频、动漫等。要求作品画面质量优，构图合理，字幕及配乐得当，可供后续传播使用，为MOV、MP4等格式1080P高清影像。公益广告时长原则上不超过1分钟，微视频、动漫不超过5分钟。

（四）音频类。包括健康科普专题音频、广播剧、有声书等。要求音质清晰、完好无损，为WAV、MP3等格式。音频、广播剧单个作品时长建议不超过20分钟，有声书单个作品建议不超过40分钟。

另外：每份作品需同时附一份参赛报名表