

“三防一管”科普视频获奖作品（数据截至2024年5月30日）

序号	编号	标题	作者	作品种类	作品类型	阅读量	点赞量	获得奖项	所属单位
1	A100	视频（沙画）--预防跌倒从自身做起	白文辉	防跌倒	视频	13571	4109	一等奖10人	北京大学首钢医院
2	A002	预防跌倒，共享安康	付晓辉、任安娜、祖一萍	防跌倒	视频	11562	5749		秦皇岛市中医医院
3	A067	老年人防跌倒妙招三步走	郑雯雯	防跌倒	视频	8599	5360		长宁区华阳街道
4	A031	跌倒知多少	彭莲、蔡蔚、金丹丽	防跌倒	视频	8372	3870		上海中医药大学附属曙光医院
5	A004	别让爱与记忆，困在时间里——阿尔茨海默症	姚漪蔚、许剑蕾、安小力	防失智	视频	7632	3381		阳光康复中心
6	A003	别让“一失足”跌成“千古恨”	李帅、张佳美、刘羽	防跌倒	视频	6913	3702		秦皇岛市中医医院
7	A081	踝泵运动知多少？	苏颖仪	主动健康	视频	4678	1044		佛山市第一人民医院
8	A065	老年人认知功能促进	张丹丹、林名芬、汤舜鑫	防失智	视频	3298	1319		汕头市中心医院
9	A092	如何改善认知症老年人不良进食习惯	袁雪颖、林宇廷、张继中	防失智	视频	2443	1075		中桥职业技术学院
10	A097	过火（老人跌倒版）	马雯卉	防跌倒	视频	2441	1048		海军军医大学第三附属医院
11	A076	科学助力——学做“不倒翁”老人	陈蔓莉、张超敏、郑燕凤	防跌倒	视频	1807	1151	汕头大学附属第二人民医院	
12	A094	预防失智，健康生活	沈婷婷、朱晨怡	防失智	视频	1744	994	中桥职业技术学院	
13	A027	揭秘心绞痛	夏碧芸、蒋颖	防失能	视频	1683	1069	上海市健康医学院	
14	A052	快乐不“倒”翁之歌	戴珍妮、高伟、张婷	防跌倒	视频	1664	1034	嘉定区中心医院	
15	A093	天啊，糖尿病患者们不正确的运动对我们有这么多危害	胡方圆、石晶	主动健康	视频	1490	755	中桥职业技术学院	
16	A060	守护银发族的健康行走	刘怡蕊、梁越	防跌倒	视频	1486	395	上海杉达学院	
17	A011	吞咽障碍康复锻炼	方允	防失能	视频	1404	1066	上海市控江医院	



18	A095	智认中国特色头脑养护操	江润、涂媛、王杭昕	防失智	视频	1336	626
19	A009	呼吸的痛之慢性阻塞性肺疾病	顾海燕、张琳艺、陈华	主动健康	视频	1091	165
20	A014	上一秒活蹦乱跳，下一秒半身不遂，小心脑卒中	倪惠、田蓓、宁忠平	防失能	视频	1033	585
21	A077	居安思危，做好不倒翁	张永灵、丁晓云、胡少华	防跌倒	视频	1028	356
22	A048	老年眼健康防控科普	齐欣、李帅、于翰普	主动健康	视频	972	446
23	A030	血压飙升，你的身体在发出警告	王晗、李嘉斌、包杰毅	主动健康	视频	966	349
24	A029	做个健康“不倒翁”	谭思宇、孟凡森、江懿蕊	防跌倒	视频	916	154
25	A056	家有一老，谨防跌倒，重点关注“3个30秒”	徐春柳、徐兴艳、毕娜	防跌倒	视频	798	70
26	A073	失忆比死亡更残酷——如何预防阿尔兹海默症	杨露、李君、郁烨	防失智	视频	718	253
27	A025	卧位呼吸操	费燕、刘泽威、陆静	主动健康	视频	701	174
28	A057	跌倒后自救指南——如何安全起身	余兴艳、徐春柳、毕娜	防跌倒	视频	672	60
29	A013	三防一管：时光不老，用心陪伴	董凤丹	防失能	视频	656	189
30	A006	如何预防老年人跌倒	宋文静、黄玄玄、付立	防跌倒	视频	627	227
31	A074	预防老年人跌倒科普	姜梦、刘静	防跌倒	视频	620	281
32	A026	PICC置管后手臂锻炼功能操	施翠花、费燕、徐雅蓓	主动健康	视频	616	185
33	A058	“三防一管”健康科普——告别社恐，怡享老年	蔡敏慧、许佳燕、闵丹	主动健康	视频	605	121
34	A083	预防老年失能	吴妙珠、伍艳萍、朱健文	防失能	视频	590	213
35	A069	时间外的记忆	陈梦盈、沈卫红、沈英	防失智	视频	445	98

