

# 国家卫生健康委医院管理研究所

国卫医研函〔2024〕138号

## 关于开展2024年退行性脊柱疾病 科普作品交流活动的通知

各有关单位：

为推动健康知识普及，提升全民退行性脊柱疾病健康素养，我单位于2024年2月份开展了“退行性脊柱疾病规范化诊疗项目优秀科普作品征集活动”。经项目专家委员会评议，在通过初评的149份的作品中（附件1），共遴选出57份科普作品（附件2）。为加强科普作品展示交流，按照项目工作计划，现定于8月开展2024年退行性脊柱疾病科普作品交流活动，具体事项通知如下：

### 一、活动时间及地点

（一）华中站：2024年8月3日，武汉万科瞻云酒店（地址：湖北省武汉市汉江区常青路177号）。

（二）华南站：2024年8月10日，福建外贸中心悦华酒店（地址：福建省福州市鼓楼区五四路73号）。

(三)华北站:2024年8月17日,哈尔滨敖麓谷雅酒店(地址:黑龙江省哈尔滨市松北区创新三路800号)。

(四)华东站:2024年8月23日,徐州市博顿温德姆酒店(地址:江苏省徐州市贾汪区龙湖西路16号)。

## 二、其他事项

(一)交流活动将组织专家,在57份科普作品中,遴选出12份优秀科普作品并在2024年9月6日召开的“第三届中国医疗质量大会”进行展示。活动以实际通知为准。

(二)参选作品以退行性脊柱疾病科普为主,不涵盖药品、器械、平台等商业宣传推广内容。

(三)科普作品中所涉及的参会人员,食宿交通由会议承担。

(四)部分优秀作品将通过国家卫生健康委医院管理研究所官方网站([www.niha.org.cn](http://www.niha.org.cn))、微信公众号([nihachina](https://www.wechat.com/p/nihachina))进行展示。

## 三、联系方式

联系人:医疗质量监测与控制研究室 张老师 付老师

联系电话:010-81138557

电子邮箱:[ncis@niha.org.cn](mailto:ncis@niha.org.cn)

- 附件：1. 退行性脊柱疾病科普作品初选名单
2. 退行性脊柱疾病科普作品交流活动场次安排  
及人员名单
3. 科普作品交流活动日程安排

退行性脊柱疾病规范化诊疗项目工作组  
(代章)

2024年7月26日



## 附件 1

# 退行性脊柱疾病科普作品 初选名单

序号	姓名	科普作品名称	单位
1	谢永梅	让你不再谈腰色变	西宁市第三人民医院
2	刘少军	我不是“腰”神	兵器工业总医院
3	蒋静华	减压椎间盘 赋能脊柱新活力	陕西省汉市中心医院
4	江伟	降”腰“记；腰椎管狭窄症科普视频？	西安市第三医院
5	刘淼	腰椎间盘突出与腰椎管狭窄，两者有何区别？	贵州医科大学附属医院
6	焦甲勋	不做低头族，远离颈椎病	衡水市人民医院
7	蒋文文	腰椎保卫战：姿势、锻炼与保护	黄骅市人民医院
8	蒋文文	解救腰椎	黄骅市人民医院
9	李广章	自检腰腿痛三步曲	秦皇岛市第一医院
10	范宁建	腰椎管狭窄症	唐山市第二医院
11	王丹彤	颈椎病的朋友千万别错过这个视频	北大荒集团总医院
12	张名硕	腰椎管狭窄科普	哈尔滨医科大学附属第四医院
13	王树元	守护自“脊”，“柱”就健康	哈尔滨医科大学附属第一医院
14	林丽娜	退行性脊柱炎的临床表现及治疗	哈尔滨医科大学附属第一医院
15	安刚	腰椎管狭窄症，你们都了解多少？	哈尔滨医科大学附属第一医院
16	梁敏	腰椎间盘突出出的核磁片子怎么看？	哈尔滨医科大学附属第一医院

