

南阳卫生健康体育动态

2025 年第 80 期

南阳市卫健体委办公室

2025 年 9 月 30 日

内乡县构建“三级联动、四维融合、精准赋能” 健康体重管理体系

今年来，内乡县深入落实《河南省“体重管理年”活动实施方案（2024-2026）》和《2025 年“豫你同行，万步有约”健走活动暨体重管理活动实施方案》，积极构建“政府主导、多部门联动、全民参与”工作格局，推动健康体重管理活动扎实开展。

一、构建“三级联动”责任体系

在全省 2025 年“豫你同行，万步有约”健走活动中，内乡县结合实际，积极协调县总工会、县教体局等部门，出台县级方案，建立协同机制。采取县级统筹、单位分级负责、个人具体落实的三级管理模式，组建 46 支团队统一管理调度，推行“队长

负责制”和日督促机制。督促个人绑定“万步健康小程序”，及时体测并输入数据，由省级系统建立 768 份“个人健康健走”档案，参与活动队员均收获良好减重效果。

二、创新“四维融合”服务模式

医防融合：医疗卫生机构开设“两病一体化门诊”，实现体重—慢性病协同管理，开展多学科联合义诊服务超 800 人次，出具个性化体重管理方案。基层医院结合基本公共卫生服务为老年人健康体检时加强健康体重宣传教育，结合慢性病管理提供适宜减重方案。

文体融合：在琴治公园、县衙广场等地联合广场舞协会升级“万人健身夜”活动，推出科学燃脂课程；县文化局编制黄梅戏健康剧目《健康千金方》，下乡巡演 12 场，助力健康发展。

数智融合：依托小程序动态监测步数达标率、问卷完成度，监督每个人运动情况，由队长及时发送提醒，坚持运动 10000 步以上，达到健康减重效果。

宣教融合：运用微信公众号等新媒体发布健康体重管理知识，开展“三减三健”知识大讲堂科普讲座，推动全民科学减重。

三、开展“精准赋能”健康内乡行动

内乡县积极开展健康体重管理科普进社区活动。县疾病预防控制中心带领健康知识宣讲团走进岷镇店坊村开展“三减三健”健康体重科普宣传教育，利用 BMI 转盘与居民互动，指导平衡膳食和合理运动。走村入户落实“健康工具包进社区、进家庭”，发放健康体重管理资料和控油壶、限盐勺 100 余套，提供“点单

式服务”，实行个性化体重管理。

结合第 23 个《职业病防治法》宣传周，送健康体重管理知识进企业，开展宣传义诊活动，深入企业开展心理健康和“三减三健”健康体重管理科普讲座，为企业职工送去健康知识。

下一步，内乡县将持续深化“体重管理年”活动，加强队伍管理，做好宣传动员，通过压实责任链条、创新服务载体、强化数据赋能，推动健康管理从“阶段性活动”向“常态化机制”转型，为健康内乡建设提供坚实支撑。

（内乡县卫生健康委）

西峡县开展 2025 年“奔跑吧·少年”冠军进校园活动。9 月 26 日，河南省“奔跑吧·少年”冠军进校园活动走进西峡县宛西育才实验学校。河南女足元老张瑛、优秀守门员教练孟子涵现身校园，与师生展开交流互动。此次活动由河南省体育局、河南省教育厅、共青团河南省委联合主办，多方联动为青少年搭建接触专业体育、感受冠军精神的优质平台。张瑛曾屡获全国女子足球联赛前三名，并五次代表河南队征战全运会。她结合自己的运动生涯，讲述赛场上的酸甜苦辣，让在场师生真切感悟到——“更快、更高、更强”并非遥不可及的口号，而是日复一日坚守与拼搏的写照。南阳市卫健体委体育事业科科长周洪滨代表省体育局，向宛西育才实验学校移交物资捐赠牌——一批崭新体育器材将为阳光体育课堂注入“新血液”。运动场上的实战指导点燃了全场热情，两名冠军教练员先带领同学们完成专业热身，再围绕传