二等奖20人

中桥职业技术学院
上海市控江医院
上海市浦东周浦医院
安徽大学附属第一人民医院
佳木斯大学公共卫生学院
上海市健康医学院
上海市健康医学院
人民解放军第八医学中心
普陀区利群医院
上海市第十人民医院崇明分院
人民解放军第八医学中心
上海市浦东周浦医院
海军军医大学附属第三医院
徐州新健康老年医院
上海市第十人民医院崇明分院
仁济医院
江门市人民医院
复旦大学附属金山医院



36	A071	困在时间里的人	罗艳、祝雨萌、庞倩	防失智	视频	411	141
37	A064	卒不可耐——快速之 别脑卒中	叶婉芬、杨莹、陈巧茹	防失智	视频	408	162
38	A022	夕阳红的健康宝典	张蓓蕾、郁红、张洪波	主动健康	视频	392	151
39	A033	谨防跌倒知多少	曹玲、张晓梅、顾天一	防跌倒	视频	390	132
40	A008	喋“跌”不休之老年人 防跌倒	徐奇、顾海燕、赵珊珊	防跌倒	视频	370	115
41	A053	争做“不倒翁”住院防 跌倒科普版	满洁、彭敏燕、熊桂艳	防跌倒	视频	364	125
42	A023	关注居家腹透，主动 健康	黄红燕、朱双裕、沈慧	主动健康	视频	355	168
43	A068	如何做个不倒翁	陈梦盈、刘丹丹、沈卫红	防跌倒	视频	354	71
44	A098	稳步之道	卫笑笑、张舟	防跌倒	视频	353	181
45	A037	助您争做“不倒翁”的 双重训练	刘莹	主动健康	视频	336	68
46	A043	如何维持大脑健康	郭孝强、郜昱、诸嘉芬	防失智	视频	329	109
47	A007	防失能——大脑也会 电量不足吗？	钱峰、刘芳	防失能	视频	316	102
48	A050	把握“肌”会，远离肌 少症	卞晓蝶、彭利芳、浦嘉妍	防失能	视频	285	93
49	A001	给爷爷做“画钟测试 ”，他能通过吗？	彭新然、张洪瑞、何立新	防失智	视频	281	207
50	A019	秒懂脑卒中后认知障 碍	王莹、顾琳玲、孙婷婷	防失智	视频	263	62
51	A072	预防跌倒小知识，守 护安全大力量	范毛利、常微	防跌倒	视频	260	74
52	A075	甜蜜的冒险	王琦、陈元元、顾海燕	防失能	视频	255	101
53	A021	脑卒中后如何预防跌 倒？	王莹、胡慈贞、朱秀平	防跌倒	视频	230	49
54	A061	人生最后一次骨折 ——股骨颈骨折	沈一诺、戚琳丽、刘懿宁	防跌倒	视频	219	84
55	A020	脑卒中后您出现吞咽 障碍了吗？	王莹、高嵩芹、王亚芹	防失能	视频	218	39

三等奖30
人

陕西康复医院
东莞市大朗医院
上海健康医学院附属崇明医院
内蒙古自治区医院
上海市控江医院
嘉定区中心医院
上海健康医学院附属崇明医院
复旦大学附属金山医院
上海市市东医院
上海市第三康复医院
上海城建职业学院
海军军医大学附属第三医院
嘉定区中心医院
中山大学护理学院
上海市第一康复医院
陕西康复医院
上海第四康复医院
上海市第一康复医院
上海杉达学院
上海市第一康复医院



