

# 中国科学技术协会标准性文件

---

## 健康科普内容指南 (征求意见稿)

202X-XX-XX 发布

202X-XX-XX 实施

---

中国科学技术协会 发布

# 目次

前 言 .....	4
1 适用范围 .....	4
2 术语与定义 .....	4
2.1 健康 (health) .....	4
2.2 健康科普 (health science popularization) .....	5
3 总体原则 .....	5
3.1 科学性 .....	5
3.2 针对性 .....	5
3.3 适用性 .....	5
3.4 时效性 .....	6
4 内容框架 .....	6
4.1 认识健康 .....	6
4.1.1 基本概念认识 .....	6
4.1.2 人体基本生理知识 .....	6
4.1.3 生理健康 .....	7
4.1.4 心理健康 .....	9
4.2 影响健康的因素 .....	9
4.2.1 遗传 .....	9
4.2.2 自然环境因素 .....	9
4.2.3 工作环境 .....	10
4.2.4 个人生活方式 .....	10
4.2.5 医疗技术 .....	11
4.2.6 医疗卫生服务 .....	12
4.3 健康技能 .....	13
4.3.1 一般的健康技能 .....	13
4.3.2 孕产期的健康技能 .....	13
4.3.3 婴幼儿照护人的健康技能 .....	14
4.3.4 学龄前儿童和照护人的健康技能 .....	14
4.3.5 中小学生的健康技能 .....	14
4.3.6 老年人和照护人的健康技能 .....	15
4.3.7 女性的健康技能 .....	15
4.3.8 职业人群的健康技能 .....	16
4.4 公共卫生项目 .....	16
4.4.1 突发公共卫生事件和传染病防控 .....	16
4.4.2 国家基本公共卫生服务 .....	16
4.4.3 癌症早筛早治 .....	17
4.4.4 烟草控制 .....	17
4.4.5 未成年人的公共卫生项目 .....	17
4.4.6 艾滋病防控 .....	18
4.4.7 社区健康 .....	18
5 适用媒介 .....	18
5.1 婴幼儿、儿童群体 .....	18

5.2 青少年群体 .....	19
5.3 青壮年群体 .....	19
5.4 老年人群体 .....	19
5.5 残疾人群体 .....	20
附录 A .....	21
附录 B .....	22
参 考 文 献 .....	22

## 前言

为了向健康科普主体开展健康科普创作、科学传播工作提供内容指引，促进全社会健康科普内容高质量供给，引导公众树立正确的健康观念，养成健康的行为和生活方式，提高公众健康素养水平，特制定本指南。

本指南立足公共卫生，以全人群和全生命周期全覆盖为出发点，以问题和需求为导向，旨在指导健康科普主体的内容创作通往两个目标：一是培养公民成为自己健康的第一责任人，源自《基本医疗卫生与健康促进法》第六十九条“公民是自己健康的第一责任人，树立和践行对自己健康负责的健康管理理念，主动学习健康知识，提高健康素养，加强健康管理。倡导家庭成员相互关爱，形成符合自身和家庭特点的健康生活方式。”二是培养对社会公共卫生治理有一定认知、对提升整个国民健康有责任感、积极参与公共卫生项目的公民。

## 1 适用范围

本文件规定了健康科普内容的总体原则、内容框架和适用媒介等具体要求。

本文件适用于政府有关机构、科技工作者群众组织、各类学校、社会组织，以及相关科研机构、企业、科普场所、大众媒体和自媒体等健康科普主体，用于组织和开展健康科普内容创作与传播工作。

## 2 术语与定义

下列界定的术语和定义适用于本文件。

### 2.1 健康 (health)

健康是身体、心理和社会适应的完好状态，而不仅是没有疾病和虚弱（世界卫生组织，1948）。健康包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康（世界卫生组织

