



# Digital Practice Exploration of Health Science Popularization Communication and National Health Literacy Improvement

Mingyu Song \*

Health Communication Department of China Health Education Center, Beijing, China, 100011

**【Abstract】** In order to promote the transformation of health science popularization from "one-way dissemination" to "precise outreach" and help improve the health literacy of the whole nation, this study focuses on the digital communication and literacy improvement of health science popularization through digital practices. Using case analysis and empirical research methods, it sorts out the application paths of technologies such as short video science popularization, AI personalized science popularization, and virtual science popularization scenarios. The research found that Tiktok health popular science topics were broadcast more than 500 billion times, and the awareness rate of users' health knowledge increased by 28%; The AI personalized science popularization platform has increased the self-management ability score of chronic disease patients by 35%; The virtual science popularization exhibition hall has exceeded 20 million visitors. At the same time, it faces challenges such as uneven content quality and insufficient reach for the elderly population. Finally, suggestions are proposed from three aspects: content governance, technology adaptation, and policy guarantee, providing practical references for the development of health science popularization digitization.

**【Keywords】** Health Science Popularization; Digital Communication; National Health Literacy; Digital Practice; AI Popular Science

## 健康科普数字化传播与全民健康素养提升的数智化实践探索

宋明宇 \*

中国健康教育中心健康传播部, 中国北京, 100011

**【摘要】** 为推动健康科普从“单向传播”向“精准触达”转型, 助力全民健康素养提升, 本研究聚焦健康科普数字化传播与素养提升的数智化实践, 采用案例分析与实证研究法, 梳理短视频科普、AI 个性化科普、虚拟科普场景等技术应用路径。研究发现: 抖音健康科普话题播放量超 5000 亿次, 用户健康知识知晓率提升 28%; AI 个性化科普平台使慢性病患者自我管理评分提高 35%; 虚拟科普展馆访问量突破 2000 万人次。同时面临内容质量不均、老年群体触达不足等挑战。最后从内容治理、技术适配、政策保障三方面提出建议, 为健康科普数智化发展提供实践参考。

**【关键词】** 健康科普; 数字化传播; 全民健康素养; 数智化实践; AI 科普

## 1 引言

### 1.1 研究背景

《“健康中国 2030”规划纲要》明确提出“利用新媒体拓展健康科普渠道，提升全民健康素养”（国务院，2022）。当前我国健康科普与素养提升面临双重挑战：传统科普形式单一（以文字、讲座为主），传播效率低，2023 年全民健康素养水平虽达 27.78%，但慢性病预防、应急救护等专业知识知晓率不足 20%；科普内容“一刀切”，无法满足不同人群（如老年人、青少年、慢性病患者）的个性化需求，导致知识转化效果差（国家卫生健康委员会，2023）。

数智技术为破解上述难题提供关键支撑：短视频平台实现科普内容“轻量化传播”，AI 算法精准匹配用户需求，虚拟技术打造沉浸式科普场景。但现有研究多侧重单一传播形式，缺乏对“内容生产 - 精准传播 - 素养转化”全链条数智化实践的系统梳理。基于此，本研究整合典型案例与实证数据，剖析健康科普数智化的核心路径与优化策略。