接球、运球、射门等核心技术教学，亲自示范并拆解动作要领，耐心指导孩子们掌握踢球技巧。这场充满温度与力量的冠军进校园活动不仅让学生们近距离感受了冠军风采，更通过专业技能指导和精神引领，在孩子们心中播下了热爱体育的种子。

（西峡县体育事业发展中心）

邓州市开展 2025 年服务百姓大型义诊周活动。9 月 25 日，“邓州市 2025 年服务百姓大型义诊活动”在邓州市人民公园拉开帷幕。来自邓州市中心医院、人民医院、中医院、妇幼保健院、二院、三院等医疗机构，以及疾控中心、120 指挥中心的工作人员参与此次义诊。活动现场，各医疗机构的资深专家团队细致问诊、查看病历，结合症状给出个性化诊断建议，为有需要的市民开展疾病筛查、一般治疗和康复理疗。针对部分市民存在的焦虑、失眠等问题，专家一对一进行疏导，帮助缓解心理压力。疾控中心工作人员通过发放宣传手册、现场讲解等方式，向市民普及传染病、地方病、精神障碍等疾病的防治知识，围绕健康体重管理、日常健康习惯养成等内容开展科普。120 指挥中心的工作人员通过模拟演示、现场教学，向市民传授心肺复苏、气道异物梗阻急救等实用技能。此次义诊活动，共为 1000 余名群众提供了专业医疗服务。下一步，邓州市将继续以全国大型义诊活动周为契机，持续推动义诊服务向基层延伸，切实解决群众看病就医的操心事、烦心事，让健康福祉覆盖更多市民。

（邓州市卫生健康委）

卧龙区代表队在南阳市药膳技能大赛中斩获佳绩。9月19日，南阳市药膳技能大赛圆满落幕，由卧龙区卫健委选派的南阳归零文化村代表队和南阳市第一人民医院代表队，凭借精湛的专业技艺与前沿的创新理念，分别斩获团体一等奖、团体二等奖，充分展现了卧龙区在药膳传承与发展领域的扎实功底与卓越实力。本次大赛以“传承药膳文化·赋能健康南阳”为核心主题，汇聚了全市各县区多支实力队伍同台竞技。赛事围绕药膳理论知识考核、特色食材精准辨识、创新配伍方案设计、实操烹饪技艺展示等多个环节展开。通过多维度、全方位的考评体系，对参赛队伍的专业素养、实践能力与创新思维进行综合检验。卧龙区两支代表队赛前高度重视、精心筹备：一方面深入挖掘经典药膳方剂的文化内涵与养生精髓，确保作品兼具传统底蕴；另一方面紧密结合现代人群的健康需求与饮食偏好，对参赛菜品的配方、工艺、口感进行反复打磨与优化升级，最终斩获佳绩。下一步，卧龙区卫健委将以此次大赛为契机，进一步推动药膳文化普及与技能提升，为群众提供更优质的健康服务。

（卧龙区卫生健康委）

示范区组织召开示范区基本药物合理应用培训会。9月25日，示范区卫健中心组织召开2025年度（第二期）示范区基本药物合理应用专题培训会。培训会邀请示范区人民医院耳鼻喉科专家现场围绕临床技能提升、理论知识深化及医患协作优化展开等重点讲解了中耳炎、鼻出血、鼻窦炎、气管异物、扁桃体炎等耳

耳鼻喉科最基本的常见病与多发病的诊疗、急诊处理流程以及慢性疾病的阶梯式治疗策略，熟悉耳鼻喉科常用药物的分类、作用机制及使用规范，包括局部用药与全身用药的适应症与禁忌症。辖区一级医疗机构业务院长、医务科长、所有执业医师，村卫生室、社区卫生服务站等医疗机构执业人员 200 余人参加培训。

