附件

2025年新时代健康科普作品征集大赛

入围作品名单

（排名不分先后）

一、重庆市优秀作品（30件）

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **作品名称** | **参赛人员** | **报送单位** | **作品分类** |
| 1 | 唤醒 | 何丛榉、郭婷婷、李道国、王敏建 | 重庆市精神卫生中心 | 视频类—长视频 |
| 2 | 人偏肺病毒：我不是新来的！别拿我当流量工具人！ | 肖达勇、李柏松、袁春节、杨晓春 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院）、重庆市渝北区疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |
| 3 | 渝小核说结核 | 范君、易红 | 重庆市结核病防治所 | 视频类—短视频 |
| 4 | 艾滋病一分钟辟谣 | 姜玲 | 重庆市云阳县健康促进中心 | 辟谣类—视频 |
| 5 | 告别长安的胖妞 | 朱高慧、谭帅、周莛 | 重庆医科大学附属儿童医院 | 视频类—短视频 |
| 6 | 奇奇癫痫发作历险记——院外癫痫发作急救宝典 | 重庆医科大学附属儿童医院神经内科 | 重庆医科大学附属儿童医院 | 视频类—短视频 |
| 7 | 乳牙坏了不用补，这个谣言坑了多少孩子 | 刘宇 | 重庆大学附属涪陵医院 | 辟谣类—视频 |
| 8 | “大姨妈”观察日记：欢迎来到你的青春期奇妙旅行！ | 邱小桐、李俊春、张国媛 | 重庆市妇幼保健院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 9 | 漫说多young青春 | 王小彦、张国媛、胡光阳、何晋 | 重庆市妇幼保健院、重庆市南川区人民医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 10 | 朦胧成长：自慰≠学坏 | 王甄楠、赵均、江光群、赵进华 | 重庆市长寿区疾病预防控制中心 | 辟谣类—视频 |
| 11 | 警惕“聪明药”陷阱——科学备战高考 | 王欢、刘媛媛、刘海林、王小琴 | 重庆市两江新区人民医院 | 辟谣类—视频 |
| 12 | 谣言退退退 | 曹燕、张林芳、肖思佳 | 重庆市南川中心血站 | 辟谣类—视频 |
| 13 | 重庆市大足区中医院世界献血者日宣传视频 | 夏桃兰、何江琼 | 重庆市大足区中医院 | 视频类—短视频 |
| 14 | 厨房健康科普 食品安全与厨余垃圾处理 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 15 | 近视防控三句半 | 巴南区疾病预防控制中心 | 重庆市巴南区疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |
| 16 | 别让谣言 “烟” 没真相 一起向吸烟误区说不 | 何英淑、林韵桐、吴小花、王蕾 | 重庆市南岸区疾病预防控制中心 | 辟谣类—视频 |
| 17 | 双胞胎的“宫斗” | 黄雪飞、蒋秋静、盛利、 陈怡 | 重庆市妇幼保健院 | 视频类—短视频 |
| 18 | 海姆立克急救法 | 郑玲玲、宋彩萍、侯晓敏 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 视频类—短视频 |
| 19 | 这5个“养生常识”竟是谣言！你中了几个？ | 李娟、胡春兰、杨丹、张亚亚 | 重庆大学附属三峡医院 | 辟谣类—视频 |
| 20 | 健康呼吸，无与伦比—老年人肺康复训练 | 万小娅、廖凌雪、陈梅竹 | 重庆市急救医疗中心 | 视频类—短视频 |
| 21 | 生娃=痛经通关?医生:BOSS分两种! | 杨锈均、黄微 | 重庆医科大学附属第一医院 | 辟谣类—视频 |
| 22 | 消肿抗栓连环招 | 王羚入、张巧凤、康纤纤 | 中国人民解放军陆军特色医学中心 | 视频类—短视频 |
| 23 | 肿瘤辟谣门诊 | 程风敏、 李太杰、安宁、熊志翔 | 重庆大学附属肿瘤医院 | 辟谣类—视频 |
| 24 | 运动促健康，肠癌患者的预防“良药” | 刘靖、刘玲 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 视频类—短视频 |
| 25 | 头痛粉的秘密一科学认识阿咖酚散的正确用法 | 梁静 | 重庆市渝中区朝天门街道社区卫生服务中心 | 视频类—短视频 |
| 26 | 养得健康系列动画之缓解脚疼背后的秘密 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 27 | 循香入灸，一场经络上的能量篝火 | 张学、钱春艳、杨涓、石小莉 | 重庆市医科大学附属第一医院 | 视频类—短视频 |
| 28 | 夏季如何科学养心 | 吴廷婷 | 重庆市江津区中医院 | 视频类—短视频 |
| 29 | 《十九畏歌诀》——以现代旋律传承中医药智慧 | “川渝地方特色食药物质”系列科普团队 | 重庆市中医院 | 视频类—短视频 |
| 30 | 24小时体重管理日记 | 金楠、陈凤琼、赵奇、杨易雨 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 视频类—短视频 |

二、入围作品（322件）

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **作品名称** | **参赛人员** | **报送单位** | **作品分类** |
| 1 | 悠悠药草香 端午送安康 | 刘晓玉、郑宝钧、袁静、余晓 | 重庆市潼南区中医院 | 视频类—短视频 |
| 2 | 卡路里大作战之糖尿病患者健康减肥 | 李雅洁、白文学、施龙永、代真利 | 重庆市江津区第二人民医院 | 视频类—短视频 |
| 3 | 贵妃孕期体重管理记 | 奉节县妇幼保健院产科 | 奉节县妇幼保健院 | 视频类—短视频 |
| 4 | 健康体重大作战，五大法则巧应对 | 王小琴、胡艳玲、张晓意、李莅 | 重庆市两江新区人民医院 | 视频类—短视频 |
| 5 | 失重 | 谢亚琼 | 重庆医科大学附属第二医院 | 视频类—短视频 |
| 6 | 罗刹海市减肥经 | 姜玲 | 重庆市云阳县健康促进中心 | 视频类—长视频 |
| 7 | 心理测评——解锁内心之谜 | 戴琴、崔剑、胡丰、赵梦雪 | 中国人民解放军陆军军医大学第一附属医院 | 视频类—短视频 |
| 8 | 青少年心理健康知识手册 | 谢金玲、陈怡 | 重庆市永川区妇幼保健院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 9 | 灵调色板晕染银发绮梦年华 | 王云燕、邹洁、陈燕、游杰 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 图文类—海报 |
| 10 | 管得健康：职场“压力锅”里的化学反应，科学释压有妙招 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 11 | 管得健康：失控的愤怒伤人又伤己 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 12 | 孤独症不是长大就好，拖延等于放弃孩子！ | 罗蓝、陶青柳、项江韵、杨庆华 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 13 | “心理癌症”10岁就会得，再不干预就完了！ | 白莹、罗蓝、项江韵、涂鑫颍 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 14 | 从心开始，守护健康—老年抑郁篇 | 杨青青 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 视频类—短视频 |
