中 国 康 复 医 学 会

中康函发〔2025〕301号

中国康复医学会青年工作委员会2025“健康生活，康复同行”康复科普演讲大赛决赛的通知

各有关单位：

为普及康复医学知识、提升全民健康素养，为青年康复工作者搭建展示平台，发掘科普人才，促进康复医学科普事业高质量发展，中国康复医学会青年工作委员会特举办“健康生活，康复同行”康复科普演讲大赛。大赛自启动以来，受到广泛关注与参与，四个参赛组共收到参赛作品两百余份。经大赛评审专家组评审，最终确定入围决赛作品，并将于2025年11月上旬在贵州省铜仁市进行现场决赛，现将有关事项通知如下：

一、组织机构

主办单位：中国康复医学会青年工作委员会

承办单位：铜仁市中医医院

协办单位：铜仁市中医药学会中西医结合康复分会

二、时间与地点

时间：2025年11月7日

地点：贵州省铜仁市

三、参赛对象

经大赛评审专家组评审入围决赛的参赛团队及个人（具体名单见附件），包含以下类别：

- 职业组团队（32份作品）
- 职业组个人（9份作品）
- 学生组团队（13份作品）
- 学生组个人（7份作品）

四、赛事安排

1. 参赛选手/团队需按后续通知的报到时间完成报到，报到后于指定时间（详见报到后组委会通知）在大赛组委会抽签确定出场顺序。

2. 决赛当日具体开赛时间另行通知，所有参赛选手/团队及陪同人员需在比赛开始前20分钟有序就座。

3. 参赛选手/团队按照抽取的出场顺序进行现场科普演讲，演讲过程中必须配合PPT演示；每部作品演讲时长不超过6分钟，选手演讲服装自备。

4. 专家评委根据以下标准现场评审打分：

内容科学性：确保科普内容准确、符合医学常识

逻辑结构：演讲内容条理清晰、层次分明

语言表达：表述清晰、流畅，具有感染力

团队协作与配合：成员分工明确、配合默契（仅针对团队组）

PPT视觉呈现效果：设计简洁美观、与内容匹配度高

肢体语言：肢体表达自然、贴合演讲内容

时间掌控：严格遵守6分钟时长要求

整体科普效果：达到普及知识、传递价值的目标

详细作品要求及注意事项参阅“关于举办中国康复医学会青年工作委员会‘健康生活，康复同行’康复科普演讲大赛的通知”。

五、联系方式

联系人：毛璐熙 17303830398

邢大鹏 18614986626

附件：决赛作品入围名单（排名不分先后）

中国康复医学会

2025年10月24日

附件：决赛作品入围名单（排名不分先后）

职业组-团队		
序号	**作品名称**	**负责人**
1	你真的睡好了吗?多导睡眠监测-PSG	赵端
2	毫火针疗法	肖红
3	康复赋能，主动健康点亮生活	张丹婧
4	科学运动减重：开启健康新人生	孙粒
5	唤醒大脑的“隐形磁力”——经颅磁刺激技术（TMS)的康复奥秘	高悦
6	越休息越喘?越运动越危险?COPD 康复的两难选择	王旭
7	我的肩不是肩，是“钢筋混凝土”	龙秀金
8	“睛”彩世界，点“亮”光明未来	王颖异
9	稳如泰山，乐享晚年——老年人防摔倒攻略	仇辉
10	康复双簧：走出步行训练的雷区	李远雷
11	别让“天鹅颈”失色：守护颈椎的自然曲线之美	李珍
12	《扭转乾坤》----科学处理运动扭伤	刘雪梅
13	减肥人的“电子榨菜” 刷完这些知识就能瘦	吕卫华
14	正确认识口吃——口吃何惧，避误前行	宋静静
15	用“床垫理论视角”打开腰椎间盘突出	章华
16	破除喂食误区，守护重症康复	孙增春
17	《糖足康复记》糖尿病足科普相声	郑娟娟
18	昂起胸膛，做挺拔少年！	陈展鹏
19	家的力量——卒中康复新“栋”力	赵春叶
20	为爱启航，点亮未来--早产儿早期干预的意义	李威
21	当三高遇见体重管理年	何廷娅
22	一场关于“动与静”的终极审判	张金钗
23	从肩手综合征到经络 SAP 大冒险	张星
24	康复神探办“案”记-谁“锁”住了你的手？	冯娅
25	薪火相传的智慧：火熨术 熨平病痛，点燃希望	向剑英
26	”喂“爱守护”食“刻关心	石慧
27	“千里之行，始于足下”——科学护踝小妙招	蔡三春
28	按下“暂停”键：如何安全度过身体的“风暴时刻”	黄一娇
29	立位呼吸操	李茂珍
30	“护宫行动---从减少人流开始”	宋春荟
31	哪些误区会让运动损伤“雪上加霜”？	马家惠
32	热搜背后的“腰”险	甄佳美

职业组-团队		
序号	作品名称	负责人
职业组-个人		
1	从“活下来”到“活得好”康复医学的时代新使命	周志霞
2	年轻也会中风，破除脑卒中 5 大误区	江艳
3	吞咽之旅，步步为“营”	简凤
4	康复不是回到从前康复是带着经历向前	马帅
5	拒绝挎篮，健康同行	赵伟杰
6	重拾生活信心物理治疗的力量	陆得荣
7	科学运动解决减肥绊脚石-皮质醇	黄柳熔
8	强哭强笑	李松
9	笑解膝痛迷思	沈剑
学生组-团队		
1	经颅磁电刺激仪器的科普解读	田红雨
2	走进“星星的孩子”解锁儿童孤独症的神秘密码	苗怡婧
3	康复研究生揭秘：孩子圆肩驼背与脊柱侧弯，在家就能练的矫正方案	黄淑钧
4	警惕“隐性杀手”老年人跌倒预防全攻略	李明霜
5	盆底肌的“重启计划	李明霜
6	灸掉”颈“箍咒	梅雪
7	居家康复有妙招，社区指导来撑腰	唐沁宇
8	当妈妈的笑容开始疼痛——一场关于“颞下颌关节”的全民科普	张瀚頔
9	肩颈“松绑”指南-职场人 3 分钟告别“僵硬警报”	杨蝶
10	六分钟轻松练！解决宝宝音‘gk’音发音难题	姚印
11	AI 赋能创造医学康复新未来	董怡彤
12	痛痛痛不能动—关注腰椎间盘突出症，不做“木头人”	焦冰冰
13	健康生活从“颈”开始	谢梦佳
学生组-个人		
1	盆底之忧-难以启齿的困扰和康复之道	郭小寒
2	被折叠的时光，我的生命舒展之路	于富安
3	支撑有方，行走无碍	魏天琪
4	《打败“腰”怪》	黄鑫悦
5	《打破认知！医学信息学如何重构康复新理念》	王麒淇
6	爱不能沉“默”—阿尔茨海默病的家庭康复方法	逯心雨
7	腰疼腿麻——你的腰“突”然怎么了？揭秘腰突的真相与康复	陈宣合