福 建 省 中 医 药 管 理 局

闽中医药函〔2026〕71号

福建省中医药管理局关于公布第五届全国说医解药科普大赛福建分赛区获奖名单的通知

各设区市卫健委、平潭综合实验区社会事业局，委直属各医疗单位，省卫生和计划生育研究宣传教育中心，福州大学、福建医科大学、福建中医药大学各附属医院，省中医药科学院，各中医药学术团体，各有关单位：

根据《关于组织第五届全国说医解药科普大赛的通知》，第五届全国说医解药科普大赛福建分赛区活动已顺利完成作品征集、资格审查和专家评审等环节。经大赛组委会组织专家评审，现对评选出的获奖作品及单位予以公布（见附件）。

本届大赛得到了全省各地、各相关单位的积极响应和大力支持，共征集到各类科普作品261件，涵盖纪录短片、视频、动画、动漫等多种类型。参赛作品紧扣中医药主题，内容丰富，形式新颖，充分展现了我省中医药工作者、爱好者扎实的专业素养和丰富的科普创造力。希望获奖的个人和单位珍惜荣誉，再接再厉，继续创作更多优质的中医药科普作品，在普及中医药健康文化中发挥示范引领作用，共同推动中医药文化融入群众生产生活，为

加快建成健康福建作出更大贡献。

附件：第五届全国说医解药科普大赛福建分赛区作品获奖名单

福建省中医药管理局

2026 年 10 月 30 日

（此件主动公开）

附件

第五届全国说医解药科普大赛福建分赛区作品获奖名单

一、一等奖名单（13 名）

序号	作品名称	作品创作人	获奖单位
1	解码中医五脏：跨越千年对话，厘清中西医同名之惑	于恒	厦门市中医院
2	王粒照座光——东坡入闽寻药记	陈炬烽、林燕华、贺肇东、施宽伟、邓剑云	福建省中医药科学院
3	脑海里的颜色	陈雯娟	厦门市中医院
4	《是毒，也是药》：砒霜里的中医科学观	李述捷、陈晓玲	福建医科大学附属协和医院
5	一碗四物鸭汤，闽南人的养生药膳	李桂文、苏鹭芬	厦门市仙岳医院
6	中草药也有身份证？	杨美玲、施宽伟、张瑜、陈祺	福建中医药大学附属第三人民医院、福建省中医药科学院
7	阿福的血压，谁说了算？	杨美玲、张瑜、林燕华、贺肇东	福建中医药大学附属第三人民医院、福建省中医药科学院
8	杏林秘卷之灵源万应茶——医馆谜案	林燕华、贺肇东、施宽伟、褚剑锋、邓剑云	福建省中医药科学院
9	说文解字“齲”，揭秘古人护齿的养生真相	郑海萍、黄剑楠	个人
10	三叶青福宝讲故事	徐伟、范世明、杨雅琴、许文、杨广	巽绅（福建）实业有限公司
11	八闽本草入职记——福九味趣味科普	徐碧琳、林艳丰、林巧、吴艳琼、林丽洁	福建医科大学附属第一医院
12	山海入膳 岐黄有味	温馨、许志彬、林冬霞、黄小萍、黄丽娜	福州市中医院
13	什么是“春夏养阳 秋冬养阴”？	褚剑锋、张瑜、陈祺、吴凌涛	福建省中医药科学院

二、二等奖名单（15 名）

序号	作品名称	作品创作人	获奖单位
1	蓄气如弓养身为箭马拉松中医调理妙招	傅开龙、邓海英、徐玉婷、李昭颖、卢晗凌	福建医科大学附属协和医院
2	失眠——你的念头在加班	邓丽珠、陈玉钦、张富、程勇、高远	福建中医药大学附属人民医院
3	认识中医七情与情绪调适	蒋海燕、林市雄、范植森、蒋梦依、苏志斌	厦门市仙岳医院
4	年轻也需要养生：从三点做起	刘含曦、黄昭然	个人
5	耳朵上的三个健康开关	李凌轩、刘珊、郑小珂、郭木发、宋祖芳	南平市第一医院
6	一张图分清生姜和干姜——家庭必备的“用姜说明”	李丹	福州市中医院
7	一株莲，藏着多少味中药？	林舒晴、林诗瑶、王建荣	福州市第二总医院
8	喝药前后，你踩过几个“坑”——中药会说话，教你完美“避坑”	缪海燕	福建中医药大学附属第二人民医院
9	大暑养生“黄金搭档”——藿香配薏米，祛湿正当时	黄丽娇、王婉娟、廖火娣	厦门市海沧区嵩屿街道社区卫生服务中心
10	不占 KPI 时间的续命术——打工人中医回血指南	黄锶、李庆	惠安县中医院
11	“药”说经典——厨房里的“中药铺”	陈火树、朱晓青、郑惠玲、陈水清、何文琼	厦门市第五医院
12	耳穴奇谭：偏头痛之通关	陈玲炫、郭佳颖、黄冬梅、黄丽、林梅香	厦门大学附属第一医院
13	调理体质 健康减重	吴伟强、庄艳彬、尤龙木、林焱斌	福州市第二总医院
14	循古训护成长	张莹	福州市台江区茶亭街道社区卫生服务中心
15	藏精气于冬日，循古法以养生	张滢坦、刘小兰	晋江市中医院、晋江市西滨镇卫生院