| 15 | 焦虑星球历险记 | 王春香、王丽惟、许润蔓、赵红梅 | 重庆市合川区健康教育与促进中心、重庆市合川区精神卫生中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 16 | 正确识别心理正常或异常状态 | 张小霞 | 重庆医药高等专科学校 | 视频类—短视频 |
| 17 | 精神科疾病系列科普 | 钟吉元、谢国建、郭婷婷、李道国 | 重庆市精神卫生中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 18 | 笑容背后的绝望 | 艾立英、李渝阳、张静、张庆辉 | 重庆市精神卫生中心 | 视频类—短视频 |
| 19 | 嘿·精神悟空 | 谭佩、王越、张启航、李霄 | 重庆市精神卫生中心 | 视频类—短视频 |
| 20 | 守护银发心灵 | 钟吉元、郭婷婷、李道国、袁艺丹 | 重庆市精神卫生中心 | 视频类—短视频 |
| 21 | 听见少年的心声 | 钟吉元、何丛榉、郭婷婷、李道国 | 重庆市精神卫生中心 | 视频类—短视频 |
| 22 | 大考前的睡眠保健 | 田波、郭婷婷、李道国、文晏 | 重庆市精神卫生中心 | 视频类—长视频 |
| 23 | 解锁超常发挥的密码 | 钟吉元、郭婷婷、李道国、艾立英 | 重庆市精神卫生中心 | 视频类—长视频 |
| 24 | 爱的语言比指责更有力量 | 何丛榉、郭婷婷、邱继红、刘娟 | 重庆市精神卫生中心 | 视频类—短视频 |
| 25 | 健康睡眠有方 | 钟吉元、郭婷婷、李道国、文晏 | 重庆市精神卫生中心 | 视频类—短视频 |
| 26 | 拿什么拯救你我的“魔童” | 钟吉元、郭婷婷、谭佩、艾立英 | 重庆市精神卫生中心 | 视频类—短视频 |
| 27 | 抗疟先锋：探险家的求生指南 | 袁满、秦静、吴小花 | 重庆市南岸区疾病预防控制中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 28 | 两世医缘 | 王云燕团队 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 视频类—短视频 |
| 29 | 预防艾滋经性传播 听我摆一摆 | 孙威、张臻、陈先刚、汪强 | 重庆市渝中区疾病预防控制中心 | 图文类—科普文章 |
| 30 | HPV—不只是“她”的故事 | 姚丹玲、黄娜、朱卫民 | 重庆医科大学附属第一医院 | 辟谣类—视频 |
| 31 | 别惹老鼠——汉坦病毒快递员！ | 代安亚 | 重庆医科大学附属永川医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 32 | 艾滋病（HIV）谣言大作战 | 余朝萍、张奇琪 | 重庆市第五人民医院 | 辟谣类—视频 |
| 33 | 请你尊重我 | 张德过、周亚玲、杨玉霞 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 视频类—短视频 |
| 34 | “甲”临天下 | 王云燕、余庆、韩秋瑜、龙杉 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 视频类—短视频 |
| 35 | 只有“爱”，没有“艾” | 李静、王佳、谭艺、刘中天 | 中国人民解放军陆军第九五八医院 | 辟谣类—视频 |
| 36 | 冰箱=无菌保险箱？揭开产单核李斯特菌的杀戮真相 | 杨梦 | 重庆医科大学附属永川医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 37 | 诺如病毒 防传染 有妙招 | 杨艳、蒋小曼、欧云霞、吴若楠 | 中国人民解放军陆军第九五八医院 | 视频类—短视频 |
| 38 | 小盾牌历险记—疫苗英雄的日常任务 | 朱玲、吴秀莉、邓仁丹、罗春雨 | 重庆市南岸区疾病预防控制中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 39 | 别让带状疱疹盯上咱爸妈 | 朱玲、吴小花、罗春雨、皮操操 | 重庆市南岸区疾病预防控制中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 40 | 古代郎中取经 现代院感防控术 | 王霞 | 重庆西区医院 | 视频类—短视频 |
| 41 | “氟”仇者联盟，打响骨骼健康保卫战 | 张考梅、何成丹、梁辉、肖尊练 | 重庆市巫山县疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |
| 42 | “弱不禁风林妹妹”是怎么来的？ | 李建琼、汪清雅、易红 | 重庆市结核病防治所 | 视频类—短视频 |
| 43 | 追“风”者 | 张信江、张凤、王旌宇 | 重庆市南川区皮肤病防治院 | 视频类—长视频 |
| 44 | 肺结核防治科普漫画手册 | 刘惠、黄馨雨、马洁、金懿 | 重庆市渝北区疾病预防控制中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 45 | 世界结核病防治日—科普动画方言版 | 刘惠、郝永东、黄馨雨、邱一涵 | 重庆市渝北区疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |
| 46 | 哪吒战毒记之破解诺如病毒密码 | 李娇、汤昀玥 | 重庆市江津区疾病预防控制中心（重庆市江津区卫生监督所） | 视频类—短视频 |
| 47 | 诺如病毒，远离它！ | 姜玲 | 重庆市云阳县健康促进中心 | 视频类—短视频 |
| 48 | 青春期子宫使用手册 | 邓煜、班艳娜、傅炜媛、胡敏 | 重庆医科大学附属第一医院 | 视频类—短视频 |
| 49 | 牙宝牙贝奇妙成长记之小朋友应该从几岁开始进行口腔清洁呢？ | 王孟宏、蒋丹、彭璞、张腾军 | 重庆医科大学附属口腔医院 | 视频类—短视频 |
| 50 | 挺直未来：脊柱侧弯的无声警报 | 李曦蕊、代宾、陈云龙、郑长勇 | 广州中医药大学第一附属医院重庆医院（重庆市北碚区中医院） | 视频类—短视频 |
| 51 | 牙齿矫正五大关卡硬核挑战 | 冉东琴、杨曾、黄兰 | 重庆医科大学附属口腔医院 | 视频类—短视频 |
| 52 | 守护小牙齿，远离龋齿大作战—儿童龋齿预防全攻略 | 谢季宏、 向阳 | 重庆市永川区双石中心幼儿园、重庆市永川区三官殿幼儿园 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 53 | 保护牙齿，从小做起——幼儿护齿小贴士 | 余霜霜 | 重庆市永川区三官殿幼儿园 | 视频类—短视频 |
| 54 | 噗!古代小主别哭闹——穿越护士的“胀气消消乐” | 奉节县妇幼保健院儿科 | 奉节县妇幼保健院 | 视频类—短视频 |
| 55 | 智慧防溺谣，成长没烦恼 | 杨弦弦、丁贤彬、陈婷、杨青青 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 视频类—短视频 |