56	A028	“运动”你的高血脂挚友	郭科霁、李琬迪、邹怀中	主动健康	视频	205	65	上海市健康医学院
57	A046	防失智训	周夏男、姜芊、杨灵	防失智	视频	205	85	上海城建职业学院
58	A041	揭秘失智：早期迹象有哪些？	胡金艳、代小苹、朱羽欣	防失智	视频	204	81	上海城建职业学院
59	A034	糖友护足小妙招	高利坚-李晓莉、闻丽芬	主动健康	视频	198	27	昆明市第二人民医院
60	A079	水盂斗	陈双双、王茹、魏颖	主动健康	视频	196	50	河南省南阳市镇平县人民医院
61	A036	老年幸福靠你我，三防一管无小事	张萍、杨艳姝、罗晓洁	主动健康	视频	191	35	昆明市第二人民医院
62	A015	吃出来的“食管癌”	朱婷婷、邵伟菁、张焱	主动健康	视频	183	45	上海市华东医院
63	A045	探访养老院——预防失智	邓嘉福、翁天一、钱昊哲	防失智	视频	178	46	上海城建职业学院
64	A063	有口难咽	陈巧茹	防失能	视频	178	82	东莞市大朗医院
65	A044	守护记忆的光芒：失智预防与社交互动的奥秘	霍文义、李兰、胡晓爽	防失智	视频	170	57	上海城建职业学院
66	A039	远离老年综合征，乐享健康人生	刘丹丽、李丽君	防失智	视频	166	62	武汉大学中南医院
67	A099	一起来跳操	张晓磊、高嵩芹、李奕雯	主动健康	视频	165	34	上海市第一康复医院
68	A059	活力无极限——健康生活助力幸福晚年	郭拉拉、薛文慧、赵寒玥	主动健康	视频	147	60	上海杉达学院
69	A017	正确使用轮椅，有效预防跌倒	沈艳梅、王雯婷、朱燕燕	防跌倒	视频	140	16	上海市第一康复医院
70	A047	“糖”友日常：日常生活中的糖尿病管理	朱湘豫、胡诗彤、刘畅	主动健康	视频	139	31	上海城建职业学院
71	A078	以爱之名，用心呵护	左佳、蒋玉立	防失智	视频	122	25	新江湾城社区卫生服务中心
72	A051	十二个穴位，助你“屹立不倒”	陈燕、卫范丽、朱袁琳	防跌倒	视频	111	19	嘉定区中心医院
73	A035	术后老年患者如何移动翻身起床防止跌倒	李梦娴、周荣竹、和顺香	防跌倒	视频	95	22	昆明市第二人民医院
74	A018	手指操预防认知障碍	顾琳玲、周苗苗	防失智	视频	92	23	上海市第一康复医院
75	A089	面对骨质疏松你知道如何预防吗？	冯英璞、许珺、丁玉华	主动健康	视频	92	15	河南省人民医院



76	A042	记忆守护者：与老龄共舞的记忆秘诀	刘畅、胡诗彤、王卿	防失智	视频	63	8
77	A087	给卧床老人喂饭时，你站着还是坐着呢？	冯英璞、许珺、丁玉华	防失能	视频	63	12
78	A080	吃动平衡，健康夕阳	王丽娜、海昕、李中明	主动健康	视频	57	11
79	A005	消失的扑通声	赖碧红、邱红、禹小娟	防跌倒	视频	53	16
80	A091	家有卧床患者，您会皮肤护理吗？	王宁 赵小念	防失能	视频	53	11
81	A086	老年人为什么容易发生误吸？	冯英璞、许珺、丁玉华	防失能	视频	45	12
82	A062	一起学做不倒翁	陆赖桂、麦结珍	防跌倒	视频	40	9
83	A096	老年人跌倒预防金标准——平衡自测及练习	张喆安	防跌倒	视频	33	18
84	A085	如何预防老年人跌倒？	冯英璞、许珺、丁玉华	防跌倒	视频	27	8
85	A090	此瘤非彼瘤	王丞迪	防失智	视频	19	3
86	A032	方向养生行为，你中招了没	王泽颖	主动健康	视频	13	2
87	A016	老年高血压	夏碧云、白姣姣、黄云霞	主动健康	视频	12	2
88	A049	跌倒那些事	孙海荣	防跌倒	视频	11	3
89	A055	老年肌少症删减	张一清	防失能	视频	11	1
90	A082	三分钟带你了解主观认知下降	易茹雪、徐子为	防失智	视频	10	2
91	A012	老年健康之“三防一管”	周钰珉、李倩	主动健康	视频	8	1
92	A038	预防跌倒，让老人学做“不倒翁”	马霞、蔡雷琦、王旭峰	防跌倒	视频	8	1
93	A070	防失智训练操——手指操	马慧敏、王昕、傅雪东	防失智	视频	8	0
94	A024	老年健康生活之关爱前列腺	沈晶、沈玲利、陈萍	主动健康	视频	7	0

优胜奖40人

上海城建职业学院
河南省人民医院
河南省南阳市镇平县人民医院
上海市浦东医院
河南省人民医院
河南省人民医院
佛山市第一人民医院
上海市第一康复医院
河南省人民医院
河南省人民医院
内蒙古自治区医院
上海市华东医院
徐州新健康老年医院
江苏省人民医院和国家区域医疗中心重庆分院（綦江区人民医院）
南方医科大学附属护理学院
上海浦东周浦医院
济南市疾控中心
大连市金州区第一人民医院
上海健康医学院附属崇明医院



95	A066	身边的意外	姚诗婕、李佳乐	防跌倒	视频	7	2
96	A088	老年人营养摄入问题 你知道多少呢?	冯英璞、许珺、丁玉华	主动健康	视频	7	1
97	A010	倪阿姨闯关记之脑卒中 中早期识别	倪笑媛、陈华、邵春萍	防失智	视频	6	0
98	A040	醉倒不可怕，不会摔 才可怕	季恬、朱徐昉、万莉	防跌倒	视频	5	0
99	A084	卒中患者居家需要哪 些环境改变?	冯英璞、许珺、丁玉华	防失智	视频	5	1
100	A054	大脑锻炼：预防老年 失智的关键策略	吉娜	防失智	视频	2	0