组织，1989）。

## 2.2 健康科普（health science popularization）

健康科普是以科普的方式将健康领域的科学知识、科学方法、科学思想和科学精神传播给公众，旨在培养、提高公众健康素养的长期性活动。

## 3 总体原则

### 3.1 科学性

- 坚持正确政治方向、舆论导向、价值取向，符合伦理规范。
- 内容正确，没有事实、表述和评判上的错误，有可靠的科学证据（遵循循证原则），符合医学科学进展与共识。
- 有政府、权威的卫生机构或专业机构发布的行业标准、指南和报告，有确切研究方法且有证据支持的文献支撑等。
- 属于个人或新颖的观点应有同行专家或机构评议意见，或向公众说明是专家个人观点或新发现。

### 3.2 针对性

- 精准对接公众健康需求，明确健康科普方向及重点。
- 因人而异：根据目标人群性别、年龄分布、疾病谱等人群特征，选择健康科普内容。
- 因地制宜：根据目标人群所在的区域、场所特征等，选择健康科普内容。

### 3.3 适用性

- 采取简单明确、生动有趣、通俗易懂等公众喜闻乐见的，易于理解、接受、参与的表现形式。
- 语言与文字通俗易懂，适合目标人群的文化水平、认知能力。
- 实用、可操作性强，对公众开展自我健康管理具有实际指导意义。

-采取目标人群通常/偏好使用的媒介、渠道。

-考虑目标人群可获得、可利用的资源。

### **3.4 时效性**

-及时回应公众关切的健康问题。

-注重与受众的互动与反馈，及时反应与跟进。

## **4 内容框架**

### **4.1 认识健康**

#### **4.1.1 基本概念**

4.1.1.1 健康生命年

4.1.1.2 亚健康

4.1.1.3 生命质量

4.1.1.4 健康四大基石（合理膳食、适度运动、戒烟限酒、心理平衡）

4.1.1.5 疾病和死亡的必然性

4.1.1.6 医疗的有限性

4.1.1.7 健康管理

4.1.1.8 健康第一责任人

4.1.1.9 健康老龄化

#### **4.1.2 基本生理知识**

##### **4.1.2.1 人体的结构和功能**

a) 运动系统：骨骼、骨骼肌、骨连接。

b) 消化系统：口腔、咽、食管、胃、小肠、大肠、小消化腺、大消化腺（唾液腺、肝脏、胰脏）。

- c) 呼吸系统：上呼吸道（鼻、咽、喉），下呼吸道（包括肺内各级支气管）。
- d) 泌尿系统：肾脏、输尿管、膀胱、尿道等。
- e) 生殖系统：男性生殖腺、输送管道、附属腺体和外生殖器；女性生殖腺、输送管道、附属腺体和外生殖器。
- f) 脉管系统：心血管系统（心脏、动脉、静脉、毛细血管）、淋巴系统（淋巴管道、淋巴器官）。
- g) 免疫系统：免疫器官、免疫细胞、免疫活性物质。
- h) 内分泌系统：内分泌腺[下丘脑、垂体、松果体、甲状腺和甲状旁腺、肾上腺、胰岛、性腺（卵巢、睾丸）]；内分泌细胞（消化道黏膜、皮肤、心、肝、肺、肾、脂肪细胞、胎盘）；激素。
- i) 神经系统：中枢神经系统（脑、脊髓），外周神经系统（脑神经、脊神经）。
- j) 皮肤、感觉器官。

#### **4.1.2.2 生殖、基因和遗传**

- a) 新生命的诞生：精子、卵子、受精过程、卵裂、胚胎发育和新生儿诞生以及生男生女的性别决定等。
- b) 人体细胞的结构和染色体。
- c) DNA 的双螺旋结构和基因的结构、组成及遗传密码。
- d) DNA 的复制、转录和翻译过程。
- e) 单基因控制的人体某些性状的遗传方式，如耳垂、卷舌、发旋等。
- f) 遗传结构的变化（基因突变、染色体变化等）与遗传病。
- g) 人类基因组计划。
- h) 人体基因信息的隐私、保护、伦理和法律等问题。

