

# 重庆市护理学会文件

渝护会【2025】311号

## 重庆市护理学会关于举办 第一期运动护理专科护士培训班的通知

各区县（自治县）人民医院，市级各医院，重庆医科大学及附属医院，重庆大学及附属医院，陆军军医大学及附属医院，驻渝部队医院，各大型企事业单位职工医院，各基层卫生服务中心：

为加快运动护理专科护理人才队伍的建设，培养一批更专业、规范、精准的高素质专科护士，以提升运动护理专科护理水平和质量，满足人民群众日益增长的健康需求，根据《中国护理事业十四五(2021-2025年)发展规划纲要》和《健康中国2030规划》的要求，按重庆市护理学会2026年专科护士培训计划，由重庆市护理学会主办、陆军军医大学第一附属医院承办的“第一期运动护理专科护士培训班”将于2026年3月2日至2026年5月1日举办，现将培训班招生事宜通知如下：

### 一、招收对象

- (一)热爱本职工作，有奉献精神，工作责任心强，刻苦钻研。
- (二)取得《护士执业资格证书》，护理专业大专以上学历，具

有临床护理工作2年及以上经验，从事或拟从事运动护理、康复护理、骨科护理等相关岗位的护理人员。

(三)思想品德好，身体健康。本人自愿并经单位选拔推荐。

## 二、招生人数

面向全国招生，按报名先后顺序择优录取，本期招收学员20-30人，满员即止。

## 三、培训时间及费用

(一) 培训时间

2026年3月2日-5月1日，共9周，全脱产学习。

(二) 培训费用

4500元/人(含资料)。食宿自理，费用回原单位报销。

## 四、报名程序

(一) 报名时间

即日起开始，至2026年2月28日截止。

(二) 报名方式

扫描下方二维码报名。关注“重庆市护理学会”官方微信公众号，会员中心登录注册—选择“第一期运动护理专科护士培训班”，在线填写报名表—下载报名表(邮箱中查看)—单位盖章—上传报名表PDF版—基地审核通过—线上缴费—加入微信群。



## 五、报到程序

### （一）报到时间

2026年3月2日上午08:30~11:30。

### （二）报到地点

陆军军医大学第一附属医院护理处，医院地址：重庆市沙坪坝区高滩岩正街30号。

### （三）报到时需准备的材料

- 1.护士执业证书、毕业证书、身份证原件及复印件各1份；
- 2.单位盖章的纸质报名表1份；
- 3.免冠正面红底2寸登记照1张；
- 4.工作服到医院后统一由培训基地医院提供1套。

## 六、培训师资与内容

通过运动护理专科护士培训，使学员系统掌握与运动损伤预防、康复护理及健康促进相关的知识与技能，能够合理运用相关理论和专业技能开展运动护理实践工作，同时具备良好的护理教学、科研与管理能力。授课团队由重庆市内、外运动医学、骨科、康复科等相关领域的医疗及护理专家、运动康复师、营养师、个案管理师等共同组成。

培训内容分为理论培训4周，临床实践5周。

（一）通科课程 本模块旨在夯实学员的护理通用基础能力，涵盖质量管理、科研教学、职业素养与相关医学知识。

### 1.护理管理与职业发展

专科护士的发展与展望、护理质量管理与工具应用、护理门诊的构建与管理、如何发挥专科护士作用、护士职业礼仪与形象塑造。

## 2. 护理科研与教学能力

文献检索方法与技巧、护理科研设计与论文撰写、护理论文及开题报告的撰写指导、护理教学中的无形力量与课堂技巧、小讲课设计与授课实践、护士批判性思维训练。

## 3. 护理安全、伦理与人文

医院感染控制与标准预防、护理伦理与相关法律法规、护患沟通技巧与人文关怀、心理危机的识别与护理干预。

## 4. 相关专科知识

临床危急值管理与危重患者急救、疼痛评估与非药物镇痛管理、糖尿病患者的管理、肺栓塞的识别与护理、输液导管相关静脉血栓的预防与处理。

(二) 专科课程 本模块聚焦运动护理专业领域，深入讲解运动系统理论、运动损伤护理、康复技术及前沿应用。

### 1. 运动护理基础理论

运动护理概述与发展趋势、运动系统解剖与生理基础、运动医学基础理论与常见损伤类型、骨质疏松症的规范化管理与康复训练。

### 2. 各部位运动损伤与康复护理

髋关节：损伤机制、护理及置换术后康复；膝关节：损伤护

理、置换术后康复、交叉韧带重建围术期管理；踝关节：损伤护理与功能锻炼 肩关节：损伤护理与肩袖损伤康复；肘关节：损伤护理与功能训练；韧带：损伤机制与系统性康复护理。

### 3.运动康复与功能评估技术

常用康复护理技术（如拐杖使用）、步态分析理论、重返运动的评估与决策流程。

### 4.专科护理技术与前沿进展

关节镜手术配合、术后护理与设备维护、超声引导技术在运动损伤治疗中的应用、冲击波治疗原理与关节腔注射技术、3D打印技术在运动护理中的应用、预康复理念在运动损伤中的应用研究、运动营养与代谢管理、运动损伤疾病的中医治疗与护理。

### 5.临床实践与综合能力考核

临床实践：参与科室工作，在导师指导下完成各项运动护理操作。

个案护理：完成一份运动护理个案报告。

技能考核：专科技术操作考核（如评估、康复技术等）。

教学能力考核：完成一次小讲课或患者健康教育。

## 七、资质认证

培训结束后将进行理论、操作考试、个案汇报、小讲课或患者健康教育、综述，考试考核合格者由重庆市护理学会颁发《重庆市护理学会运动护理专科护士培训证书》，培训期间根据学员综合表现将颁发优秀学员证书。

## 八、联系方式

### (一) 联系地址

江北区观音桥建新东路3号百业兴大厦23楼2305室

### (二) 联系电话:

唐晋: 023-67550607(学会联系人)

郭上铃: 023-68754310(培训基地联系人)

周丹: 13272789680(培训基地联系人)