上海城建职业学院
河南省人民医院
上海市控江医院
武汉大学中南医院
河南省人民医院
广州市番禺区康复医院



“三防一管”科普文章获奖作品（数据截至2024年5月30日）

序号	编号	标题	作者	作品种类	作品类型	阅读量	点赞量	获得奖项	所属单位
1	C011	老有所防，健康无忧	刘淑娟，沈红，杨迎	主动健康	文章	13220	1300	一等奖10人	上海市同仁医院
2	C091	防跌倒！老年人骨质疏松的预防与应对策略	万晋瑞、季奕、李梦森	防跌倒	文章	11151	342		上海杉达学院
3	C175	以自立为抓手，打破失能困境	俞嘉怡	防失能	文章	9981	1319		中桥职业技术学院
4	C005	助您成为“拆弹专家”	姜倩、余文倩、张卓琼	防失能	文章	6497	2967		阳光康复中心
5	C038	关注老年人心理健康，别让抑郁症影响晚年生活	孟庆闻、徐丽华	主动健康	文章	4351	2216		普陀区精神卫生中心
6	C022	早防早“智”，远离痴呆1	彭娟、李柳梅、王爱瑞	防失智	文章	3258	1549		海军军医大学第三附属医院
7	C128	脑卒中后这样预防跌倒，您做对了吗？	刘云娥、孙方贞、于婷婷	防跌倒	文章	2567	552		火箭特色医学中心
8	C174	双“管”齐下，降低血压	侯敏、俞嘉怡	主动健康	文章	2256	284		中桥职业技术学院
9	C081	老年人防失能小贴士	刘娜、尹路、王小芳	防失能	文章	1738	612		同济大学附属东方医院
10	C090	守护银发时光，老年人摔倒自救小指南	宁文琦、王易玄、周婷	防跌倒	文章	1418	388		上海杉达学院
11	C185	老年人三防一管	李宛霖、陆佳芸、李梦婷	主动健康	文章	1211	280	上海市思博职业技术学院	
12	C018	解锁音乐的奥秘：和轻度认知功能障碍Say Bye Bye	范荣荣、盛月红	防失智	文章	1146	977	海军军医大学第三附属医院	
13	C053	健康生活新策略：“三防一管”科普内容助力老年人提升生活质量	严一峰	主动健康	文章	921	352	上海健康医学院附属崇明医院	
14	C076	话说“甜蜜的杀手”离你有多远	李萍、陈玥、周叶	主动健康	文章	883	170	上海邮电医院	
15	C049	学会健康生活管理，让我们一起老有所乐！	张徐	防跌倒	文章	731	368	上海健康医学院附属崇明医院	
16	C122	老小孩大胆往前走	侯瑜君	防跌倒	文章	641	199	河南省南阳市镇平县人民医院	
17	C037	如何让老年人享受平稳的晚年生活	徐丽华、孟庆闻	防跌倒	文章	618	125	普陀区精神卫生中心	
18	C121	对于脑卒中后患者的预防跌倒	郭瑞丽	防跌倒	文章	595	83	河南省南阳市镇平县人民医院	
19	C161	守护银发时光	方紫怡	主动健康	文章	578	246	上海市思博职业技术学院	



20	C029	护理防跌：守护健康，从细节做起	郑燕梅	防跌倒	文章	566	348	二等奖20人	海军军医大学第三附属医院
21	C065	三防一管：守护身体之力，远离失能的阴霾	申宇倩、陈佳	防失能	文章	551	164		上海中医药大学附属曙光医院
22	C177	科学防跌倒，助力老年健康	王祁、沈依宁	防跌倒	文章	513	223		中桥职业技术学院
23	C035	健康生活方式养成——远离尿失禁	王鹰、柳洲	主动健康	文章	463	170		上海浦东周浦医院
24	C083	坚持每天动一动，您的大脑不“失聪”	李子璇、周菊红、张娴	防失智	文章	432	164		徐汇区漕河泾街道卫生服务中心
25	C055	让失能老人笑对生活	卫笑笑、徐建文、羌红	防失智	文章	387	183		上海市市东医院
26	C070	中医养生保健护理,助力老人健康	陈晨	主动健康	文章	380	148		上海中医药大学附属曙光医院
27	C123	下肢动脉硬化闭塞症患者：如何有效预防失能？	于楠楠、于英	防失能	文章	342	61		烟台毓璜顶医院
28	C103	糖尿病患者如何做好足背动脉的自我检查及足部护理呢	左敏静、徐星、王庆媛	主动健康	文章	340	81		淮安市中医院
29	C102	吉布斯反思循环助力老年糖友安全前行	左敏静、徐星、杨滢滢	主动健康	文章	336	76		淮安市中医院
30	C006	别让爱与记忆，困在时间里——阿尔茨海默症	姚漪蔚、许剑蕾、安小九	防失智	文章	333	130		阳光康复中心
31	C115	给大脑洗个澡吧	张璠杰	防失智	文章	332	139		普陀区精神卫生中心
32	C108	预防跌倒，安度晚年	查蓉	防跌倒	文章	304	109		普陀区精神卫生中心
33	C077	守卫银发族，健康的晚年生活	任傲、刘娜、王小芳	防跌倒	文章	269	151		同济大学附属东方医院
34	C033	“老糊涂”怎么办？赶紧“动”起来！	李雪媛	防失智	文章	264	4		上海浦东周浦医院
35	C021	安全无小事，跌倒要预防	刘欢	防跌倒	文章	233	95		海军军医大学第三附属医院
36	C106	甜蜜的冒险	王琦、陈元元、顾海燕	主动健康	文章	222	100		上海第四康复医院
37	C008	呛咳致死率高，五部曲巧妙应对	吴昉、叶燕、金红	防失能	文章	213	80		上海市同仁医院
38	C160	三防一管	施想	主动健康	文章	200	99		上海市思博职业技术学院
39	C009	防跌倒健康宣教	赵琼，杨玉铃	防跌倒	文章	198	57		上海市同仁医院
40	C092	“跌跌”不休	陈晃媚	防跌倒	文章	192	86		东莞市大朗医院
41	C125	失智老人安全家庭照护科普	蒋亦青、郭君诺、马紫莹	防失能	文章	191	76		上海市健康医学院卫生学校