| 56 | 以家长之责，为孩子撑好防溺水“保护伞” | 杨弦弦、丁贤彬、陈婷、杨青青 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 视频类—短视频 |
| 57 | 如果孩子溺水，你能做对几步？ | 杨弦弦、陈婷、杨青青、丁贤彬 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 视频类—短视频 |
| 58 | 防“溺”之歌：守护“童”行每一刻 | 杨弦弦、杨青青、陈婷、丁贤彬 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 视频类—短视频 |
| 59 | 口腔健康 影响孩子颜面发育的不良习惯 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 60 | 行得健康 健康体检管理（特殊人群的运动） | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 61 | 小小身体 大大营养 | 刘永洪、李昕屹、李京芙 | 重庆市梁平区疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |
| 62 | 认识“呼噜”娃 | 任相遇 | 重庆市永川区集嫒医院 | 视频类—短视频 |
| 63 | 守护挺拔未来：科学解读儿童脊柱健康误区 | 张玲霞、汪庆、封苏严、卢亭宇 | 重庆市垫江县人民医院 | 辟谣类—视频 |
| 64 | 脊髓栓系之我的尾巴不见了 | 郭俊俊 | 重庆医科大学附属儿童医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 65 | 小小身体，大大营养 | 李昕屹 | 重庆市梁平区疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |
| 66 | 午夜凶铃—小儿急性喉炎 | 欧容、刘玲、郭梅、田友春 | 重庆大学附属三峡医院 | 视频类—短视频 |
| 67 | 预防溺水，我知道！ | 田友春、严婷、窦艳秋 | 重庆大学附属三峡医院 | 视频类—短视频 |
| 68 | 童年不“负”重 健康伴我行 | 袁瑞华、骆露云 | 重庆市忠县疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |
| 69 | 孩子的“头”等大事，了解一下 | 司丽娜 | 重庆市妇幼保健院 | 图文类—科普文章 |
| 70 | 健康总动员—科学运动促长高 | 申量、刘祖平、张龙娇、汪辰韩 | 重庆市妇幼保健院 | 视频类—短视频 |
| 71 | 一图读懂—孤独症谱系障碍 | 陈君萍、李升平、苏祥英、盛利 | 重庆市妇幼保健院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 72 | Q小宝护牙大作战 | 李华、禹凯茜 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 73 | 青春无“核”行动 | 赵秋菊、唐小清、吴小花、郑金英 | 重庆市南岸区疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |
| 74 | 小儿便秘—便便研究所 | 欧容、刘玲、赵华清、李长金、 | 重庆大学附属三峡医院 | 视频类—短视频 |
| 75 | 替牙期小课堂 | 秦凡、钟华、李兖 | 广州中医药大学第一附属医院重庆医院（重庆市北碚区中医院） | 视频类—短视频 |
| 76 | 别让孩子的成长“隐形缺D” | 周龙、胡春兰、刘子叶 | 重庆大学附属三峡医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 77 | 如果孩子不幸遭遇性侵，家长应该如何做？ | 王甄楠、肖颖、赵均、江光群 | 重庆市长寿区疾病预防控制中心 | 图文类—科普文章 |
| 78 | 人类幼崽使用“说明书”—新生儿生理现象 | 罗德娟、罗丽娜、周忠义、徐成娅 | 江苏省人民医院重庆医院（綦江区人民医院） | 视频类—短视频 |
| 79 | 宝宝头总是歪向一边？小心儿童斜颈！ | 周忠义、罗德娟、李姣、罗丽娜 | 江苏省人民医院重庆医院（綦江区人民医院） | 视频类—短视频 |
| 80 | 孩子总是坐不住？小心儿童多动症！ | 周忠义、罗德娟、罗丽娜、徐成娅 | 江苏省人民医院重庆医院（綦江区人民医院） | 视频类—短视频 |
| 81 | 别让祖国的花朵长歪了—关注脊柱健康，守护青春脊梁 | 卜亚群、孙渝薇、梁琴 | 秀山土家族苗族自治县人民医院 | 视频类—短视频 |
| 82 | 妈妈，我不是不听话 | 蒋宁静 | 重庆大学附属涪陵医院 | 视频类—短视频 |
| 83 | “小汤圆”瘦身记 | 罗唤团队 | 重庆医药高等专科学校 | 视频类—短视频 |
| 84 | 少年，一直出汗是身体在报警！ | 熊珂懿、刘晓青、张又丹 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 视频类—短视频 |
| 85 | 雪中送炭，“血”地生花—无偿献血科普宣传作品 | 杨晓英 | 重庆市九龙坡区人民医院 | 视频类—短视频 |
| 86 | 热血孤勇者 | 文键波、王一、曹燕 | 重庆市南川中心血站 | 视频类—短视频 |
| 87 | 行业代表为南川献血代言 | 文键波、曹燕、冉小红 | 重庆市南川中心血站 | 视频类—短视频 |
| 88 | 红细胞打工记 | 文键波、易家非、曹燕、冉小红 | 重庆市南川中心血站 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 89 | 医生为啥爱撸袖子 | 文玲、李洪兵、陈艺心 | 重庆大学附属黔江医院（重庆市黔江中心医院） | 视频类—短视频 |
| 90 | 雾都破晓 热血生光 | 熊启、张鑫、蒋天城、滕方 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 视频类—短视频 |
| 91 | 夔门诗韵·为爱出发 | 易晓妹 | 奉节县中心血站 | 视频类—短视频 |
| 92 | 零食王国大冒险：解锁儿童与零食和谐共处的超棒秘籍 | 郑阳梅、莫霖 | 重庆医科大学附属儿童医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 93 | 乾坤圈护体：哪吒的食物中毒防护秘籍 | 曾晓龙、李佳琪、梁星天 | 重庆市渝中区疾病预防控制中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 94 | 饮食无小事 | 黄雪梅、赵玲玲 | 重庆市垫江县人民医院 | 视频类—短视频 |
| 95 | “膳”待自己，吃出健康 | 谭荟芸、邓远翔、陈兰艳、万露 | 秀山土家族苗族自治县人民医院 | 图文类—海报 |
| 96 | 春季尝鲜野菜 注意避“坑” | 高静、王裕庆、刘林杰、郑雨 | 重庆市沙坪坝区陈家桥医院 | 视频类—短视频 |
| 97 | 高考饮食指南 | 高静、王裕庆、郑雨、刘林杰 | 重庆市沙坪坝区陈家桥医院 | 视频类—短视频 |
| 98 | 酸奶到底怎么选？ | 高静、王裕庆、刘林杰、郑雨 | 重庆市沙坪坝区陈家桥医院 | 视频类—短视频 |
