

世界睡眠日义诊活动总结 (通用4篇)

篇1：世界睡眠日义诊活动总结

20xx年3月21日是“世界睡眠日”，睡眠障碍已严重影响了人们的身心健康，为唤起全社会对睡眠健康重要性的关注，西安医学院第二附属医院门诊部组织神经内二科、耳鼻喉科、精神卫生(心理咨询)门诊的著多位专家及其他医护人员，在门诊大厅举办了睡眠相关知识的普及及义诊活动。

门诊部在活动前期对本次义诊做出相关策划，通过微信、电子屏、横幅、桌牌、宣传册、海报等形式进行了宣传。活动现场耳鼻喉科主任孙文艳博士就引起失眠的原因、危害，睡眠呼吸障碍(如打鼾)原因、危害、治疗等方面深入浅出的为市民们做了生动的讲解，并为部分患者做了相关专科检查。神经内二科主任郑希院主任医师、赵志敏副主任医师就如何科学管理睡眠，克服睡眠障碍等睡眠中的问题进行了详细的讲解，为受睡眠困扰的患者耐心细致地提供了咨询服务。

活动中患者及家属积极参与，有的人看展牌，有的人拿宣传单，有的人咨询，人来人往很是热闹。共发放了宣传册200余份。活动间歇期，门诊部医务人员为大家表演了健康健美操，展现出了春的勃勃生机与活力。表演现场气氛活跃，市民们踊跃加入，让健康从每天开始!

此次活动在各部门的精诚协作下圆满结束，过往患者及家属受益匪浅，他们一致表示此类活动一定要多来两次。

篇2：世界睡眠日义诊活动总结

3月21日是世界睡眠日，我老年呼吸内科在医院门诊大厅开展了睡眠日宣传及睡眠鼾症义诊活动，受到了广大患者的欢迎。

长期失眠，不仅仅影响个人生活质量，还会对人体的内分泌和免疫功能产生影响，会损害到心血管系统和自主神经系统，从而造成自主神经紊乱及其他疾病的发生。“昨晚，您睡得好吗？”——今年3月21日是第12个世界睡眠日，主题是“多睡一小时”。

21日上午，老年呼吸内科XX副教授，XX、XX、XX等睡眠室工作人员在门诊大厅进行睡眠日宣传及睡眠鼾症义诊。活动中，发放了200余份睡眠健康宣传资料，完成了XX余人次的咨询及X余人次诊疗。不少患者及市民向医务人员询问了相关的睡眠健康知识及常见的睡眠问题，其中不乏合并冠心病、高血压的肥胖患者，也有带鼾症患儿看病的家长和因睡眠障碍求诊的更年期女性。

据XX副教授介绍：为唤起全民对睡眠重要性的认识，20xx年，国际精神卫生和神经科学基金会主办的全球睡眠和健康计划发起了一项全球性的活动，将每年初春的第一天—3

月21日定为“世界睡眠日”。活动的重点在于引起人们对睡眠重要性和睡眠质量的关注。长期的睡眠不足、睡眠品质差可导致人体生理机能紊乱，影响工作学习，现已成为威胁广大人民群众的一个突出问题。人们需清醒地认识到，睡眠与健康息息相关，充足的睡眠对健康尤为重要。正常人持续一个月内每周有三次以上的入睡困难或者早醒，经半个月调整未果，就必须就医。

篇3：世界睡眠日义诊活动总结

3月21日是第16个世界睡眠日，今年的主题是“美好睡眠，放飞梦想”。为了配合本次睡眠日宣传活动，普及睡眠健康知识，市人民医院5个科室联合举行义诊活动，为睡眠障碍患者现场答疑解惑，并发放宣传资料，普及睡眠健康知识。

昨日上午，我院耳鼻咽喉科、呼吸内科、神经内科、消化内科、肿瘤内科的10多名医护人员来到阳东东城东润市场，给过往群众开展义诊、测量血压和提供咨询，并发放科普知识宣传资料XX多份，为慕名而来的市民答疑解惑，宣传普及科学睡眠知识。

睡眠是人的基本生理要求，人体通过睡眠消除疲劳、恢复体力。长期的睡眠障碍如入睡困难、早醒、睡眠不安、失眠等，会造成记忆力减退，甚至头痛头晕，情绪失控，性格改变，还容易引发焦虑、抑郁情绪、高血压、冠心病、脑血病、内分泌紊乱等多种疾病。

耳鼻喉科医生XX提醒，市民要养成良好的睡眠习惯，并善于舒缓自己的压力，调节好情绪，保持心情愉快。此外，要注意合理饮食，避免睡前摄入咖啡、浓茶等刺激性食物，出现睡眠障碍后及时到专科诊治，接受系统性治疗。

篇4：世界睡眠日义诊活动总结

在第十X个“世界睡眠日”来临之际，为了提高公众的健康睡眠意识，普及睡眠健康知识，预防睡眠障碍相关的重大慢性疾病的发生，四里村街道同心圆社会组织“心家园”项目组联合山东商报、山东省立医院睡眠医学中心在济南革命烈士陵园举办了大型公益义诊咨询活动。

此次活动在中国医师协会睡眠专业委员会的指导下，山东省立医院睡眠医学中心派出了以XX主任为核心的七大科室专家团队参与本次义诊咨询活动，现场助力百姓睡眠健康。历时三个小时，现场共接受300余人次咨询，山东省立医院睡眠医学中心主任XX全程接受患者咨询，共接诊X余人次。

活动现场，一位王阿姨向记者表示，失眠多年，实在是痛苦不堪，这次医院的大专家来到家门口，一定得好好咨询一下，看看多年的失眠究竟该怎么办。记者现场了解，像王阿姨这种情况的人群还很多，失眠、安眠药对于他们来说再熟悉不过。据悉，日常生活中我们要保持良好的心态和生活方式，养成良好作息时间和睡眠习惯，合理饮食，加强体育锻炼，控制体重，对于预防和减轻睡眠呼吸障碍都有一定的帮助。

今后，“心家园”项目组将以群众需求为导向，开展丰富多彩的志愿者活动。并以优质的服务，服务于济南市烈士陵园管理办及英雄山风景区各老年社团。