42	C060	陪老人多聊天对预防痴呆有用吗?	沈青	防失智	文章	187	68	三等奖30人	上海中医药大学附属曙光医院
43	C094	守护人生关键时刻	柏茗茗	主动健康	文章	180	79		佳木斯大学公共卫生学院
44	C026	学习跌倒知识,人人做个不倒翁	杨邦兰、陈丽珊	防跌倒	文章	178	52		海军军医大学第三附属医院
45	C061	不要踩错坑—老年失智症的认识误区	徐丽萍	防失智	文章	171	72		上海中医药大学附属曙光医院
46	C030	糖尿病足部护理小知识	丁晓妹	主动健康	文章	165	54		上海市控江医院
47	C043	呼吸训练——“肺阳阳”后如何“吸洋洋”	王巨睿、马名扬、丁晔	主动健康	文章	139	79		上海市第一康复医院
48	C068	现代化设备在老年失智症中的应用	周维娜、曾婷	防失智	文章	139	58		上海中医药大学附属曙光医院
49	C084	家有阿尔茨海默病患者如何防走失?这些妙招请收好!	陈燕、朱袁琳	防失智	文章	135	1		嘉定区中心医院
50	C085	钓鱼竟然钓进了监护室	李艳、李景月、江亚婷	主动健康	文章	130	46		嘉定区中心医院
51	C126	老年人养生益脑,不防学学电脑上	闵保华	主动健康	文章	126	48		空军军医大学唐都医院
52	C058	认知症怎么办?!计算力注意力不分家!	李含滢、朱鑫瑶、顾仁珍	防失智	文章	125	37		上海市健康医学院
53	C045	让老人不再“跌跌”不休	王巨睿、彭广卫、丁晔	防跌倒	文章	124	65		上海市第一康复医院
54	C040	憋不住?尿不出?神经源性膀胱你了解多少?	胡慈贞	主动健康	文章	114	20		上海市第一康复医院
55	C044	髂腰肌处理巧治便秘	王巨睿、丁晔、彭广卫	主动健康	文章	105	65		上海市第一康复医院
56	C034	智享金年:老年生活的三防一管指南	王婧	防跌倒	文章	96	28		上海浦东周浦医院
57	C046	防跌倒评估先行	王小青、巩玲	防跌倒	文章	94	11		上海市第一康复医院
58	C072	糖友的运动疗法	马欣、黄红梅、殷利菊	主动健康	文章	94	17		昆明市第二人民医院
59	C088	预防失智,健康长寿之道	范翔宇	防失智	文章	90	13		上海杉达学院
60	C071	空巢老人心理健康	刘杨杨	主动健康	文章	89	13		内蒙古自治区医院
61	C105	跌倒有招,科普老年人防跌必备指南	周红、董文文、王一旭	防跌倒	文章	87	37		徐州新健康老年医院
62	C073	活力不倒翁-老年人平衡锻炼	伊丽超、张萍、闻丽芬	防跌倒	文章	85	11		昆明市第二人民医院
63	C112	“肌”不可失	唐海燕	防跌倒	文章	84	17		普陀区精神卫生中心