17	缪文静	《科学了解“颈椎病”——做“椎”好的自己》	首都医科大学附属儿童医院黑龙江分院
18	沈会敏	科普知识小课堂：椎间盘源性腰痛（DLBP）	齐齐哈尔市中医医院
19	金元哲	金医生带你看指南	吉林大学第一医院
20	邹小丽	抬头挺胸“颈”向健康	吉林大学中日联谊医院
21	邹小丽	挺起脊梁 为健康“撑腰”	吉林大学中日联谊医院
22	徐良	腰椎间盘突出症的病因及治疗	四平市第一人民医院
23	王文龙	颈椎椎间孔镜（Key-hole）技术	赤峰市肿瘤医院
24	高治国	避免腰椎间盘突出症发病的正确姿势	呼和浩特市第一医院
25	高旭	老年性骨质疏松性骨折如何治	内蒙古医科大学第二附属医院
26	牟利伟	腰椎管狭窄新认识	内蒙古医科大学附属医院
27	邢伟	腰您保护，突出远去	内蒙古自治区人民医院
28	张洪彬	骨健康家团圆	通辽市人民医院
29	刘昕	如何让您的腰椎更加经久耐用？	兴安盟人民医院
30	牛宇飞	颈椎曲度变直：深入解析与全面康复	晋城市人民医院
31	赵艳东	腰椎管狭窄症小科普	临汾市中心医院
32	丁建锋	关爱脊柱健康，守护生命脊梁	运城市中心医院
33	祝丽萍	骨质疏松健康教育	长治市第二人民医院
34	张云鹏	颈椎病，不只是脖子疼	长治医学院附属和平医院
35	闫晓莹	三个腰椎管狭窄症的表现	大连医科大学附属第二医院
36	任伟剑	什么是腰椎管狭窄？	辽宁省人民医院
37	周隆	腰椎间盘突出症	中国医科大学附属盛京医院

38	倪建峰	腰椎手术不可怕	天津二七二医院
39	王铜浩	退变性腰椎管狭窄的临床表现和保守治疗	天津市第三中心医院
40	张宏	介入力量	天津市第一医院
41	郜鹏	脊柱奇妙大冒险	天津市蓟州区人民医院
42	刘亚涛	从大佬们的视角了解腰椎管狭窄这一疾病和治疗	天津市泰达医院
43	王伟	科学认识：腰椎间盘突出症	天津市天津医院
44	王伟	科学认识腰椎间盘突出症	天津市天津医院
45	田济玮	腰痛，该出“动”时就出“动”	天津医科大学朱宪彝纪念医院
46	张蒂	知己知彼，让健康的自己比腰椎间盘突出更“突出”	天津医科大学总医院
47	陶伟伟	腰椎管狭窄大起底	淮安八十二医院
48	洪理徽	人体的“顶梁柱”是怎么变老的呢	连云港市第二人民医院
49	盛丽丽	腰椎间盘突出“变形记”	江苏省淮安市淮安医院
50	刘臻	改善脊柱问题，挺起人生“大梁”	南京鼓楼医院
51	汪海滨	腰椎管狭窄：解密“背后的秘密”	南京医科大学第四附属医院
52	管旭日	腰椎管狭窄科普视频	徐州市中医院
53	王海澎	脊柱内镜治疗退行性脊柱疾病之腰椎间盘突出症	东南大学附属中大医院
54	李向辉	腰椎管狭窄症手术 or 非手术	江苏省第二中医院
55	杨晓洁	关注骨松，同舟共“脊”	江阴市人民医院
56	杨晓洁	“颈”力谈谈颈椎病	江阴市人民医院
57	张旭	关爱自脊 从此刻做起	南通市第一人民医院
58	邹俊	“小饮食，大腰椎”	苏州大学附属第一医院

59	刘兆斌	腰椎管狭窄症你知道多少?	临沂市中心医院
60	时汝梦	“颈”报!“颈”报!小心你已“颈”老了	青岛大学附属医院
61	周丹	完美曲线“贡献者”-腰椎,不做突出者!	青岛大学附属医院
62	祝凯	提高“颈”惕,“颈”走如飞	青岛大学附属医院
63	林玉江	婆婆腰椎管狭窄儿媳冤枉她装病?	青岛市市立医院
64	连镇山	颈椎科普小课堂	山东阳光融和医院
65	初红霞	保护颈椎 我们在行动	威海市中心医院
66	谢新洲	走路走不远,有可能是腰椎管狭窄了	济宁市第一人民医院
67	王亮	压力山大,颈痛难忍——来自颈椎的呐喊	山东大学齐鲁医院
68	王珺楠	“脊”致生活,“柱”力同行	山东省立医院
69	史永志	科学预防 守护你的脊柱青春	山东省聊城市第二人民医院
70	郑超君	颈椎曲度恢复性训练来了!	复旦大学附属华山医院
71	郑超君	如何正确地在家做颈椎牵引	复旦大学附属华山医院
72	陈锴	脊柱侧凸知多少	海军医院大学第一附属医院
73	夏明	不忘初心,老兵笑了,我们也很欣慰	上海交通大学医学院附属第九人民医院
74	阚世锋	预防腰椎病的异常姿势,你做对了吗?	上海市第一人民医院
75	阚世锋	生活中的小习惯可能成为伤腰大问题——打工人的一天	上海市第一人民医院
76	潘杰	坐着不疼走着疼,小心腰椎管狭窄症	上海市东方医院
77	高辰飞	脊柱手术患者住院的那些事	上海长征医院
78	张泽琳	脊柱脆性骨折知多少	同仁医院
79	陈宝	颈椎病的快速识别	嘉兴市第二医院