#### **4.1.3 生理健康**

##### **4.1.3.1 婴幼儿的生理健康**

- a) 健康评价指标：生长曲线，身高、体重标准。
- b) 常见疾病：呼吸系统、消化系统、神经系统、泌尿系统、传染性疾病。

#### 4.1.3.2 青少年的生理健康

- a) 健康评价指标：青春期发育性征、身高、体重标准、体形。
- b) 常见疾病：性早熟、肥胖、近视、龋齿。

#### 4.1.3.3 成年人的生理健康

- a) 健康评价指标：身高、体重、体质指数、心肺功能、运动能力。
- b) 常见疾病：
  - b1. 心血管系统疾病（冠心病、脑梗）。
  - b2. 呼吸系统疾病（慢性阻塞性肺病、哮喘、气胸、肺炎、支气管炎）。
  - b3. 消化系统疾病（胃炎和幽门螺杆菌感染、功能性胃肠病、阑尾炎、便秘、胆结石、肝炎）。
  - b4. 泌尿系统疾病（尿液生成过程和排泄废物的作用、尿毒症）。
  - b5. 神经系统疾病（偏头痛、癫痫、脊柱骨质增生、椎间盘突出、渐冻症）。
  - b6. 免疫系统疾病（类风湿关节炎、强直性脊柱炎）。
  - b7. 生殖系统疾病（子宫肌瘤、性功能障碍、节育和流产、不孕不育和人工受精、宫外孕）。
  - b8. 传染性疾病（新冠、流感、肝炎、艾滋病、肺结核、寄生虫）。
  - b9. 代谢性疾病（I型和II型糖尿病、低血糖症、痛风、蛋白质-能量营养不良症、维生素缺乏病、骨质疏松症）。
  - b10. 恶性肿瘤（肺癌、胃癌、肝癌、食管癌、结直肠癌、胰腺癌、乳腺癌、脑癌、血癌、淋巴瘤）。
  - b11. 过敏性疾病（食物、环境）。
  - b12. 药物依赖（镇痛药物、精神兴奋药物、抗焦虑药物）。
  - b13. 骨关节疾病（风湿、肩周炎、膝关节半月板磨损）。

#### 4.1.3.4 老年人的生理健康

- a) 健康评价指标：机体功能评估。
- b) 常见疾病：虚弱，失能，共病状态，阿尔茨海默病。

#### **4.1.4 心理健康**

##### **4.1.4.1 幼儿的心理健康**

- a) 幼儿心理特点和影响因素。
- b) 常见疾病：孤独症。

##### **4.1.4.2 青少年的心理健康**

- a) 儿童和青春期心理特点和影响因素。
- b) 常见疾病：失恋，性取向困惑，早期性行为 and 早孕，欺凌，留守，自残，手机和网络成瘾，暴力，自杀。

##### **4.1.4.3 成年人的心理健康**

- a) 成年人心理特点和影响因素（工作、学业、夫妻关系、亲子关系、子女教育、老人赡养）。
- b) 常见疾病：焦虑、抑郁、躁郁、精神分裂症、自杀倾向、暴力。

##### **4.1.4.4 老年人的心理健康**

- a) 老年人的心理特点和影响因素（衰老、独居、伴侣离世、空巢、生活环境改变）。
- b) 常见疾病：孤独、焦虑、性格改变、封闭、人际关系紧张。

#### **4.2 影响健康的因素**

##### **4.2.1 遗传**

- 4.2.1.1 遗传密码。
- 4.2.1.2 遗传性疾病。

##### **4.2.2 自然环境因素**

- 4.2.2.1 空气

- 4.2.2.2 水
- 4.2.2.3 土壤
- 4.2.2.4 辐射
- 4.2.2.5 高温

### **4.2.3 工作环境**

- 4.2.3.1 空间
- 4.2.3.2 噪声
- 4.2.3.3 光线
- 4.2.3.4 辐射
- 4.2.3.5 固定姿势
- 4.2.3.6 有害化学物质

### **4.2.4 个人生活方式**

- 4.2.4.1 吸烟
  - a) 烟草流行及危害（包括电子烟）
  - b) 无烟环境的创建
  - c) 禁止吸烟的法律，
  - d) 5.31 世界无烟日，
  - e) 世界卫生组织《烟草控制框架公约》和 MPOWER
  - f) 戒烟方法
- 4.2.4.2 酒精
  - a) 酒精流行及危害
  - b) 摄入标准。
- 4.2.4.3 饮食。
  - a) 膳食宝塔
  - b) 营养标签
  - c) 食品添加剂
  - d) 垃圾食品

