东卫健发〔2024〕126号

鄂尔多斯市东胜区卫生健康委员会关于

开展第八个健康促进月健康巡讲活动的通知

委属各二级单位：

为贯彻落实党的二十届三中全会精神，深入推进健康内蒙古、健康鄂尔多斯建设、健康东胜建设，认真落实全民健康素养提升三年行动任务，推动“健康知识进万家”工作扎实开展，宣传推广2024版《中国公民健康素养—基本知识与技能》（简称“健康素养66条”），进一步提升居民健康素养水平，按照鄂尔多斯市卫生健康委员会安排，于2024年11月中旬至12月中旬，开展第八个健康促进月巡讲活动。现将有关事项通知如下：

一、活动主题

提素养 促健康。

二、活动时间

2024年11月15日至12月15日。

三、活动形式

主要以健康巡讲走进学校、机关、企事业单位、农村、社区等健康场所，针对不同人群特点，开展面对面健康知识讲授。通过举办讲座、互动答题、健康行为技能现场培训等形式开展活动。

四、活动内容

（一）组建巡讲队伍

各单位组建1支宣讲队伍，负责本辖区的巡讲。

（二）巡讲任务安排

以村（居）、社区为单位开展巡讲。学校、机关、企事业单位、社区等人群集中的场所至少讲1场。

（三）巡讲重点内容

重点围绕“2024版健康素养66条”开展巡讲。内容主要包括基本知识和理念、健康生活方式与行为、基本技能三个方面。

1.基本知识和理念方面，重点讲授以下内容：

（1）季节性呼吸道疾病防治及疫苗接种知识。

（2）结合中（蒙）医药养生保健，讲授时令节气与健康等。

（3）乙肝和丙肝、肺结核、艾滋病、鼠疫、炭疽、布病等传染病和地方病防控知识。

（4）高血压、糖尿病、慢阻肺、肿瘤、骨质疏松、心脑血管疾病等慢性病、常见病的防治和自我健康管理。

（5）粉尘、噪音、有毒有害气体等职业病防治。

2.健康生活方式与行为方面，重点讲授以下内容：

（1）健康体重、合理膳食、科学健身、戒烟限酒等健康生活方式养成。

（2）精神卫生方面讲授重视和维护心理健康，正确认识焦虑症和抑郁症。

（3）科学就医、合理用药、拒绝毒品、交通安全、煤气中毒等健康科普知识。

3.基本技能方面，重点讲授以下内容：

（1）如何正确获取、理解、甄别、应用健康信息。

（2）讲授怎样阅读食品标签、药品标签和说明书；如何识别危险标识；如何正确存放和使用农药。

（3）心肺复苏、创伤出血、触电、火灾、地震、洪涝灾害等自救互救，以及医疗救助拨打 120、建筑火灾拨打火警电话119等基本技能。

五、活动要求

（一）认真开展巡讲。各单位选派的专家要精心备课，内容要通俗易懂有针对性。巡讲要进学校、进机关、进企事业单位、进社区、进农村，通过面对面讲授，增强群众健康获得感，提升健康素养。

（二）做好宣传总结。各单位要做好巡讲图文影像资料的整理留存工作，于12月15日前将汇总表和总结电子版报送至邮箱：473847337@qq.com。

附件：1.第八个健康促进月活动记录表

2.国家卫生健康委办公厅关于印发中国公民健康素养—基本知识与技能（2024版）的通知

鄂尔多斯市东胜区卫生健康委员会

2024年11月18日

鄂尔多斯市东胜区卫生健康委员会 2024年11月18日印发