80	周丁怡	您的太阳晒对了吗？	丽水市中心医院
81	杨龙	睡出健康—哪种睡姿对脊柱最友好	浙江省中医院
82	朱书彤	意外的腰椎间盘突出	宁波大学附属第一医院
83	季翔	别让“腰”言成真：退行性腰椎管狭窄症知多少	瑞安市人民医院（温州医科大学附属第三医院）
84	沈跃	腰背痛的姿势和运动康复	浙江大学医学院附属第二医院
85	卢笛	脖子一扭就“咔咔”响，这是颈椎病吗？	浙江省立同德医院
86	洪涛	退行性腰椎管狭窄识别与治疗	宁波市鄞州区白鹤街道社区卫生服务中心
87	申立国	腰椎管狭窄科普	杭州市上城区望江街道社区卫生服务中心
88	周扬	“颈”彩人生，你我共护	青田县人民医院
89	俞云龙	你的颈椎还好吗？	福建省立医院
90	林黎晴、李琳	岁月的印记	福建省立医院
91	黄宇	腰椎术后康复训练科普	福建医科大学附属第一医院
92	叶友友	刚退休就走不动路了	福州市第二总医院
93	王越	当霸道总裁遇到脊柱外科医生	宁德市闽东医院
94	王越	正确用腰姿势	宁德市闽东医院
95	陈晓君	腰椎管狭窄症首选保守治疗还是手术治疗？	中国人民解放军联勤保障部队第九〇七医院
96	柳晓林	认识腰椎管狭窄症	福建医科大学附属第二医院
97	姚丽华	拯救腰椎：防治腰椎间盘突出的科学建议	柳州市工人医院
98	冯荣璋	冯生抓“腰”：腰椎间盘突出症	玉林市中西医结合骨科医院
99	吴斌	退行性腰椎管狭窄：如何识别、预防和治疗	海南省人民医院
100	向思宇	警惕骨质疏松，为健康“骨”劲儿！	湘雅常德医院

101	孔雷	颈椎变直的这些事	中国科学技术大学附属第一医院(安徽省立医院)
102	方璜	当骨质疏松遇上骨折,你知道该怎么办吗?	中国科学技术大学附属第一医院(安徽省立医院)
103	吴锦华	腰痛不等于腰椎间盘突出症	景德镇市第一人民医院
104	吴辉	椎间盘侠为你撑腰-科学防治腰椎间盘突出症	南昌大学第二附属医院
105	蔡子军	揭开腰椎管狭窄神秘面纱	上饶市人民医院
106	肖丹	走几步路后就脚麻痹了? 腰椎椎管狭窄症大起底	广东省人民医院
107	杨裕豪	腰椎管狭窄症的保守治疗	暨南大学附属第一医院
108	刘丽芳	做“椎”好的年轻人	清远市人民医院
109	刘春磊	识别马尾综合征	广医医科大学附属清远医院
110	江晓兵	关于脊柱侧弯家长要了解的那些事	广州医科大学附属第二医院
111	刘春磊	老年骨松骨折微创治疗	广州医科大学附属清远医院
112	何嘉辉	产后腰痛的迷思与事实:科学护理指南	广州医科大学附属中医医院
113	胡亚威	别把颈肩痛不当回事	广东省深圳市龙华区人民医院
114	黄玉婷	护腰小 Tips	广东医科大学附属东莞第一医院
115	龙厚清	腰椎管狭窄症	深圳市人民医院
116	靳凯锋	腰椎及椎间盘突出的基本介绍	北京电力医院
117	王邳翔	揭开退行性脊柱疾病患者术前静脉血栓栓塞风险的神秘面纱	首都医科大学附属北京友谊医院
118	关圆	椎管狭窄是什么?听我和您聊一聊	清华大学第一附属医院
119	吴启超	椎间盘的生理功能-吴启超	首都医科大学附属北京朝阳医院
120	杜鹏	腰椎疾病的运动康复治疗	首都医科大学附属北京朝阳医院西院
121	杨洁	拿什么拯救你,我的“腰”	首都医科大学附属北京友谊医院