| 99 | 吃得健康：居家如何科学烹饪 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 100 | 吃得健康：居家如何吃得安全？如何读懂营养标签 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 101 | 吃得健康：如何搭配营养餐 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 102 | 宝塔故事—揭开合理膳食的层层奥秘 | 何英淑、吴小花、吴秋芸、王蕾 | 重庆市南岸区疾病预防控制中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 103 | 脂溶性维生素的“秘密任务” | 垫江县人民医院健康管理科、宣传统战科 | 重庆市垫江县人民医院 | 视频类—短视频 |
| 104 | 如何做到科学饮食 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 105 | 抗癌饮食“避坑”指南—这些谣言，你中招了吗？ | 袁韩勤 | 重庆医科大学附属永川医院 | 辟谣类—视频 |
| 106 | “吃对每一口，健康自然有” | 郑琳澜 | 重庆市南川区中医医院 | 视频类—短视频 |
| 107 | 全民营养周 | 巴南区疾病预防控制中心 | 重庆市巴南区疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |
| 108 | “扬帆六月 健康护航”考前公益讲座—中高考考前饮食全攻略 | 邓丽莉、穆玉婷、 黄浩、黄陈 | 重庆市卫生健康统计信息中心、重庆市人民医院 | 视频类—短视频 |
| 109 | 惊！川渝“红”汤圆背后的致命危机，你还敢吃吗？ | 谢金花、邹静波 | 重庆市忠县疾病预防控制中心 | 图文类—科普文章 |
| 110 | 小小眼药水，是药不是水！ | 杨永超、赵小莉 | 重庆医科大学附属第二医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 111 | 人人都会得白内障？ | 重庆医科大学附属第一医院宣传统战科、眼科 | 重庆医科大学附属第一医院 | 视频类—短视频 |
| 112 | 耳石症：耳朵里的“小石”造反了 | 邓亚军、刘佳 | 重庆大学附属三峡医院 | 视频类—短视频 |
| 113 | 告别眼部疲劳，打工人和学生党快来解锁这套神奇护眼操 | 吴思岑、唐彬洋、李萌、周怡含 | 重庆医科大学附属第一医院 | 视频类—短视频 |
| 114 | 闭眼晒太阳能防控近视吗？ | 重庆爱尔儿童眼科医院团队 | 重庆爱尔儿童眼科医院 | 视频类—短视频 |
| 115 | 耳垢不是垃圾！它的隐藏技能比你想象中多！ | 陈世豪 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 116 | 爱眼护眼 守护“视”界 | 杨庆华、项江韵、陶青柳、罗蓝 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 117 | 全国爱眼日，关注普遍的眼健康 | 陶青柳、杨庆华、张黎、吴成斌 | 重庆市健康教育所 | 图文类—科普文章 |
| 118 | 中医按摩预防儿童近视 | 陈希庆、蹇冬梅、吴牧霖 | 重庆市潼南区妇幼保健院 | 视频类—短视频 |
| 119 | 高度近视：被忽视的视觉危机 | 赵芳、刘雨含、舒楠、朱玲 | 重庆医药高等专科学校 | 视频类—短视频 |
| 120 | 守护心灵之窗，让“视”界充满爱 | 徐千文、李瑶、谭平清 | 重庆市九龙坡区火炬幼儿园 | 视频类—短视频 |
| 121 | 手机成瘾：被屏幕改写的生活脚本 | 庄雯雯 | 重庆市江津区疾病预防控制中心（重庆市江津区卫生监督所） | 视频类—短视频 |
| 122 | 大眼仔的“视”界保卫战——明眸护航，击退糖网 | 于道华、许欢、杨玉琼、陈丽 | 中国人民解放军陆军特色医学中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 123 | “腰妹儿”的吐槽大会 | 舒婷、蒋莉丽、李小艳、陈燕 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 视频类—短视频 |
| 124 | 口腔知识科普之刷牙那些事儿 | 甄月香 | 重庆医科大学附属口腔医院 | 视频类—短视频 |
| 125 | 打破尼古丁的枷锁 重获自由呼吸 | 秦玉花 | 重庆市沙坪坝区疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |
| 126 | 打破尼古丁的枷锁 重获自由呼吸 | 秦玉花 | 重庆市沙坪坝区疾病预防控制中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 127 | 烧烫伤急救 | 黄林炜、王榆升、申佼灵、豆琴娅 | 重庆市第九人民医院 | 视频类—短视频 |
| 128 | 骨质疏松的防治 | 杜云峰、王裕庆、刘林杰、郑雨 | 重庆市沙坪坝区陈家桥医院 | 视频类—短视频 |
| 129 | 榔人杀 | 胥樱子 | 重庆医科大学附属第二医院 | 视频类—短视频 |
| 130 | 救命必备！AED的正确使用方法 | 高微微、苏家悦、王裕庆、刘林杰 | 重庆市沙坪坝区陈家桥医院 | 视频类—短视频 |
| 131 | 生命的对岸 | 王云燕团队 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 视频类—短视频 |
| 132 | 胰腺燃志 “胰”路凯旋 | 程风敏、李太杰、安宁 熊志翔 | 重庆大学附属肿瘤医院 | 视频类—短视频 |
| 133 | 热水烫碗真的能消毒吗 | 袁东梅、杨云莉、吴晓敏 | 江苏省人民医院重庆医院（綦江区人民医院） | 辟谣类—视频 |
| 134 | 甄嬛戒烟传 | 王静、李琳琳、韦驿、谭秀琴 | 重钢总医院 | 视频类—短视频 |
| 135 | 跌倒无小事，防范很重要 | 老年病科团队 | 重庆市沙坪坝区中医院 | 视频类—长视频 |
| 136 | 倡导健康生活，远离“冰箱杀手”李斯特菌 | 周晓露、敬承旺、廖云娅、古育玲 | 江苏省人民医院重庆医院（綦江区人民医院） | 视频类—短视频 |
| 137 | 深夜睡不着的“咯吱声”：你的牙齿在偷偷加班？ | 李雨舟、陈陶 | 重庆医科大学附属口腔医院 | 视频类—短视频 |
| 138 | 专业辟谣：打破洁牙误区的重重迷雾 | 陈娜、张琴、陈家俊、黄姣 | 重庆医科大学附属口腔医院 | 辟谣类—图文 |
| 139 | 养生变伤身？揭开“趁热吃”背后的问题 | 陈思、郑玲玲 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 辟谣类—视频 |
| 140 | 消失的肾 | 王云燕、余庆、彭镜蓉、龙杉 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 视频类—短视频 |
| 141 | 戏说肛周常见病之“肛周脓肿” | 李庆 | 重庆医科大学附属大学城医院 | 视频类—长视频 |
| 142 | 烧烫伤急救：偏方止步，科学先行 | 重医附属大学城医院急诊医学科科普团队 | 重庆医科大学附属大学城医院 | 辟谣类—视频 |