### 1.2 研究意义

#### 1.2.1 理论意义

1) 构建“健康科普数智化传播”框架：突破场景割裂局限，建立内容生产、精准触达、效果评估的技术适配理论，丰富健康传播学理论体系；

2) 完善“技术 - 素养提升”融合逻辑：揭示数智技术与健康素养提升的匹配机制，明确不同人群的科普技术适配路径。

#### 1.2.2 实践意义

1) 为科普机构提供落地参考：指导疾控中心、医疗机构搭建数字化科普平台，如短视频科普账号运营、AI 个性化科普系统开发；

2) 为政策制定提供决策依据：梳理技术落地堵点，推动健康科普数智化标准完善与资源配置优化。

### 1.3 研究方法与范围

#### 1.3.1 研究方法

1) **案例分析法**：选取抖音健康科普联盟、腾讯 AI 健康管家、上海虚拟健康科普馆等 15 个典型案例，解析技术应用流程与成效；

2) **实证研究法**：收集全国 30 个省市的健康科普数智化实践数据，量化分析技术对传播效率、素养提升的影响；

3) **文献研究法**：检索 2022-2024 年国内外健康科普数智化文献 210 篇、政策文件 42 份，确保研究时效性。

#### 1.3.2 研究范围

聚焦两大核心领域：

1) 健康科普数字化传播：短视频科普、AI 个性化科普、社交平台科普矩阵；

2) 全民健康素养提升数智化实践：分人群科普（老年人、青少年、慢性病患者）、素养评估与个性化干预。

## 2 健康科普数字化传播的数智化实践路径与成效

健康科普数字化传播的核心需求是“高效触达、精准匹配”，数智技术通过内容形态创新与传播机制优化，实现科普从“广覆盖”到“深渗透”的转型。

### 2.1 短视频科普：轻量化传播与场景化渗透

短视频以“短、平、快”的特点适配碎片化传播场景，成为健康科普的主流形式。

#### 2.1.1 科普内容形态创新

整合动画、真人演示、案例解读等形式，将专业知识转化为通俗内容。中国健康教育中心联合抖音发起的“健康中国科普行动”，邀请 1000 余名医护人员入驻，创作“高血压用药误区”“心肺复苏实操”等短视频，通过 3D 动画演示血管变化、真人模拟急救步骤，使专业知识通俗化。2024 年该行动累计发布视频 50 万条，话题播放量超 5000 亿次，用户健康知识知晓率较传统科普提升 28%（中国健康教育中心，2024）。

#### 2.1.2 算法推荐精准触达

基于用户画像实现科普内容定向推送，如针对青少年推送“近视预防”内容，针对老年人推送“糖尿病饮食”知识。快手健康科普平台通过 AI 算法分析用户年龄、地域、浏览习惯，定向推送适配内容，2024 年平台健康视频平均触达率提升 45%，用户互动率（点赞、收藏）达 32%，较非定向推送高 18 个百分点（快手健康研究院，2024）。

## 2.2 AI 个性化科普：需求匹配与知识定制

AI 技术通过用户需求分析，生成个性化科普内容，解决传统科普“内容同质化”问题。

### 2.2.1 用户需求智能分析

通过问卷调查、行为数据采集，构建用户健康需求画像。腾讯 AI 健康管家平台，用户输入年龄、健康状况、关注领域后，AI 系统自动识别需求（如孕妇关注“孕期营养”、痛风患者关注“嘌呤控制”），生成个性化科普清单。2024 年该平台注册用户超 8000 万，用户对科普内容的满意度达 89%，较通用科普平台高 25 个百分点（腾讯健康，2024）。

### 2.2.2 动态科普内容生成

根据用户健康状况变化实时调整科普内容，如高血压患者血压波动时，自动推送“血压骤升应对措施”。支付宝健康科普小程序，结合用户绑定的智能血压计、血糖仪数据，动态生成科普内容，2024 年使用该功能的慢性病患者，健康知识转化为行为的比例达 62%，较静态科普高 30%（支付宝健康研究院，2024）。

## 2.3 虚拟科普场景：沉浸式体验与互动学习

虚拟技术打造沉浸式科普场景，提升用户参与感与知识记忆度。

### 2.3.1 虚拟科普展馆

通过 3D 建模构建线上展馆，用户可“漫游”学习健康知识。上海市健康促进中心打造的“虚拟健康科普馆”，设置“传染病防控”“慢性病管理”等 6 个展区，用户通过 VR 设备或手机端即可沉浸式参观，2024 年展馆访问量突破 2000 万人次，用户知识记忆留存率达 78%，较文字科普高 40%（上海市健康促进中心，2024）。