（示范区卫生健康服务中心）

“健康南阳行”走进镇平医疗服务进准送达机关企业。9月23日，“健康南阳行 大医献爱心”文明实践志愿服务专项行动走进镇平县，将优质医疗资源与健康知识送到群众身边。此次活动由南阳市卫健体委主办，镇平县卫健委、疾控中心协办，南阳市口腔医院承办。当天，市口腔医院组建多学科专家团队，分赴镇平县工信商务局、中联水泥有限公司，开展“送健康进机关”“送健康进企业”活动。在县工信商务局，口腔专家以“全生命周期口腔健康管理”为主题，针对成人、孕妇、老人和儿童常见口腔问题，系统讲解了龋齿、牙周病、牙齿缺失等防治要点，演示巴氏刷牙法，并强调定期检查的重要性。耳鼻喉专家则科普了打鼾可能引发的睡眠呼吸暂停综合征风险。讲座后，多科专家联合开展义诊，提供一对一健康指导。在中联水泥有限公司，专家团队为员工提供颈肩腰腿痛及口腔疾病的义诊服务。高琰主任开展口腔保健讲座，陈文琼副主任通过案例解析打呼噜相关风险，活动现场向员工赠送了洁牙卡与理疗卡。市口腔医院负责人表示，未来将以此次活动为契机，擦亮“健康南阳行·大医献爱心”和

健康促进“321”行动品牌，为健康南阳建设贡献更多力量。

（南阳市口腔医院）

南阳市第三人民医院健康促进“三进两建一帮扶”行动走进新野县上庄乡卫生院。9月25日，市三院心血管内科副主任朱琳和呼吸消化科李帅医师团队等4人走进新野县上庄乡卫生院，开展对口帮扶及健康知识宣讲。在健康帮扶宣讲会上，朱琳医师深入浅出地解读了慢性心力衰竭的诊断及治疗，详细讲解慢性心力衰竭的诊断、分级分类分型、日常干预事项、药物治疗的应用及不良反应。李帅医师解读了咳嗽变异性哮喘的认识、提高规范化诊断和治疗能力，重点解读了呼吸类疾病的常见原因、处理原则，浅显易懂。宣讲之后，与会同仁们纷纷表示耳目一新、思路拓展、受益匪浅。与会村医说在家门口就能享受到市专家优质资源，提供了更多学习指导的机会，希望以后有更多交流学习机会，去拓展自己的业务技术，更好地去服务当地群众。今后，南阳市第三人民医院将进一步贯彻落实南阳市卫健体委关于健康教育与促进的相关要求，持续加强与帮扶县区的全面交流合作，让广大群众在家门口就能享受到高质量有温度、可信任可托付的医疗服务，为增强群众健康意识、提升健康素养水平做出贡献。

（南阳市第三人民医院）

南阳市康复医院举办优质服务与人文关怀案例分享会。9月23日，南阳市康复医院举办了“叙事凝仁心，共情润医护”优

质服务及人文关怀案例分享会。来自医疗、护理、康复、养护等多个科室的代表齐聚一堂，用一个个真实动人的故事，共同演绎属于市康复医院的暖心篇章。分享会在刘建院长热情洋溢的致辞中拉开帷幕，来自不同岗位的 12 名一线医护康养人员依次走上讲台。他们没有豪言壮语，却用最朴实的语言，分享了工作中那些看似微小却直抵人心的瞬间。台下的同事们时而凝神静听，时而报以热烈的掌声。案例分享结束后，院长刘建对活动进行了精彩点评，并鼓励全体职工将今天的感动转化为明天的行动，让这样的暖心故事在南阳市康复医院的每一个角落生根发芽。未来，南阳市康复医院全体职工将继续秉持“仁心仁术”的宗旨，将技术的“精度”与服务的“温度”深度融合，努力为每一位患者提供更加安全、优质、有尊严的医疗服务。

（南阳市康复医院）

报：省卫健委办公室、市委办公室、市政府办公室。

发：各县市区卫健委（卫健中心）、体育管理部门，委属和管理单位，委机关各科室。

编辑：何楠

审核：王风