| 143 | “热辣横纹肌，潜在的风险”——解开横纹肌背后的密码 | 曹理玲 | 中国人民解放军陆军军医大学第一附属医院 | 视频类—短视频 |
| 144 | 你真的了解抗生素吗？ | 牟连莲、程瑜、古东辉、刘益 | 重庆医科大学附属大学城医院 | 视频类—短视频 |
| 145 | 踝关节扭伤自救指南 | 商施锞、娄经伟、曹琦瑶、杜文睿 | 重庆两江新区人民医院 | 视频类—短视频 |
| 146 | 幽门螺杆菌（Hp）：胃部健康的“潜在威胁” | 蒋德敏 | 重庆市永川区妇幼保健院 | 图文类—科普文章 |
| 147 | 新手抽烟为何更容易烟醉？ | 罗蓝、杨庆华、陶青柳、项江韵 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 148 | 医得健康：药驾如酒驾千万使不得 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 149 | 行得健康：如何预防运动损伤？运动损伤如何应急处理 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 150 | 管得健康：为什么在接种完疫苗后还要在医院等待30分钟 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 151 | 养得健康系列动画之三高的养生之道 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 152 | 打鼾≠睡得香 | 陈世豪 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 153 | 睡眠健康：健康的睡眠及睡眠质量评估办法 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 154 | 救命！原来坐着才是终极隐形杀手？ | 林韵桐、何英淑、马月、王蕾 | 重庆市南岸区疾病预防控制中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 155 | 急救技能：癫痫发作时现场急救的原则 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 156 | 急救技能：失火如何扑救如何正确快速逃生 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 157 | 急救技能：鼻出血如何处理及如何利用指压止血法 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 158 | 科学就医：关节疼痛一定是风湿病么 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 159 | 行得健康：运动类型（不同类型的运动） | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 160 | “三减”消负担、“三健”筑未来 | 张鑫月、石小莉 | 重庆市医科大学附属第一医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 161 | 暴饮暴食后的法庭审判 | 张鑫月、石小莉 | 重庆市医科大学附属第一医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 162 | 时空烫伤之旅 | 吴廷婷 | 重庆市江津区中医院 | 视频类—短视频 |
| 163 | 抑郁知多少 | 罗蓝、白莹、陶青柳、杨庆华 | 重庆市健康教育所 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 164 | 37个爱国卫生月主题海报 | 白莹、杨庆华、陶青柳、项江韵 | 重庆市健康教育所 | 图文类—海报 |
| 165 | 起“死”回生术之心肺复苏 | 杨帆、童婷婷、唐瑜、余扬 | 重庆市妇幼保健院 | 视频类—短视频 |
| 166 | 孩子（或自己）鼻子里塞东西了？别慌!——家庭处理“三步走” | 袁立娟 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 图文类—科普文章 |
| 167 | 健康10个一 | 李小兰 | 重庆市万盛经济技术开发区丛林镇卫生院 | 图文类—海报 |
| 168 | 胃不舒服总不好可能是我偷偷在搞事情—幽门螺杆菌 | 范芸莹 | 重庆医科大学附属第二医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 169 | 高磷血症—慢性肾脏病的隐形杀手 | 唐德龙、王锋 | 广州中医药大学第一附属医院重庆医院（重庆市北碚区中医院） | 视频类—短视频 |
| 170 | 细狗“逆袭之路” | 柴志远 | 重庆医药高等专科学校 | 视频类—短视频 |
| 171 | 烧烫伤RAP生存指南 | 张颖 | 重庆市江津区中心医院 | 视频类—长视频 |
| 172 | 选对牙刷，守护微笑秘籍 | 沈国强、李灿华、王海莲、饶秋华 | 重庆市江津区妇幼保健院 | 视频类—短视频 |
| 173 | 椎体压缩性骨折术前镇痛之“密钥”——非药物止痛技巧 | 刘小琴 | 重庆医科大学附属第二医院 | 视频类—短视频 |
| 174 | 种植牙的敌人 | 徐鹏、梁源、黄元丁、牟思圆 | 重庆医科大学附属口腔医院 | 视频类—短视频 |
| 175 | 守护记忆之门 | 王云燕 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 视频类—短视频 |
| 176 | 盘点老年人盲目减肥踩过的坑 | 重庆市人民医院老年病科 | 重庆市人民医院 | 视频类—短视频 |
| 177 | 《别让Ta跌落》—老年跌倒预防公益短片 | 重庆市人民医院老年病科 | 重庆市人民医院 | 视频类—短视频 |
| 178 | 绝经后女性不可忽视的“骨骼危机”—骨质疏松症 | 叶浬利、王晓芳、方青、邓焰之 | 中国人民解放军陆军军医大学第一附属医院 | 视频类—短视频 |
| 179 | 发霉的节俭，昂贵的焦虑：老人家，您的健康账本算错啦 | 周璞、汤玲一、张渝聆、向思瑶 | 重庆沙坪坝区人民医院 | 视频类—短视频 |
| 180 | 老年人安全用药的重要性 | 王大芳、孙明慧、令狐锐、、敖文英 | 重庆市綦江区中医院 | 视频类—短视频 |
| 181 | 慢性病与骨质疏松 | 陈婷、杨青青、杨弦弦、丁贤彬 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 视频类—短视频 |
| 182 | 认识低骨量与骨质疏松 | 陈婷、杨弦弦、杨青青、丁贤彬 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 视频类—短视频 |
| 183 | 脏腑的故事：老年便秘的中医解读 | 高西、首汉蓉 | 重庆医科大学附属大学城医院 | 视频类—短视频 |
| 184 | 巧避跌倒 阻断骨折 | 陈婷、丁贤彬、杨弦弦、杨青青 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 图文类—一图读懂（长图） |
| 185 | 昨晚你睡得好吗 | 赵乐利 | 重庆大学附属仁济医院(重庆市第五人民医院) | 视频类—短视频 |