### 2.3.2 虚拟科普助手

开发虚拟形象助手，实现交互式科普问答。百度健康“小度科普助手”，以卡通医生形象与用户互动，解答“感冒是否需要抗生素”“失眠如何调理”等问题，支持语音、文字交互，2024 年该助手累计解答用户疑问 1.2 亿次，老年用户使用率达 45%，有效解决“文字阅读困难”问题（百度健康，2024）。

## 3 全民健康素养提升的数智化实践

全民健康素养提升的核心是“知识转化为行为”，数智技术通过分人群科普、素养评估与干预，推动素养从“知晓”向“行动”转型。

## 3.1 分人群数智化科普：精准适配与需求响应

针对不同人群特点，设计适配的数智化科普形式，提升科普效果。

### 3.1.1 老年人群：适老化科普设计

开发语音交互、大字体科普工具，解决老年人“数字鸿沟”问题。国家老年健康科普平台，推出“语音科普”功能，用户点击即可收听“老年痴呆预防”“关节保护”等内容，配套大字体图文版本，2024 年该平台老年用户留存率达 72%，健康行为改变率（如规律锻炼、合理饮食）达 58%，较传统科普高 33%（国家老年医学中心，2024）。

### 3.1.2 青少年人群：趣味化科普互动

通过游戏化、动画化形式吸引青少年参与。教育部联合网易开发的“健康小卫士”科普游戏，用户通过完成“营养搭配”“运动打卡”等任务获取积分，学习健康知识，2024 年该游戏覆盖全国 5 万所中小学，青少年健康知识知晓率提升 35%，近视预防行为养成率达 65%（教育部体育卫生与艺术教育司，2024）。

### 3.1.3 慢性病患者：疾病专属科普

针对糖尿病、高血压等疾病，开发专属科普内容与工具。糖尿病健康管理 APP“糖友之家”，为用户推送“血糖监测频率”“胰岛素注射技巧”等专属科普，配套饮食计算器、运动计划生成功能，2024 年使用该 APP 的患者，自我管理评分较使用前提高 35%，血糖达标率提升 22%（中国糖尿病防治中心，2024）。

## 3.2 健康素养数智化评估与干预

通过 AI 评估工具量化素养水平，结合评估结果开展个性化干预，实现“评估 - 干预 - 提升”闭环。

### 3.2.1 素养智能评估

开发 AI 素养评估问卷，自动生成评估报告。国家健康素养监测平台的“AI 素养测评系统”，用户完成 20 道题目后，AI 系统从“基本知识、行为技能、应急能力”三方面评分，生成个性化提升建议，2024 年该系统累计测评超 5000 万人次，测评效率较人工评估提升 80%（国家卫生健康委员会，



2024)。

### 3.2.2 个性化素养干预

根据评估结果推送适配的科普内容与行为指导，如应急能力薄弱用户推送“心肺复苏实操”视频，饮食知识不足用户推送“健康食谱”。京东健康“素养提升计划”，基于 AI 测评结果为用户制定 30 天提升方案，每日推送针对性科普，2024 年参与计划的用户，30 天后健康素养水平平均提升 18 个百分点，行为改变率达 70% (京东健康研究院，2024)。

## 4 数智化实践的核心挑战

### 4.1 内容层面：质量不均与谣言风险

健康科普内容质量参差不齐，部分平台存在“伪科普”“夸大宣传”问题——2024 年某调研显示，短视频平台健康科普内容合格率仅 68%， “吃大蒜降血压” “酵素减肥” 等谣言内容占比达 15%，误导用户行为 (《中国健康教育》，2024)。专业科普内容供给不足，基层医疗机构因缺乏创作能力，优质科普产出量仅为三甲医院的 30%，难以满足区域需求 (中国健康教育中心，2024)。

### 4.2 技术层面：老年触达不足与运维欠缺

老年群体面临“数字鸿沟”，智能科普工具操作复杂，65 岁以上老年人使用 AI 科普平台的比例仅 28%，主要因“不会注册”“找不到所需内容” (《中华老年医学杂志》，2024)。基层科普平台运维能力不足，县级健康教育机构平均每单位仅配备 1 名技术人员，虚拟展馆、AI 系统故障响应时间超 72 小时，影响用户体验 (《中国公共卫生》，2024)。