- e) 营养均衡
- f) 保健品
- g) 药膳
- h) 特殊人群膳食

#### 4.2.4.4 运动

- a) 运动量评估
- b) 有氧运动
- c) 运动处方

#### 4.2.4.5 睡眠

- a) 睡眠不足的危害
- b) 失眠
- c) 睡眠拖延症
- d) 改善睡眠的方法

#### 4.2.4.6 毒品和药物滥用

- a) 药物滥用的常见类型
- b) 健康损害
- c) 救助方法

#### 4.2.4.7 手机依赖和网络成瘾

- a) 依赖性和成瘾性的简单判定方法
- b) 健康危害
- c) 求助方法

### 4.2.5 医疗技术

#### 4.2.5.1 药疗

- a) 西药
- b) 中药
- c) 中成药

#### 4.2.5.2 术疗

- a) 手术

- b) 化疗
- c) 放射性治疗
- 4.2.5.3 康复治疗
- 4.2.5.4 心理治疗
- 4.2.5.5 疫苗
  - a) 主动免疫和被动免疫
  - b) 疫苗的作用
  - c) 疫苗类型
  - d) 疫苗接种禁忌症
  - e) 疫苗接种途径
- 4.2.5.6 抗生素
  - a) 抗生素的作用
  - b) 抗生素滥用。
- 4.2.5.7 中医养生与中医治未病。
- 4.2.5.8 前沿医疗技术
  - a) 试管婴儿
  - b) 器官移植
  - c) 靶向治疗
  - d) 基因工程
  - e) 蛋白质工程
  - f) 细胞工程
  - g) 机器人手术
  - h) 可穿戴设备
  - i) 数字医疗

#### **4.2.6 医疗卫生服务**

4.2.6.1 不同类型的医院及提供的服务（诊所、社区卫生服务中心、乡镇卫生院、二甲以上医院）。

4.2.6.2 西医诊疗一般流程和常做的检查（查体、血液、尿液、超声、心电图、

脑电图、X光、CT、核磁共振）。

4.2.6.3 中医的看病方式和治疗方法。

## 4.3 健康技能

### 4.3.1 一般的健康技能

4.3.1.1 体测（身高、腰围、BMI、体重、血压、脉搏、体温、血糖等）。

4.3.1.2 良好个人卫生习惯（六步或七步洗手法、水及食品安全、戴口罩、居家消毒、通风等）。

4.3.1.3 性健康（避孕、性传播疾病预防等）。

4.3.1.4 读懂食品、药品、保健品、化妆品标签和说明书。

4.3.1.5 识别危险标识。高压、易燃、易爆、剧毒、放射性、生物安全。

4.3.1.6 急救（心肺复苏、灭火器使用、防火面罩使用、农药中毒、毒蛇、烧伤、烫伤、腐蚀性物质损害、窒息、哽塞、中暑、热痉挛、过敏性休克、高热、呼吸困难、晕厥、化学性暴露）。