三、三等奖名单（32 名）

序号	作品名称	作品创作人	获奖单位
1	小满养生——巧用两种“祛湿草”	王娟娟、杨瑛、黄丽娇	厦门市海沧区嵩屿街道社区卫生服务中心
2	对话“罐中贵族”:读懂火龙罐的温阳密码	余巧玲、陈小维、黄冬红、钟超男	厦门市中医院
3	一只鸡，两张方——从白羽到蜜丸	何佳茗、曾大勇、林翠鸿、林丽贞	福建医科大学附属第一医院
4	月宫寒邪作乱！铺灸温阳暖胞宫	刘秋榆	福建省妇幼保健院
5	宗脉聚于耳，安神定情志——耳穴调治围术期焦虑失眠浅释	纪腾飞、庄和坤、洪荣凯	晋江市中医院
6	肺痨药石之间，中医调麻记	李丽秀、龙婷婷、李秀兰、钟爱虹、谢强	福建省福州结核病防治院
7	说医解药——当归	李家福、江宏、陈静、张书炳	厦门市湖里区禾山街道社区卫生服务中心
8	破解南方家庭儿童药膳进补谣言	林秋燕、王翔、简丹灵	漳州市妇幼保健院
9	艾灸古法新用，胎位不正的至阴穴调理法	林慧萍	厦门市第三医院
10	中药煎药：为什么要先煎、后下？	陈明	福建中医药大学附属第二人民医院
11	神汤唤醒脾，喝出好胃口	陈秋娜、赵晓燕、王颖	厦门市妇幼保健院
12	面部桃花灸	陈丽萍、姚怡颖、陈丽婷、黄艺琼、林晓婷	漳浦县中医院
13	李时珍与《本草纲目》	陈雯娟	厦门市中医院
14	古人说不寐	陈雯娟	厦门市中医院
15	百变大黄——古今对话	张玉娴、陈银锋、尧胜	厦门大学附属第一医院
16	最踏实的暖	周晓兰	泉州市正骨医院
17	哮喘稳了，能靠三伏贴停药吗？	崔金和	莆田学院附属医院

序号	作品名称	作品创作人	获奖单位
18	生病的原因——正气不足	黄小彬、贺肇东、薛立鹏、何艳艳	福建省中医药科学院
19	本草无言，万物有灵（鱼腥草）	黄佳	龙岩市永定区中医院
20	鼻子是显示器，肺脾才是主机	黄娟、刘梦婷、杨帆	福建省福清市医院
21	儿童特应性皮炎不用慌！中西医结合科学来应对	黄丽娇、王娟娟、廖火娣	厦门市海沧区嵩屿街道社区卫生服务中心
22	上工治未病，防患于未萌	黄锶、李庆	惠安县中医院
23	四季调神，顺时养生：解码《黄帝内经》的养生之道	曹冬英、雷雪琴、赵志常、傅开龙	福建医科大学附属协和医院
24	称竹圈盐灸——锡纸盐饼灸	朱俊腾、林鑫、吴荔芬、许凯声、肖捷成	莆田学院附属医院
25	什么是春捂秋冻？	褚剑锋、吴凌涛、张一帆、张瑜	福建省中医药科学院
26	跟着中医爷爷学护脊，告别弯腰驼背！	傅萍、沈冬恒、李福强、赖梅凤、黄婧琳	龙岩市中医院
27	骨质疏松早知道	葛继荣、薛莲、陈玄、叶云金、黄小彬	福建省中医药科学院
28	朋友，您了解骨质疏松吗？	葛继荣、薛连、陈玄、叶云金、黄小彬	福建省中医药科学院
29	膏药江湖	韩静文、江焕、宋彦锟、陈丽、李哲辰	福建医科大学附属第一医院
30	《南方人参·永定巴戟天》——一味客家仙草的中医智慧	郭雅婷、陈爱娣、罗琦、苏丽聪、姜秋红	龙岩市第三医院
31	如何认识中药当归？	薛敬英、徐顺贵	福建中医药大学附属人民医院
32	药性公案：错药惹祸为哪般？	詹海萍、吴允章	厦门市思明区嘉莲街道社区卫生服务中心

四、最佳创意奖名单

序号	作品名称	作品创作人	获奖单位
1	月宫寒邪作乱！铺灸温阳暖胞宫	刘秋榆	福建省妇幼保健院
2	中草药也有身份证？	杨美玲、施宽伟、张瑜、陈祺	福建中医药大学附属第三人民医院、福建省中医药科学院
3	八闽本草入职记——福九味趣味科普	徐碧琳、林艳丰、林巧、吴艳琼、林丽洁	福建医科大学附属第一医院

五、优秀组织奖

福建省中医药科学院（承办单位）

厦门市中医院（承办单位）

福建省妇幼保健院

三明市中西医结合医院

漳浦县中医院