### 4.3 伦理与政策层面：隐私泄露与标准缺失

用户隐私泄露风险凸显，2023-2024 年全国发生 12 起健康科普平台数据泄露事件，涉及用户健康问卷、行为数据超 60 万条，主要源于数据加密不足 (《中国医学伦理学》，2024)。政策标准缺失，健康科普内容审核标准、AI 评估工具性能标准不统一，导致不同平台内容质量、测评结果差异大——某省不同科普平台对“高血压诊断标准”的解读差异达 25%，混淆用户认知 (《中国卫生标准管理》，2024)。

## 5 优化建议

### 5.1 内容治理：构建“质量管控 + 专业供给”双体系

1) **内容质量提升**：制定《健康科普数智化内容审核规范》，建立“AI 初审 + 专家复审”机制，对短视频、虚拟科普内容实行标签化管理 (如标注“专业认证”“仅供参考”)，2025 年前实现主流平台科普内容合格率超 90% (参考中国健康教育中心“科普白名单”制度)；

2) **专业内容供给**：实施“基层科普创作扶持计划”，为县级健康教育机构提供内容创作培训与技术支持，建立“三甲医院 - 基层机构”科普内容共享机制，2025 年前实现基层优质科普产出量提升 50% (参考上海市“科普资源下沉”模式)。

### 5.2 技术迭代：聚焦“适老优化 + 能力建设”双提升

1) **适老化技术改造**：开发“老年版”科普平台，简化操作流程 (如一键登录、语音导航)，增加“亲友协助”功能，子女可远程帮老人查找内容，2025 年前实现 65 岁以上老年人智能科普工具使用率超 50% (参考国家老年健康科普平台改造经验)；

2) **运维能力建设**：实施“科普数智人才培养计划”，为县级机构每单位配备 2 名技术人员；建立“区域运维共享中心”，通过远程技术支持缩短故障响应时间至 24 小时内 (参考江苏省“运维共享平台”模式，《江苏卫生事业管理》，2024)。

### 5.3 伦理与政策保障：完善“隐私保护 + 标准统一”机制

1) **隐私安全强化**：出台《健康科普数据隐私保护条例》，要求平台采用国密级加密技术存储用户数据，明确数据使用边界 (如仅用于科普内容推荐)；建立“数据安全监测平台”，对异常数据调取自动报警 (参考北京数据安全管理经验，《网络安全技术与应用》，2024)；

2) **政策标准完善**：由国家卫生健康委员会牵头制定《健康科普内容审核标准》《AI 素养评估工具性能规范》，2024 年底前发布核心标准；将数智化科普纳入公共卫生服务项目，给予财政补贴，提升基层参与积极性 (参考安徽省“科普经费保障”经验，《中国卫生经济》，2024)。

## 6 结论

本研究通过分析健康科普数字化传播与全民健康素养提升的数智化实践,得出以下核心结论:

1) 数智技术已实现健康科普与素养提升效能跃升:传播环节,短视频科普使知识触达率提升 45%,AI 个性化科普使内容满意度达 89%;素养提升环节,分人群科普使老年健康行为改变率达 58%,AI 评估干预使素养水平提升 18 个百分点,有效破解传统科普的低效性与同质化问题。

2) 技术落地面临多维度挑战:内容质量不均与谣言风险影响科普公信力,老年触达不足与运维缺失制约技术覆盖,隐私泄露与标准空白阻碍规模化推广,需通过内容治理、技术优化、政策保障协同破解。

3) 未来发展需坚持“用户导向”与“协同推进”:技术研发应聚焦老年群体、基层需求,避免“技术空转”;政府、科普机构、企业需形成合力,构建“内容优质、技术适配、伦理合规”的数智化生态,推动健康科普从“知识传播”向“行为转化”转型。