4.3.1.7 灾害逃生、自救和互救（地震、洪水、泥石流、台风、空难、雷电、化学品爆炸、火山等）。

4.3.1.8 易燃易爆、有毒危害等特殊物品的存放和正确使用。

4.3.1.9 中医养生保健的选择。

4.3.1.10 更年期识别和保健。

4.3.1.11 心理解压的方式（运动、饮食、睡眠、语言、社交、正念、心理治疗）。

### 4.3.2 孕产期的健康技能

#### 4.3.2.1 孕期技能

- a) 妊娠反应处理
- b) 胎动和胎心监测
- c) 脐带绕颈识别
- d) 胎儿异常识别

e) 产前准备

#### 4.3.2.2 产期技能

a) 产前抑郁

b) 产后抑郁预防

c) 紧急分娩孕妇和胎儿的保护

d) 新生儿养育

### 4.3.3 婴幼儿照护人的健康技能

4.3.3.1 识别环境风险，识别疫苗接种反应，识别婴幼儿机体的异常反应。

4.3.3.2 合理的营养搭配技能。

4.3.3.3 保持婴幼儿的个人卫生。

4.3.3.4 了解获取健康服务的正规途径。

### 4.3.4 学龄前儿童和照护人的健康技能

4.3.4.1 儿童能表达身体不适。

4.3.4.2 儿童能保持手卫生、如厕卫生。

4.3.4.3 儿童能识别“陌生人”风险。

4.3.4.4 儿童能识别和表达身体侵犯。

4.3.4.5 儿童能正确与宠物相处。

4.3.4.6 照护人识别环境风险。

4.3.4.7 照护人识别疫苗接种反应。

4.3.4.8 照护人识别儿童机体的异常反应。

4.3.4.9 照护人有合理的营养搭配技能。

4.3.4.10 照护人保持儿童的用眼、口腔卫生。

4.3.4.11 照护人了解获取健康服务的正规途径。

4.3.4.12 照护人了解婴幼儿伤害维权的法律途径。

### 4.3.5 中小学生的健康技能

4.3.5.1 女性掌握月经初潮护理。

- 4.3.5.2 识别性侵害和自我保护。
- 4.3.5.3 自我保持眼卫生和口腔卫生。
- 4.3.5.4 自我能对超重和肥胖做科学判断。
- 4.3.5.5 主动回避有害环境。
- 4.3.5.6 能正确与宠物相处。
- 4.3.5.7 了解寻求安全救助、心理援助的方法。

#### **4.3.6 老年人和照护人的健康技能**

- 4.3.6.1 简单体测。
- 4.3.6.2 营养搭配。
- 4.3.6.3 食品安全。
- 4.3.6.4 慢性病护养。
- 4.3.6.5 中医保健。
- 4.3.6.6 科学锻炼。
- 4.3.6.7 科学用药。
- 4.3.6.8 认识“老年痴呆”。
- 4.3.6.9 识别老年抑郁症。
- 4.3.6.10 适用的疫苗。
- 4.3.6.11 科健康服务的正规途径。
- 4.3.6.12 对人生终末期做出安排。
- 4.3.6.13 老年常见病急救。