64	C110	稳步前行,助力老年人安全	陆瑶瑜	防跌倒	文章	75	31
65	C015	老年人跌倒科普“那点事”	赵刚、阚海燕、胡艳丽、	防跌倒	文章	67	18
66	C087	跨越时光的挑战作品	周鹰翼	防失智	文章	60	21
67	C039	让失智老人不“失质”	顾宇珍、倪缪苗、方璐	防失智	文章	58	13
68	C133	发现颈动脉斑块怎么办?	赵燕燕	主动健康	文章	48	3
69	C041	你了解失智症吗?	吕菁俊	防失智	文章	46	20
70	C119	预防肌少症,呵护老年健康	王丽娜	主动健康	文章	45	8
71	C173	三防一管:老年健康管理的关键	王涛	主动健康	文章	42	13
72	C113	老年人日常生活实用肌肉锻炼	魏雪纯	主动健康	文章	41	16
73	C178	“舌尖上的细菌”—幽门螺旋杆菌	徐鹤	主动健康	文章	35	4
74	C089	生活方式和认知健康:预防阿尔茨海默症的关键因素	马启皓、明子筠	防失智	文章	32	6
75	C129	老年人跌倒预防	马瑶	防跌倒	文章	31	3
76	C107	阿尔茨海默症与手指操	秦金燕	防失智	文章	26	9
77	C132	守护膝盖,正确跳绳	王婷婷	主动健康	文章	26	1
78	C127	流光容易把人抛,此时“有声”胜“无声”	周璇、周兰妹、孙凯强	防失能	文章	25	2
79	C080	认识失能,预防未来成为失能老人我们能做些什么?	陈丽娜、刘娜、王小芳	防失能	文章	24	4
80	C013	老年人跌倒很危险!如何争做“不倒翁”?	沈花	防跌倒	文章	22	3
81	C109	阿尔茨海默病还有不(B)怕(P)死(S)的(D)?	干苗凤	防失智	文章	22	7
82	C131	预防脑梗死,阿司匹林吃还是不吃?	仝其娅	主动健康	文章	22	1
83	C082	对老年人的关心,在于“行动”	冒鑫睿、刘娜、王小芳	防失能	文章	20	3
84	C098	守护银发族的灿烂笑容,让爱从“齿”开始	高雪峰	主动健康	文章	20	4
85	C134	预防跌倒,健康生活	朱新兰	防跌倒	文章	18	1
86	C020	医院跌倒大部分都发生在早晚间,那我们如何来预防?	李娜	防跌倒	文章	13	1

优胜奖40人

普陀区精神卫生中心
上海市同仁医院
上海杉达学院
上海市第一康复医院
河南省人民医院
上海市第一康复医院
河南省南阳市镇平县人民医院
中桥职业技术学院
普陀区精神卫生中心
0
上海杉达学院
河南省人民医院
普陀区精神卫生中心
河南省人民医院
海军军医大学护理系
同济大学附属东方医院
上海市同仁医院
普陀区精神卫生中心
河南省人民医院
同济大学附属东方医院
哈尔滨医科大学
河南省人民医院
海军军医大学第三附属医院



87	C074	寿比南山松，笑做不倒翁	梁碧娟	防跌倒	文章	13	1
88	C086	预防“生命中的最后一次跌倒”	夏康、徐丽莎	防失能	文章	10	1
89	C100	心血管疾病患者怎样克服运动恐惧	王靖洋、刘欢乐、唐世锐	主动健康	文章	10	2
90	C182	你会得老年痴呆吗？	黄智伟	防失智	文章	10	3
91	C036	珍爱每一步：老年生活的科学“守护神”	周钰珉、李倩	主动健康	文章	6	1
92	C052	天天防跌倒	陆利娟	防跌倒	文章	6	1
93	C069	预防失智我们不失职	朱逸旻、陶茹	防失智	文章	6	0
94	C162	老年人防跌倒、防失智、防失能及如何主动健康生活的科普	刘言	主动健康	文章	6	0
95	C075	耄耋期颐，尚能饭否	盍玉婷、莽达纯	主动健康	文章	5	0
96	C167	三防一管：共筑健康之堤	杨瀚清	主动健康	文章	5	0
97	C051	稳步前行	李潘林、杨亚娟	防跌倒	文章	4	0
98	C054	年华守护者：主动健康，乐享晚年	刘洋、康佳、刘怡	主动健康	文章	4	1
99	C101	“人老痴呆”不是宿命，运动预防走在前面	陈萌、蔡芮芝	防失智	文章	4	0
100	C097	早认知、早预防	沈卫红	防失智	文章	2	0

昆明市第二人民医院
嘉定区中心医院
成都中医药大学
上海市思博职业技术学院
上海浦东周浦医院
上海健康医学院附属崇明医院
上海中医药大学附属曙光医院
上海市思博职业技术学院
上海市第二康复医院
上海市思博职业技术学院
上海健康医学院附属崇明医院
上海第四人民医院
海军军医大学基础学院
复旦大学附属金山医院