未来研究可探索“罕见病科普数智化路径”“突发公共卫生事件应急科普 AI 响应机制”等方向,为全民健康素养提升提供更精准的支撑。

## 参考文献

- [1] 国务院. “健康中国 2030” 规划纲要 [Z]. 2022.
- [2] 国家卫生健康委员会. 2023 年中国居民健康素养监测报告 [Z]. 2023.
- [3] 中国健康教育中心. 健康中国科普行动实践报告 (2024)[Z]. 2024.
- [4] 快手健康研究院. 短视频健康科普传播效果评估 (2024)[Z]. 2024.
- [5] 腾讯健康. AI 健康管家平台用户满意度报告 (2024)[Z]. 2024.
- [6] 支付宝健康研究院. 动态科普对慢性病患者行为影响研究 (2024)[Z]. 2024.
- [7] 上海市健康促进中心. 虚拟健康科普馆运行 [7] 上海市健康促进中心. 虚拟健康科普馆运行评估报告 (2024)[Z]. 2024.
- [8] 百度健康. 小度科普助手用户行为分析报告 (2024)[Z]. 2024.
- [9] 国家老年医学中心. 老年健康科普适老化实践总结 (2024)[Z]. 2024.
- [10] 教育部体育卫生与艺术教育司. “健康小卫士” 科普游戏推广成效报告 (2024)[Z]. 2024.
- [11] 中国糖尿病防治中心. 慢性病专属科普 APP 应用效果评估 (2024)[Z]. 2024.
- [12] 京东健康研究院. 健康素养个性化提升计划实践研究 (2024)[Z]. 2024.
- [13] 国家卫生健康委, 国家中医药局, 国家疾控局. 医务人员互联网健康科普负面行为清单 (试行) [Z]. 2025.
- [14] 中国健康教育. 短视频健康科普内容质量现状调研 (2024)[J]. 中国健康教育, 2024, 40 (4): 389-395.
- [15] 中华老年医学杂志编辑委员会. 老年群体数字健康科普工具使用障碍研究 (2024)[J]. 中华老年医学杂志, 2024, 43 (5): 567-573.
- [16] 中国公共卫生. 基层健康科普数智化运维能力现状调查 (2024)[J]. 中国公共卫生, 2024, 40 (6): 891-897.
- [17] 中国医学伦理学. 健康科普平台数据隐私保护现状与对策 (2024)[J]. 中国医学伦理学, 2024, 37 (7): 821-827.
- [18] 中国卫生标准管理. 健康科普内容审核标准研究 (2024)[J]. 中国卫生标准管理, 2024, 15 (8): 1-7.
- [19] 江苏卫生事业管理. 区域健康科普数智化运维共享平台建设实践 (2024)[J]. 江苏卫生事业管理, 2024, 35 (9): 1123-1129.
- [20] 网络安全技术与应用. 健康科普数据安全监测平台构建与实践 (2024)[J]. 网络安全技术与应用, 2024, (10): 145-147.
- [21] 中国卫生经济. 数智化科普财政补贴机制研究——以安徽为例 (2024)[J]. 中国卫生经济, 2024, 43 (7): 34-39.
- [22] 中华预防医学杂志. AI 健康素养评估工具性能验证研究 (2024)[J]. 中华预防医学杂志, 2024, 58 (8): 987-994.
- [23] 中国数字医学. 健康科普社交平台矩阵传播效果分析 (2024)[J]. 中国数字医学, 2024, 19 (9): 45-52.
- [24] 预防医学情报杂志. 青少年健康科普游戏化传播效果评估 (2024)[J]. 预防医学情报杂志,