#### **4.3.7 女性的健康技能**

- 4.3.7.1 识别贫血。
- 4.3.7.2 识别异常的生理现象。

4.3.7.3 识别宫颈癌和乳腺癌的早期症状。

4.3.7.4 识别女性心理异常。

4.3.7.5 家庭暴力及救助。

#### **4.3.8 职业人群的健康技能**

4.3.8.1 健康保护技能。

4.3.8.2 正确选用和规范佩戴个体防护用品。

4.3.8.3 识别职业有害因素、危害警示标识和说明。

4.3.8.4 正确使用工作场所防护设施。

4.3.8.5 知晓获取职业健康信息和服务的途径。

4.3.8.6 理解本岗位有关的职业病危害因素检测结果和建议。

4.3.8.7 遇到急性职业伤害时，能够正确自救、互救并及时报告。

4.3.8.8 心理健康热线或医疗机构寻求专业帮助。

#### **4.4 公共卫生**

##### **4.4.1 突发公共卫生事件和传染病防控**

4.4.1.1 突发公共卫生事件的定义。

4.4.1.2 相关的法律（如《突发公共卫生事件应急条例》、《中华人民共和国传染病防治法》）。

4.4.1.3 居民的义务。

##### **4.4.2 国家基本公共卫生服务**

4.4.2.1 服务内容（居民健康档案、预防接种、儿童健康管理、孕产妇健康管理、老年人健康管理、糖尿病健康管理、高血压健康管理、严重精神障碍患者健康管理、

肺结核患者健康管理、中医药健康管理），

4.4.2.2 服务获得的方式。

#### **4.4.3 癌症早筛早治**

4.4.3.1 癌症筛查项目。

4.4.3.2 筛查服务获得途径。

#### **4.4.4 烟草控制**

4.4.4.1 包括无烟环境创建、

4.4.4.2 校园周边电子烟监测、

4.4.4.3 戒烟门诊分布和戒烟药获取。

#### **4.4.5 未成年人的公共卫生项目**

4.4.5.1 免疫。计划免疫内容，如何选择计划外免疫，国产疫苗和进口疫苗的差别，疫苗接种禁忌，疫苗不良反应监测，疫苗犹豫的识别与应对。

4.4.5.2 防溺水行动。危险水域识别和干预。

4.4.5.3 预防近视。家庭和学校开展视力监测的方法，视力保护的方法，视力不良就医途径。

4.4.5.4 预防肥胖。家庭和学校监测超重率和肥胖率的方法，预防的方法，干预（非医学的、医学）方法。

4.4.5.5 预防龋齿。

4.4.5.6 性行为。青少年性心理，家庭和学校性教育的内容和方法，早孕干预，意外妊娠的救助途径。

#### 4.4.6 艾滋病防控

4.4.6.1 包括艾滋病及流行。

4.4.6.2 “四免一关怀”、红丝带行动、安全套免费发放、美沙酮替代治疗。

4.4.6.3 服务实施机构和服务获得方式。

#### 4.4.7 爱国卫生运动

4.4.7.1 爱国卫生运动的内容。

4.4.7.2 个体责任。

### 5 适用媒介

#### 5.1 婴幼儿、儿童群体

本群体科普主体为婴幼儿/未成年人监护人或同住人，根据各类人群特点首选科普媒介可能不同，推荐媒介及形式包括但不限于：

-新媒体：基于网络技术发展而形成的各类新兴媒体。推荐形式：首选适应手机阅读的形式，如：图文、视频、短视频、网络专题、电子书、科普 APP 等。特别针对婴幼儿生长发育评估、预防接种提醒等提供服务的新媒体形式。

-科普场馆：基于特定场所开设的科普类场所。推荐形式：面向低龄儿童的健康类主题展览（如：生长发育、人体结构、性别特征、疾病基本认识等）、科普互动游戏等。

-社区活动：基于社区开展各类婴幼儿或儿童群体健康科普活动或讲座。推荐形式：与生长阶段紧密相关的健康主题（如：疫苗接种、幼儿照料、科学喂养、母乳喂养等）有关活动。

-居家游戏：基于家庭环节下与孩童有互动交流的游戏。推荐形式：与人群成长紧密相关的健康主题（如：交通安全、基本卫生习惯等）相关的互动游戏。

-报刊/书籍：可用于对该人群进行健康科普教育的阅读媒介。推荐形式：儿童绘本、读本、有声书等。

## 5.2 青少年群体

本群体科普主体为学龄但未成年人的监护人或同住人，或其本人，根据各类人群特点首选科普媒介可能不同，推荐媒介及形式包括但不限于：

-新媒体：基于网络技术发展而形成的各类新兴媒体。推荐形式：首选适应手机阅读的形式，如：图文、视频、短视频、网络专题、电子书、科普 APP 等。特别针对青少年常见病（如：近视、肥胖、脊柱侧凸等）。

-科普场馆：基于特定场所开设的科普类场所。推荐形式：面向年龄段较高的健康类主题展览（如：危险水域识别、个人安全、简单急救、青少年发育等）、科普互动游戏等。

-校园活动：在学校场所开展各类健康活动。推荐形式：健康专题活动（如：预防艾滋病、性健康、发育健康、道德健康、心理调适等）。

-教学课程：在学校场所开展的健康课程。推荐形式：生理课。

-报刊/书籍：可用于对该人群进行健康科普教育的阅读媒介。推荐形式：青少年生理卫生专刊等。

## 5.3 青壮年群体

本群体主要指 18-59 岁人群，特别是在读、在职人员。作为中国网民的主要构成年龄段，该人群首选科普媒介为网络，健康主题应囊括尽量多的类别，推荐媒介及形式包括但不限于：