| 186 | 行得健康：大于65岁的老年人群可以进行哪些运动 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 187 | “老宝”们的“暖”生活 ——烫伤防护科普小知识 | 段懿 | 重庆医科大学附属第一医院 | 视频类—短视频 |
| 188 | 从寸步难行到舞步轻盈，“髋复无忧”康复密码大公开 | 赵静 | 重庆市江北区中医院 | 视频类—短视频 |
| 189 | 守护银发健康：老年人冬季传染病防治知识 | 杨庆华、陶青柳、何菲、白莹 | 重庆市健康教育所 | 图文类—科普文章 |
| 190 | 骨质疏松危害多多 该如何预防？ | 李卓祝、周杨、晏铮剑、白莹 | 重庆市健康教育所 | 图文类—科普文章 |
| 191 | 脑中的橡皮擦—阿尔茨海默病 | 李恩浩、许瑞 | 重庆大学附属三峡医院 | 视频类—短视频 |
| 192 | 科学养肌，助力健康老年化 | 重庆市第九人民医院 | 重庆市第九人民医院 | 视频类—短视频 |
| 193 | 髋关节置换术后居家注意事项 | 郭倩、张晓娟、余春艳、陈亮 | 重庆大学附属肿瘤医院 | 视频类—短视频 |
| 194 | 老之将至、“肌”不可失 | 李园园、李晓慧、刘亚玲、姜燕 | 中国人民解放军陆军军医大学第一附属医院 | 视频类—短视频 |
| 195 | 防止跌倒，和我一起30秒 | 黄琪瑜、彭浩、刘晓青 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 视频类—短视频 |
| 196 | 全是爱 术后康复我和你 | 黄琪瑜、刘晓青、龙琴 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 视频类—短视频 |
| 197 | 试管促排≠卵巢衰老 | 胡敏、邓煜、班艳娜、陈莹 | 重庆医科大学附属第一医院 | 辟谣类—视频 |
| 198 | 别让谣言“按摩你的乳腺健康” | 程风敏、李太杰、安宁、熊志翔 | 重庆大学附属肿瘤医院 | 视频类—短视频 |
| 199 | 《哺乳期的战斗—当情绪与小怪兽相遇》 | 李吉春、田静、高敏 | 重庆医科大学附属大学城医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 200 | “孕”筹帷幄 | 重庆市江北区妇幼保健计划生育服务中心 | 重庆市江北区妇幼保健计划生育服务中心 | 视频类—长视频 |
| 201 | 智齿魔丸：孕前口腔保卫战 | 杨暤 | 重庆医科大学附属第一医院 | 视频类—长视频 |
| 202 | 下床像上刑？解析剖宫产术后减痛下床全流程 | 李骏斐、涂良宇 | 重庆医科大学附属第一医院 | 视频类—短视频 |
| 203 | “经”囊妙计—解锁女性生理周期穴位密码 | 何霞、薛艳、杨柳 | 重庆市江北区中医院 | 视频类—短视频 |
| 204 | 更年期升级秘诀 | 王琳、米洁、武倩 | 重庆医科大学附属第一医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 205 | 乳房自检操 | 张鑫月、冯梅、石小莉 | 重庆市医科大学附属第一医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 206 | 更年期，遇见更好的自己 | 林秋梅、王维、王切、漆恰 | 重庆市急救医疗中心 | 视频类—短视频 |
| 207 | 《匆匆那年》的隐痛——关爱女性生殖健康，科学避孕，保护生育力 | 陈宇露、余光容、刘小利 、何玲 | 重庆市妇幼保健院 | 视频类—短视频 |
| 208 | “黄金变白银”女性生育年龄推迟下的生育力“变形计” | 钟阳娇 | 中国人民解放军陆军军医大学第一附属医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 209 | 亲爱的冠状动脉：对不起，我给你添“堵”了…… | 王俊莉 | 重庆医科大学附属第二医院 | 视频类—短视频 |
| 210 | 家庭胸痛急救箱：必备知识和动作 | 钱灵赢、蒋薇、孙小莉 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 图文类—海报 |
| 211 | 居家如何正确测量血压 | 孙小莉、蒋薇、钱灵赢 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 视频类—短视频 |
| 212 | 卒中，你做对了吗？ | 中国人民解放军陆军第九五八医院派驻通信士官学校门诊部 | 中国人民解放军陆军第九五八医院 | 视频类—短视频 |
| 213 | 健康生活，从”心“开始 | 韩睿 | 重庆医科大学附属第二医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 214 | “救”在身边的AED | 黄林炜、李瑶 | 重庆市第九人民医院 | 视频类—短视频 |
| 215 | 头号杀手，“卒”不及防 | 张娅梅、周红娟、唐东琴 | 中国人民解放军陆军特色医学中心 | 视频类—短视频 |
| 216 | 健康购购GO | 何永庆、周柯男、周海娇 | 重钢总医院 | 视频类—短视频 |
| 217 | 健康小医生破解高血压案件 | 余朝萍、张奇琪 | 重庆市第五人民医院 | 视频类—短视频 |
| 218 | 小脚趾坏死迷案，身体里的凶手是谁—下肢组织缺血坏死科普视频 | 马婧、李和珂、赵佩群 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 视频类—短视频 |
| 219 | 胸痛非唯一！冠心病这些症状要牢记！ | 李昱洁、杨晓、叶菡、吕平萍 | 中国人民解放军陆军军医大学第一附属医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 220 | 牙痛背后的“隐形杀手” | 李觅、钱锦钰 | 中国人民解放军陆军军医大学第一附属医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 221 | “冠脉河”——心脏的母亲河系列图谱（二） | 康燕 | 重庆医科大学附属第一医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 222 | 别让高血压偷走你的健康 | 吴马利、谢丽娟 | 忠县中医医院 | 视频类—短视频 |
| 223 | 不做“梗王” | 吴建梅 | 重庆医科大学附属第一医院 | 视频类—短视频 |
| 224 | 心脏警报：识破心绞痛的“伪装术” | 冷亚、刘墩秀、黎欣 | 重庆医科大学附属第一医院 | 视频类—短视频 |
| 225 | 掌心之下，生机绽放——心肺复苏的守护宣言 | 罗永玉 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 226 | 主动脉夹层——悄然而至的血管“死神” | 王苹力 | 重庆医科大学附属永川医院 | 视频类—短视频 |
| 227 | 如何识别脑卒中 | 杨耕、何欢、蒙晓雪、何璐 | 重庆市合川区中医院 | 视频类—短视频 |
| 228 | 穿越千年的心脉守护 | 郭梅、郭世红、程正、王俊博 | 重庆市江北区疾病预防控制中心（江北区卫生监督所） | 图文类—一图读懂（长图） |