122	王凯	腰椎管狭窄的分类	首都医科大学宣武医院
123	欧阳汉强	预防腰肌劳损，挺直腰杆做人	北京大学第三医院
124	孙浩林	居家预防颈椎病的小妙招	北京大学第一医院
125	袁帅	腰椎微创手术怎么做及术后如何保养	北京市海淀区医院
126	李健	突出的椎间盘还能回去吗？	北京市海淀区医院
127	袁帅	三分钟带你走出辐射阴影，别再吓唬你自己了！	北京市海淀区医院
128	陈宇飞	老年人为什么会出现上坡容易下坡难的现象？	空军特色医学中心
129	韩珩	“椎间盘”十二时辰	国药东风总医院
130	李奎团队	五大好习惯，守护脊柱线	湖北省中西医结合医院
131	尚晖	新扁鹊见蔡桓公——降“腰”记	十堰市太和医院
132	周歆	“颈”上添花—遇见“椎”好的你	十堰市太和医院
133	龚凯	腰椎间盘突出说“不”：腰椎间盘突出与日常生活习惯大揭秘	成都医学院第一附属医院
134	张榆佳	慢性腰痛科普宣传	四川大学华西空港医院
135	苟永胜	什么是脊柱退行性改变？	四川大学华西空港医院
136	聂鸿飞	腰椎管狭窄症：你的腰椎“不太富裕”	四川大学华西医院
137	杨辉亮	腰椎保健操	四川大学华西医院
138	曹云	爱自“脊”“柱”健康！	四川省科学城医院
139	刘鹏	腰椎滑脱的防治	四川省人民医院
140	刘会毅	腰椎间盘突出与麦肯基疗法	遂宁市中心医院
141	方青团队	《都是椎间盘，为何我突出？》	陆军军医大学第一附属医院
142	方青团队	《颈椎疾病，预防保健》	陆军军医大学第一附属医院

143	李伟	"夸大病情"还是“病情使然”-腰椎管狭窄知多少	重庆市大足区人民医院
144	吴光宇	骨质疏松症及骨折的防治	重庆市红十字会医院
145	黄黎银	紧“颈”有调，守护颈椎健康	重庆市急救医疗中心
146	彭雪峰	腰椎健康科普：认识腰椎管狭窄	重庆市江津区中心医院
147	许泽翔	中年人的腰椎救赎之路	重庆市人民医院
148	刘小琴团队	颈椎术后轴性疼痛	重庆医科大学附属第二医院
149	代琴玲、刘英	三分钟颈椎维护手册	重庆医科大学附属第二医院

## 附件 2

# 退行性脊柱疾病科普作品交流活动场次安排 及人员名单

序号	姓名	科普作品名称	单位	会议地点
1	尚晖	新扁鹊见蔡桓公——降“腰”记	十堰市太和医院	武汉
2	欧阳汉强	预防腰肌劳损,挺直腰杆做人	北京大学第三医院	
3	刘小琴 团队	颈椎术后轴性疼痛	重庆医科大学附属第二医院	
4	刘会毅	腰椎间盘突出与麦肯基疗法	遂宁市中心医院	
5	黄黎银	紧“颈”有调,守护颈椎健康	重庆市急救医疗中心	
6	方青团队	《都是椎间盘,为何我突出?》	陆军军医大学第一附属医院	
7	韩珩	“椎间盘”十二时辰	国药东风总医院	
8	李伟	"夸大病情"还是“病情使然” -腰椎管狭窄知多少	重庆市大足区人民医院	
9	李奎团队	五大好习惯,守护脊柱线	湖北省中西医结合医院	
10	刘鹏	腰椎滑脱的防治	四川省人民医院	
11	孙浩林	居家预防颈椎病的小妙招	北京大学第一医院	
12	彭雪峰	腰椎健康科普:认识腰椎管狭窄	重庆市江津区中心医院	
13	袁帅	三分钟带你走出辐射阴影,别再吓唬你自己了	北京市海淀区医院	
14	吴光宇	骨质疏松症及骨折的防治	重庆市红十字会医院	
15	蒋静华	减压椎间盘 赋能脊柱新活力	陕西省汉中市中心医院	
16	俞云龙	你的颈椎还好吗?	福建省立医院	福州
17	孔雷	颈椎变直的这些事	中国科学技术大学附属第一医院(安徽省立医院)	