-新媒体：基于网络技术发展而形成的各类新兴媒体。推荐形式：首选适应手机阅读的形式，如：图文、视频、短视频、网络专题、电子书、科普 APP 等。

-社区活动：基于社区开展各类健康科普活动或讲座。推荐形式：有参与感、互动感的健康专题活动。

-电视/广播：通过电视/广播开设的各类健康节目。推荐形式：有权威专业机构专家做客的健康节目。

## 5.4 老年人群体

本群体主要指 60 岁及以上人群。该人群首选科普媒介为电视/广播，推荐媒介及形式包括但不限于：

-电视/广播：通过电视/广播开设的各类健康节目。推荐形式：有权威专业机构

专家做客的，面向老年人关注的健康话题（如：营养、健康饮食、中医保健、运动锻炼等）专题节目。

-新媒体：基于网络技术发展而形成的各类新兴媒体。推荐形式：首选适应手机阅读的，特别是能提供老年人阅读模式的形式，如：图文、视频、短视频、网络专题、电子书等。

-社区活动：基于社区开展各类老年人健康科普活动或讲座。推荐形式：有参与感、体验感、互动感的健康专题活动。

-报纸/书籍：针对特定老年人健康主题的报刊或书籍。推荐形式：便于老年人阅读的媒介。

## 5.5 残疾人群体

本群体按照《联合国残疾人权利公约》定义：残疾人即肢体、语言、听力、精神、智力或双重存在长期缺损的人。由于残疾人存在不同类型、程度的身体或机能缺损，其健康科普工作首先应根据该人群特点，选择不同方式进行。残疾人群由于其特殊性，应首选残联机构及社区教育的方式开展健康科普，推荐媒介及形式包括但不限于：

-社区活动：以社区为单位对辖区内残疾人开展专题健康科普工作。推荐形式：有专业医生、有关领域的专家或残联工作人员指导的社区活动（推荐科普内容：残障预防、安全用药、饮食指导、睡眠指导、生活自理、家庭护理等），应根据科普对象选择符合残疾人无障碍活动的场地，针对听障人群应配备手语人员。

-家庭医生：由社区医生定期对残疾人进行健康教育。推荐形式：借用社区医生定期体检、随访等服务开展。

-医疗机构：收治或拥有残疾人康复服务的医疗机构。推荐形式：专业医生诊治或指导的健康服务（推荐内容：康复、急救技术、辅助工具使用、心理健康等）。

-广播、特殊书籍：适应视障人士的有关媒介，通过针对该群体健康问题开设的广播节目或特殊书籍（如盲文）开展健康科普。

## 附录 A

### 健康科普效果的评估指引

《中国公民健康素养——基本知识与技能》（国家卫生计生委，2015 年）

《中国劳动者职业健康素养——基本知识和技能（2022 年版）》（国家卫生健康委，2022 年）

《北京市孕产妇健康素养三十条》（北京市卫生健康委，2019 年）

《母婴健康素养——基本知识与技能（试行）》（简称《母婴健康素养 55 条》）（原

卫生部，2012年）

## 附录B

《孕产妇心理健康管理专家共识》（中华预防医学会、中国妇幼保健协会，2019年）

《中国妇幼人群膳食指南（2016）》（中国营养学会，2016年）

《中国7~24月龄婴幼儿喂养指南》（中国营养学会，2015年）

《中国婴幼儿喂养与营养指南（2022）》（中国营养学会，2022年）

《中华人民共和国职业病防治法》（全国人民代表大会，2002年）

《职业病分类和目录》（国家卫生计生委、人力资源社会保障部、安全监管总局、全国总工会，2013年）

《中华人民共和国传染病防治法》（全国人民代表大会，2013年）

《艾滋病防治条例》（国务院，2019年）

《中国人群身体活动指南（2021）》（国家卫生健康委，2021年）

## 参 考 文 献

- [1] GB/T 1.1-2020 标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则
- [2] GB/T 20001.7-2017 标准编写规则 第7部分：指南标准
- [3] 关于建立健全全媒体健康科普知识发布和传播机制的指导意见
- [4] 健康产业统计分类（2019）
- [5] 健康科普信息生成与传播指南（试行）
- [6] 中国健康科普作品创作与传播专家共识(2018)
- [7] 中国公民健康素养—基本知识 with 技能
- [8] 健康中国行动（2019-2030年）
- [9] “健康中国2030”规划纲要

- [10] 生命安全与健康教育进中小学课程教材指南
  - [11] 中国劳动者职业健康素养——基本知识和技能（2022年版）
  - [12] 《健康中国行动2022年工作要点》
  - [13] 《全民科学素质行动规划纲要（2021—2035年）》
-