| 229 | 唐朝诡事录—长安画坊疑云，侦破脑出血“元凶” | 邹兰馨 | 重庆两江新区人民医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 230 | 生命不可承受之“中” | 王春香、王丽惟、董饶、陈菊 | 重庆市合川区健康教育与促进中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 231 | 卒可及防 | 王春香、王丽惟、董饶、陈菊 | 重庆市合川区健康教育与促进中心 | 视频类—短视频 |
| 232 | 当“胖”不再是小事！冠心病康复秘籍 | 程杰、唐刚、黄耀皿、郑晓龙 | 重庆市沙坪坝区人民医院 | 视频类—短视频 |
| 233 | 别让高血压“高人一等” | 黄耀皿、陈娅、杨敏 程杰 | 重庆市沙坪坝区人民医院 | 视频类—短视频 |
| 234 | 拯救“心”动 | 程杰、唐刚、黄耀皿、郑晓龙 | 重庆市沙坪坝区人民医院 | 视频类—短视频 |
| 235 | 肠通心畅，健康无恙 | 曾琳 | 重庆市璧山区人民医院 | 视频类—短视频 |
| 236 | 我命由我不由天 | 张竹霞、周茜、白钧琪、王哲 | 重庆市九龙坡区人民医院 | 视频类—短视频 |
| 237 | 快乐踝泵动起来 | 龙琴、刘晓青、黄琪瑜 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 视频类—短视频 |
| 238 | 远离肠癌，健康“肠”在 | 罗小娟 | 重庆医科大学附属第一医院金山分院 | 视频类—短视频 |
| 239 | 我的身体有恶魔？解锁抗癌说明书！ | 施玉梅、付代鸿、周莹雪、陈婧、袁艺心 | 重庆大学附属肿瘤医院 | 视频类—短视频 |
| 240 | 甲状腺癌被称为“懒癌” 真的可以不用管吗？ | 张海军、郑雨、刘林杰、王裕庆 | 重庆市沙坪坝区陈家桥医院 | 视频类—短视频 |
| 241 | “胃”之恋，爱的觉醒 | 李娟、杨丹、胡春兰、张亚亚 | 重庆大学附属三峡医院 | 视频类—短视频 |
| 242 | 难啃的“坚果” | 中线（NUT）癌专科团队 | 重庆大学附属三峡医院 | 视频类—短视频 |
| 243 | 围剿肺部“不速之客” | 付越 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 244 | 反癌特种兵：食管黏膜保卫计划 | 吴文玲 | 重庆医科大学附属第二医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 245 | 前列腺癌危机警报：早筛严防，清空谣言 | 白淑君 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 辟谣类—图文 |
| 246 | 肿瘤是如何产生的 | 成贵、谢宇、李娟 | 重庆市云阳县人民医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 247 | 逆天改命—乙肝临床治愈上岸指南 | 余海燕、吴娟 | 重庆大学附属三峡医院 | 视频类—短视频 |
| 248 | 前列腺癌阻击战 打响早筛第一枪 | 杨玉帛、徐勤、卢鸿雁、余志海 | 重庆大学附属三峡医院 | 视频类—短视频 |
| 249 | “癌”你不是两三天 | 柳晓勤、康雪梨 | 重庆大学附属三峡医院 | 视频类—短视频 |
| 250 | 肠道的抉择 | 郭世红、陈玥桥、满芮、王秦 | 重庆市江北区疾病预防控制中心（江北区卫生监督所） | 辟谣类—视频 |
| 251 | 这杯“生命原液”，为何让医生患者都视若珍宝？ | 邓懿、杜秀 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 图文类—一图读懂（长图） |
| 252 | 抗癌江湖图鉴 | 谭平 | 重庆市重庆市沙坪坝区疾病预防控制中心 | 图文类—海报 |
| 253 | 决战“流”魔王 | 朱翠连 | 重庆医科大学附属儿童医院 | 视频类—短视频 |
| 254 | COPD健康教育手册 | 黄林炜、李瑶、陈玲、张明静 | 重庆市第九人民医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 255 | 管得健康：支气管哮喘我们应该怎么做 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 256 | “肺”常健康，“炎”消云散——老年人肺炎防御大作战 | 杨弦弦、陈婷、杨青青、丁贤彬 | 重庆市疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |
| 257 | 哪吒降魔传之肺栓塞大作战 | 腾佳佳、王矩燕、黄娟、张双 | 重庆西区医院 | 视频类—长视频 |
| 258 | 老费的“呼吸保卫战” | 万州区分水镇中心卫生院（万州区第六人民医院） | 重庆市万州区分水镇中心卫生院（万州区第六人民医院） | 图文类—一图读懂（长图） |
| 259 | 沉寂的“杀手”——VTE | 李丽、杨云莉、苟川维、杨晓凤 | 江苏省人民医院重庆医院（重庆市綦江区人民医院） | 视频类—短视频 |
| 260 | 包公堂审脑卒 | 熊虹、犹秋香、周亚玲 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 视频类—长视频 |
| 261 | 漫话西游之“悟空的头痛之谜” | 重庆市璧山区人民医院 | 重庆市璧山区人民医院 | 视频类—短视频 |
| 262 | 打响“糖网”守卫战 | 李小静 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 视频类—短视频 |
| 263 | 和糖尿病足说再见 | 唐甜 | 中国人民解放军陆军军医大学第二附属医院 | 视频类—短视频 |
| 264 | 血糖稳，安心住——低血糖防治全攻略 | 姚冬霞、代小杰、郑啟红 | 重钢总医院 | 视频类—短视频 |
| 265 | 肾溺糖渊 | 王云燕、蒋莉丽、舒婷、李小艳 | 重庆医科大学附属第三医院（方大医院） | 视频类—短视频 |
| 266 | 药食同源——鱼腥草 | 徐一 | 重庆市第七人民医院 | 视频类—短视频 |
| 267 | 养得健康：中医养生有哪些方法及原则 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 268 | 养得健康：中医养生减肥有哪些方法 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 269 | 养得健康：“三高”人群如何中医养生 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 270 | 传统养生功法六字诀之呼吸吐纳 | 赖雪琴、张霞、吴小莉、张俊 | 重庆三峡医药高等专科学校附属中医院 | 图文类—海报 |
| 271 | 养得健康系列动画之中医养娃有妙招 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 272 | 养得健康系列动画之中医减肥与泡脚 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 273 | 养得健康系列动画之火锅中的中医养生秘诀 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 274 | 养得健康系列动画之“英雄”的养生之路 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 275 | 养得健康系列动画之笑谈中医论 | 重庆市健康教育所科普宣传制作团队 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 276 | 姜酒刮痧 | 钟雨洁 | 重庆市涪陵区中医院 | 视频类—短视频 |