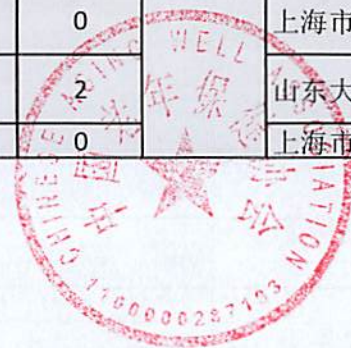


“三防一管”科普漫画获奖作品（数据截至2024年5月30日）

序号	编号	标题	作者	作品种类	作品类型	阅读量	点赞量	获得奖项	所属单位
1	B021	三个“半分钟，起床防跌	顾菁华	防跌倒	漫画	10035	2181	一等奖6人	上海中医药大学附属曙光医院
2	B015	魔力经颅磁，让你告别失眠烦恼	郑玉霞、文卉子、尚琬迪	主动健康	漫画	4334	1712		上海市第一康复医院
3	B012	老年心绞痛的预防	夏碧芸、白姣姣、卢佳士	主动健康	漫画	2309	1002		上海市华东医院
4	B016	我的健康生活	黄赛赛	主动健康	漫画	2213	1414		上海健康医学院附属崇明医院
5	B203	主动健康生活方式——生活能力锻炼	徐蓓莉、王峥、白姣姣	主动健康	漫画	1824	1051		上海市华东医院
6	B025	失智症的预防	李园园、李玉虎、任庆华	防失智	漫画	1748	714		江门市人民医院
7	B007	爱暖人心，失“智”可依	赵思祺、薛文诗、冯雨晗	防失智	漫画	1664	865	二等奖12人	上海中桥职业技术大学
8	B014	老年痴呆 退！退！退！	郑玉霞、尚琬迪、戴柔草	防失智	漫画	1570	308		上海市第一康复医院
9	B028	食事讲科学，金秋好生活	安琪莹、缪骏昊、张薇	主动健康	漫画	1099	509		海军军医大学大学基础医学院
10	B006	雪后出行防跌倒	李硕薇、余兴艳、毕娜	防跌倒	漫画	1005	67		人民解放军第八医学中心
11	B017	慢阻肺患者的健康生活	何绍华、邵军、刘泽威	主动健康	漫画	687	219		上海市第十人民医院崇明分院
12	B003	老年不易，防范常伴	欧金淳	主动健康	漫画	570	318		上海中桥职业技术大学
13	B008	繁花依旧，爷叔安康！	龚辉	防跌倒	漫画	369	186		阳光康复中心
14	B027	三防一管，凝聚社会力量，关爱老人健康	蒋魏、邹红	主动健康	漫画	254	128		沪东老年护理院
15	B009	措施做的好，才能“自信”防跌倒	余颖姗、杨世佳、李珅琳	防跌倒	漫画	252	62		上海市同仁医院
16	B001	科学预防老年跌倒，守护他们“稳稳的幸福”	王萍、陈华	防跌倒	漫画	158	37		上海市控江医院
17	B023	笑做不倒翁	黄娇娜、张泽林、何昕	防跌倒	漫画	143	15		嘉定区南翔医院
18	B010	老年人的健康生活方式	周妍、张丽	防失智	漫画	127	39		上海市控江医院
19	B005	外婆吃药啦！	冯雨轩、杨浩林、王祎文	主动健康	漫画	122	45	上海市健康医学院	
20	B011	老年人噎食的预防	朱婷婷、夏碧芸、朱苾予	防失能	漫画	122	32	上海市华东医院	
21	B013	健康不“倒”翁	李怡幸、周悦、杨雨桐	防跌倒	漫画	110	43	上海市第一康复医院	
22	B022	雪后出行，“防摔秘籍”可少不了	高鹏、戴欣、符黄黄	防跌倒	漫画	106	15	上海市东方医院	



23	B026	关爱失能老人，居家照护科普	马紫莹	防失能	漫画	104	47	三等奖15人	上海市健康医学院卫生学校
24	B019	拨云见日——白内障知识科普	冯雨轩、杨浩林、许珈李	防跌倒	漫画	97	32		上海市健康医学院
25	B020	拄杖暂歇徐徐游，莫因跌倒添忧愁	邱章涵	防跌倒	漫画	74	21		上海市健康医学院
26	B202	防失智——手势锻炼操	韩思园、王峥、白姣姣	防失智	漫画	60	10		上海市华东医院
27	B201	防失能——报纸棒操	侯蓓蓓、王峥、白姣姣	防失能	漫画	59	17		上海市华东医院
28	B018	跌跌不休，平安不久	许惠惠、冯雨轩、查茜	防跌倒	漫画	40	16		上海市健康医学院
29	B200	防跌倒锻炼	丁缪辰、王峥、白姣姣	防跌倒	漫画	38	4		上海市华东医院
30	B024	滚蛋吧，肿瘤君，让肿瘤远离我们的生活	辛宁、张梅、齐文哲	主动健康	漫画	25	3		解放军960医院
31	B002	年华守护者：主动健康，乐享晚年	刘洋	主动健康	漫画	18	0		上海市第四人民医院
32	B029	做健康的不倒翁，享稳稳的幸福	张亚、王静、辛宁	防跌倒	漫画	16	2		山东大学齐鲁医院
33	B004	老年生活的三防一管指南	王靖	主动健康	漫画	12	0		上海市周浦医院