18	方璜	当骨质疏松遇上骨折,你知 该怎么办吗?	中国科学技术大学附属第 一医院(安徽省立医院)		
19	吴辉	椎间盘侠为你撑腰-科学防治 腰椎间盘突出症	南昌大学第二附属医院		
20	王越	当霸道总裁遇到脊柱外科医 生	宁德市闽东医院		
21	林黎晴、 李琳	岁月的印记	福建省立医院		
22	叶友友	刚退休就走不动路了	福州市第二总医院		
23	蔡子军	揭开腰椎管狭窄神秘面纱	上饶市人民医院		
24	吴锦华	腰痛不等于腰椎间盘突出症	景德镇市第一人民医院		
25	胡亚威	别把颈肩痛不当回事	广东省深圳市龙华区人民 医院		
26	杨裕豪	腰椎管狭窄症的保守治疗	暨南大学附属第一医院		
27	江晓兵	关于脊柱侧弯家长要了解的 那些事	广州医科大学附属第二医 院		
28	邹小丽	挺起脊梁 为健康“撑腰”	吉林大学中日联谊医院		哈尔滨
29	王树元	守护自“脊”，“柱”就健康	哈尔滨医科大学附属第一 医院		
30	闫晓莹	三个腰椎管狭窄症的表现	大连医科大学附属第二医 院		
31	焦甲勋	不做低头族，远离颈椎病	衡水市人民医院		
32	安刚	腰椎管狭窄症,你们都了解多 少?	哈尔滨医科大学附属第一 医院		
33	梁敏	腰椎间盘突出核磁片子怎 么看?	哈尔滨医科大学附属第一 医院		
34	年利伟	腰椎管狭窄新认识	内蒙古医科大学附属医院		
35	高旭	老年性骨质疏松性骨折如何 治	内蒙古医科大学第二附属 医院		
36	张宏	介入力量	天津市第一医院		
37	张云鹏	颈椎病，不只是脖子疼	长治医学院附属和平医院		
38	王伟	科学认识：腰椎间盘突出症	天津市天津医院		

39	周隆	腰椎间盘突出症	中国医科大学附属盛京医院	
40	李广章	自检腰腿痛三步曲	秦皇岛市第一医院	
41	刘少军	我不是“腰”神	兵器工业总医院	
42	王丹彤	颈椎病的朋友千万别错过这个视频	北大荒集团总医院	
43	陈锴	脊柱侧凸知多少	海军医院大学第一附属医院	
44	杨晓洁	关注骨松，同舟共“脊”	江阴市人民医院	
45	陶伟伟	腰椎管狭窄大起底	淮安八十二医院	
46	沈跃	腰背痛的姿势和运动康复	浙江大学医学院附属第二医院	
47	汪海滨	腰椎管狭窄：解密“背后的秘密”	南京医科大学第四附属医院	
48	朱书彤	意外的腰椎间盘突出	宁波大学附属第一医院	
49	林玉江	婆婆腰椎管狭窄儿媳妇冤枉她装病？	青岛市市立医院	
50	时汝梦	“颈”报！“颈”报！小心你已“颈”老了	青岛大学附属医院	徐州
51	周丹	完美曲线“贡献者”-腰椎，不做突出者！	青岛大学附属医院	
52	王亮	压力山大，颈痛难忍——来自颈椎的呐喊	山东大学齐鲁医院	
53	周扬	“颈”彩人生，你我共护	青田县人民医院	
54	初红霞	保护颈椎 我们在行动	威海市中心医院	
55	周丁怡	您的太阳晒对了吗？	丽水市中心医院	
56	祝凯	提高“颈”惕，“颈”走如飞	青岛大学附属医院	
57	季翔	别让“腰”言成真：退行性腰椎管狭窄症知多少	瑞安市人民医院(温州医科大学附属第三医院)	

附件 3

## 科普作品交流活动日程安排

(实际日程以活动当天为准)

时间	内容
08: 30-08: 40	开场致辞
08: 40-08: 45	集体合影
08: 45-08: 55	比赛规则介绍
9: 00-11: 30	选手作品介绍和展示
	专家审核
11: 30-14: 00	午休
14: 00-16: 30	选手作品介绍和展示
	专家审核
16: 30-16: 40	会议总结
16: 40-16: 50	颁奖环节