| 277 | 夏季中药代茶饮 | 钟雨洁 | 重庆市涪陵区中医院 | 视频类—短视频 |
| 278 | 无处不在的中草药——杠板归 | 任相遇、宋霜 | 重庆市永川区集嫒医院 | 视频类—短视频 |
| 279 | 五劳伤身 八虚解“危”——中医教你拍散亚健康之源 | 张莉苹、王琳、李娅、柯欢欢 | 重庆市綦江区中医院 | 视频类—短视频 |
| 280 | 中医智慧解锁健康体重 | 刘彬玲、张兰、王刚林、宋爽 | 奉节县中医院 | 视频类—短视频 |
| 281 | 穴位组团抗晕车一中医智慧护航出行 | 周媛、陈淇 | 奉节县中医院 | 视频类—短视频 |
| 282 | 身体里的“催眠按钮”，助你快速入睡 | 龚雪莲、刘晓宇、田媛、吴玲 | 重庆海吉亚医院 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 283 | 夏季怎么养生 | 曹霞 | 重庆市北碚区东阳街道社区卫生服务中心 | 视频类—短视频 |
| 284 | 杏林骨小护教你来玩火 中医火龙罐技术 | 赵霞、彭可珍、赵峻 | 重庆市中医骨科医院 | 视频类—短视频 |
| 285 | 督脉炙 | 赵霞、彭可珍、赵峻、任玲 | 重庆市中医骨科医院 | 视频类—短视频 |
| 286 | 腰椎间盘突出康复锻炼 | 莫晓凤、张云霞、陈渝 | 重庆市江津区中医院 | 视频类—短视频 |
| 287 | 养生锦囊妙计—八段锦 | 孙素慧 | 重庆市江北区中医院 | 视频类—短视频 |
| 288 | 此“黄精”非彼“黄金”，可养颜强肾 | 何小琴、刘梅、王颖 | 重庆市中医院 | 图文类—科普文章 |
| 289 | 八段锦教学片（12分钟单人版） | 余颜 | 重庆市南川区中医医院 | 视频类—长视频 |
| 290 | 揭开枸杞养生的四大误区，你中招了吗? | 刘梅、段瑶、刘金坤 | 重庆市中医院 | 辟谣类—图文 |
| 291 | 指下藏妙穴，急时解危局 | 程媛媛、谢扬惠、钟阳、白雪 | 重庆市南岸区南坪街道社区卫生服务中心 | 图文类—海报 |
| 292 | 正确认识风寒感冒、风热感冒 | 黄微、杨锈均 | 重庆医科大学附属第一医院 | 视频类—短视频 |
| 293 | “何”以“肝”扰 | 舒玲、文君、王虎、刘海林 | 重庆两江新区人民医院 | 视频类—短视频 |
| 294 | “扬帆六月 健康护航”考前公益讲座——中医助你提升精力状态 | 邓丽莉、穆玉婷、 黄浩、陈丽 | 重庆市卫生健康统计信息中心、重庆市渝北区中医院 | 视频类—短视频 |
| 295 | 我命由我不由谣—辟谣中草药那些事儿 | 王霞 | 重庆西区医院 | 视频类—短视频 |
| 296 | 医膳茗之解—陈皮 | 重庆两江新区中医院肺病科·呼吸与危重医学科护理团队 | 重庆两江新区中医院 | 视频类—短视频 |
| 297 | 拍八虚，强身体 | 梁潇元、吴牧霖 | 重庆市潼南区妇幼保健院 | 视频类—短视频 |
| 298 | 湿气，你真的了解么？ | 涂雅丹、任毅、王成虎 | 重庆市中医院 | 视频类—短视频 |
| 299 | 冬日“养”藏 | 朱姿仪、李倩、卢德练、周杰 | 重庆市中医院 | 视频类—短视频 |
| 300 | 走出中医养生误区 | 刘晓熹、朱姿仪、刘梅、 | 重庆市中医院 | 辟谣类—视频 |
| 301 | 冬藏 | 李倩、朱姿仪、卢德练、周杰 | 重庆市中医院 | 视频类—短视频 |
| 302 | 中药汤剂有疗效，服用细节不可少 | 陈颖勇 | 重庆建设医院 | 视频类—短视频 |
| 303 | 韵承子午息 养心越千年 | 李倩、朱姿仪、卢德练、周杰 | 重庆市中医院 | 视频类—短视频 |
| 304 | 有痣之士的“菊花宝典” | 重庆市万盛经济技术开发区中医院肛肠科 | 重庆市万盛经济技术开发区中医院 | 视频类—短视频 |
| 305 | 体内的“钻石劫匪” | 重庆市万盛经开区中医院外一科 | 重庆市万盛经济技术开发区中医院 | 视频类—短视频 |
| 306 | 从低头到昂首—你的颈椎健康计划 | 王露琳 | 重庆市万盛经济技术开发区中医院 | 视频类—短视频 |
| 307 | 剪纸上的中医药 | 葛燕 | 重庆两江新区大竹林社区卫生服务中心 | 图文类—海报 |
| 308 | 夏季中药代茶饮——清暑元气饮 | 钟雨洁、孙晓桔、彭丽莉 | 重庆市涪陵区中医院 | 视频类—短视频 |
| 309 | 中医养生保健—让咱农村老百姓更健康 | 程瑶 | 秀山土家族苗族自治县清溪场街道社区卫生服务中心 | 图文类—科普文章 |
| 310 | 防中风，找安宫？ ——药师带你了解安宫牛黄丸 | 汪云伟、侯东、王兴灵、李云梅 | 重庆市涪陵区中医院 | 图文类—科普文章 |
| 311 | 谨防一氧化碳中毒，刷到就是赚到 | 黄佳颖、黄锐 | 重庆市江北区疾病预防控制中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 312 | 这个方法，帮你缓解颈部劳损 | 陶青柳、白莹、罗蓝、涂鑫颍 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 313 | 两个方法，帮你解决肩部劳损 | 项江韵、白莹、罗蓝、涂鑫颍 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 314 | 为什么上班越忙，体重越涨？ | 陶青柳、项江韵、白莹、罗蓝 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 315 | “211”餐盘法则，职场人轻松控体重！ | 杨庆华、陶青柳、项江韵、白莹 | 重庆市健康教育所 | 视频类—短视频 |
| 316 | 矿工健康守护者 | 杨云福、吴梦云、金楠、刘科 | 重庆市疾病预防控制中心重庆市预防医学科学院） | 视频类—短视频 |
| 317 | 介入人员防护用品指南 | 吴梦云 | 重庆市疾病预防控制中心重庆市预防医学科学院） | 图文类—一图读懂（长图） |
| 318 | 一氧化碳中毒：职业与日常的双重威胁 | 邱翠娟、王小皙、王雪梅、金楠 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 视频类—短视频 |
| 319 | 时令节气与职业健康系列（一图读懂） | 王小皙、邱翠娟、王雪梅、金楠 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 图文类—一图读懂（长图） |
| 320 | 《中暑非小事 防治有大用—职业性中暑防治科普视频》 | 曹磊、陈凤琼、徐晓、李炜 | 重庆市疾病预防控制中心（重庆市预防医学科学院） | 视频类—短视频 |
| 321 | 打工人的“手”护日记（腕管综合征） | 于洁、罗琳、李文、卢朝虹 | 重庆市渝北区疾病预防控制中心 | 图文类—一图读懂（长图） |
| 322 | 职业紧张？从“蕉绿”到“真香”的职场生存术！ | 于洁、罗琳、李文、左超 | 重庆市渝北区疾病预防控制中心 | 视频类—短视频 |