“三防一管”科普微课获奖作品（数据截至2024年5月30日）

序号	编号	标题	作者	作品种类	作品类型	阅读量	点赞量	获得奖项	所属单位
1	D028	三防一管	周丽芸、胡逸菲、王怡宁	主动健康	微课	3633	458	一等奖 5人	上海市思博职业技术学院
2	D026	知老防老 向阳而生	寿佳慧、谭嘉丽	主动健康	微课	2119	1020		中桥职业技术学院
3	D009	老年综合征之--预防跌倒管理	李晓莉、闻丽芬、高利坚	防跌倒	微课	2053	1027		昆明市第二人民医院
4	D021	“三防一管”知识科普	陈佳希、胡佳卉	主动健康	微课	1322	537		上海中桥职业技术大学
5	D019	老年人三防一管	李宛霖、陆佳芸、李梦婷	主动健康	微课	1052	286		上海市思博职业技术学院
6	D008	预防老年痴呆	赵艳、杨萍、保丽萍	防失智	微课	852	60		昆明市第二人民医院
7	D025	三防一管系列小讲课之防跌倒	王泽颖、李萍、张国平	防跌倒	微课	820	192	二等奖 10人	上海市邮电医院
8	D024	痴呆症--立防早治，无问早晚	张歆越	防失智	微课	584	223		上海市健康医学院
9	D012	老年健康微课堂，之吞咽健康篇	任娜、张媛媛	防失能	微课	583	216		陕西康复医院
10	D001	“防失能之肌肉减少症”	杨阳、郭君诺、王贝琦	主动健康	微课	404	196		上海市健康医学院
11	D011	爱心呵护，促进健康	杨艳姝、张萍、闻丽芬	主动健康	微课	308	86		昆明市第二人民医院
12	D004	老年人预防跌倒小课堂	尹正阳、何栋、赵珊珊	防跌倒	微课	272	120		杭州师范大学公共卫生学院
13	D200	糖尿病健康知识普及	程心妍、黄俊杰、唐璟、	主动健康	微课	261	111		武汉大学护理学院
14	D002	三防一管	叶景发 徐冠球 艾欣燃	主动健康	微课	224	76		佳木斯大学公共卫生学院
15	D201	老年跌倒预防	向伊凡、罗楚媛、聂梦缘	防跌倒	微课	218	83		武汉大学护理学院
16	D013	甜蜜的冒险	王琦、陈元元、顾海燕	主动健康	微课	203	101		上海第四康复医院
17	D006	您害怕摔跤跌倒不?	沈艳梅、曹妮雯	防跌倒	微课	163	15	上海市第一康复医院	
18	D003	注重老年“三防一管” 共建健康晚年生活	黄雯丽、蒋慧、张清灵	主动健康	微课	132	45	成都医学院	
19	D014	老年健康与疾病管理	贾冰雁、陈琳	主动健康	微课	95	47	上海市健康医学院附属卫生学校	
20	D023	预防老年人失能，我们能做什么?	王在岩、李筱妍	防失能	微课	63	30	上海市浦东周浦医院	



21	D010	让爱无憾，守护银发时光	徐艳琼、杨玉茹、赵玉英	防失智	微课	56	19	三等奖 15人	昆明市第二人民医院
22	D005	跌倒防范安全管理		防跌倒	微课	14	0		上海市同仁医院
23	D029	对老人多一些关心	杨奕X、翱鸣、陈忠烨	防失能	微课	13	0		中桥职业技术学院
24	D016	三防一管	刘娜娜	主动健康	微课	12	0		上海市思博职业技术学院
25	D027	“三防一管”小课堂	金梦雨、陈娟	主动健康	微课	12	1		上海城建职业学院
26	D020	三防一管及其他老年疾病与健康主题汇报	张骏豪、曹思怡	主动健康	微课	11	3		上海市思博职业技术学院
27	D007	胃是个情绪器官	王泽颖	主动健康	微课	8	0		内蒙古自治区医院
28	D015	论三防一管	杨皓天	主动健康	微课	7	1		上海市思博职业技术学院
29	D018	全国适老化医疗健康管理服务体系	周誉博	主动健康	微课	7	0		上海市思博职业技术学院
30	D017	预防跌倒，从小事做起！	张春枫	防跌倒	微课	3	0		上海市思博职业技术学院