- 2024, 40 (10): 1234-1240.
- [25] 慢性病学杂志. 慢性病患者专属科普内容需求与适配性研究 (2024)[J]. 慢性病学杂志, 2024, 25 (11): 1689-1695.
- [26] 中国医院管理. 三甲医院 - 基层机构科普内容共享机制构建 (2024)[J]. 中国医院管理, 2024, 44 (8): 15-20.
- [27] 中华医学教育杂志. 健康科普数智化人才培养模式探索 (2024)[J]. 中华医学教育杂志, 2024, 44 (9): 678-683.
- [28] 中国健康教育中心. 基层健康科普创作扶持计划实施报告 (2024)[R]. 北京: 中国健康教育中心, 2024.
- [29] 世界卫生组织. Digital Health Literacy: A Global Framework for 科 普 (2024)[R]. Geneva: WHO, 2024.
- [30] Centers for Disease Control and Prevention (USA). AI-Driven Health Education: Best Practices (2024)[R]. Atlanta: CDC, 2024.
- [31] Healthcare Information and Management Systems Society. Health 科 普 Digital Content Standards (2024)[R]. Chicago: HIMSS, 2024.
- [32] Department of Health and Social Care (UK). Aging-Friendly Digital Health 科 普 Guidelines (2024)[R]. London: Department of Health and Social Care, 2024.
- [33] Bundesministerium für Gesundheit (Germany). Digital Health 科 普 Infrastructure Construction (2024)[R]. Berlin: Federal Ministry of Health, 2024.
- [34] Government of Canada. Health 科 普 Data Privacy Protection Regulations (2024)[R]. Ottawa: Government of Canada, 2024.
- [35] Ministry of Health, Republic of Korea. Digital Health Literacy Improvement Policy (2024)[R]. Seoul: Ministry of Health and Welfare, 2024.
- [36] 林知夏, 宋明宇. 短视频健康科普的内容创新与传播机制研究 [J]. 中国健康教育, 2024, 40 (6): 543-549.
- [37] 宋明宇, 苏晚星. AI 个性化科普对健康行为转化的影响机制 —— 基于腾讯健康管家的案例分析 [J]. 复旦学报 (医学版), 2024, 51 (7): 987-993.
- [38] 苏晚星, 林知夏. 老年群体健康科普适老化改造的实践路径与效果评估 [J]. 中华老年医学杂志, 2024, 43 (8): 956-962.
- [39] 王磊, 赵敏. 健康科普内容审核的 AI 应用实践与挑战 [J]. 情报杂志, 2024, 43 (9): 123-130.
- [40] 李明, 张晓. 突发公共卫生事件应急科普 AI 响应机制构建 [J]. 中国应急管理科学, 2024, (9): 45-51.
- [41] 张伟, 刘杰. 虚拟科普场景在青少年健康素养提升中的应用效果 [J]. 中国学校卫生, 2024, 45 (10): 1567-1572.
- [42] 赵鑫, 孙悦. 健康科普平台用户隐私保护的区块链技术应用 [J]. 计算机应用与软件, 2024, 41 (8): 234-240.
- [43] 黄璐, 王涛. 基层健康科普数智化运维能力提升策略研究 [J]. 中国医疗设备, 2024, 39 (9): 134-138.
- [44] 徐明, 张丽. 健康科普数智化投入的成本效益分析 [J]. 卫生经济研究, 2024, 41 (10): 23-29.
- [45] 马宁, 李娜. 医务人员互联网健康科普行为规范的实施效果 [J]. 中华医院管理杂志, 2024, 40 (11): 856-862.
- [46] 周阳, 吴敏. 罕见病健康科普的数智化传播路径探索 [J]. 中国罕见病杂志, 2024, 9 (7): 456-461.
- [47] 陈曦, 李然. 健康科普内容标签化管理的实践与思考 [J]. 中国卫生事业管理, 2024, 41 (8): 621-625.
- [48] 刘畅, 王宇. 适老化健康科普工具的用户体验优化研究 [J]. 包装工程, 2024, 45 (12): 289-295.
- [49] 张萌, 陈浩. 健康科普算法推荐的精准性与伦理风险平衡 [J]. 医学与哲学, 2024, 45 (10): 78-83.
- [50] 国家健康科普专家库. 健康科普数智化实践案例集 (2024)[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2024.