

中央电视台 CCTV2

《健康之路》 节目目录

20200119——20230721 合计 1000 集

序号	期号/视频内容
1	《健康之路》 20201019 糖尿病足有先兆
2	《健康之路》 20201020 别让肠癌盯上你
3	《健康之路》 20201021 秋季保水大作战
4	《健康之路》 20201022 厨房健康隐患（一）
5	《健康之路》 20201023 厨房健康隐患（二）
6	《健康之路》 20201024 厨房健康隐患（三）
7	《健康之路》 20201025 厨房健康隐患（四）
8	《健康之路》 20201026 疫情之年 健康过冬
9	《健康之路》 20201027 心衰信号莫忽视
10	《健康之路》 20201028 男人不易（上）
11	《健康之路》 20201029 男人不易（下）
12	《健康之路》 20201030 隐秘的床上杀手
13	《健康之路》 20201031 你不知道的免疫力
14	《健康之路》 20201101 别让血糖伤了心
15	《健康之路》 20201102 谨防眼中风
16	《健康之路》 20201103 谨防“老烂腿”
17	《健康之路》 20201104 环环相扣迎朝阳
18	《健康之路》 20201105 寒不除 痛难解
19	《健康之路》 20201106 补肾佳品黑芝麻
20	《健康之路》 20201107 巧食桂圆补气血
21	《健康之路》 20201108 冬吃萝卜保平安
22	《健康之路》 20201109 致命的腹痛
23	《健康之路》 20201110 与“狼”共舞
24	《健康之路》 20201111 选一瓶好牛奶
25	《健康之路》 20201112 家有害虫（一）
26	《健康之路》 20201113 家有害虫（二）
27	《健康之路》 20201114 家有害虫（三）
28	《健康之路》 20201115 家有害虫（四）
29	《健康之路》 20201116 打好保胃战
30	《健康之路》 20201117 睡不好觉 小心抑郁
31	《健康之路》 20201118 早有预谋的骨折
32	《健康之路》 20201119 小儿发烧莫恐慌
33	《健康之路》 20201120 不得不防的低血糖
34	《健康之路》 20201121 痛风最爱找上谁

序号	期号/视频内容
35	《健康之路》 20201122 健步走也是技术活
36	《健康之路》 20201123 皮肤上的危险信号
37	《健康之路》 20201124 帕金森病早知道
38	《健康之路》 20201125 牛奶你喝对了吗
39	《健康之路》 20201126 摸得到的癌症
40	《健康之路》 20201127 认清结节莫纠结
41	《健康之路》 20201128 古药新解（上）
42	《健康之路》 20201129 古药新解（中）
43	《健康之路》 20201130 古药新解（下）
44	《健康之路》 20201201 找对原因解胃胀
45	《健康之路》 20201202 磨人的智齿
46	《健康之路》 20201203 头晕背后
47	《健康之路》 20201204 都是憋尿惹的祸
48	《健康之路》 20201205 刷牙出血莫小视
49	《健康之路》 20201206 脱发并非全是肾的错
50	《健康之路》 20201207 老人耳背不简单
51	《健康之路》 20201208 脚跟痛也是病
52	《健康之路》 20201209 藏在家电里的健康杀手
53	《健康之路》 20201210 手机细菌超乎想象
54	《健康之路》 20201211 除甲醛你做对了吗
55	《健康之路》 20201212 控糖新主张（上）
56	《健康之路》 20201213 控糖新主张（中）
57	《健康之路》 20201214 控糖新主张（下）
58	《健康之路》 20201215 小心大脑乱放电
59	《健康之路》 20201216 隐匿的老年抑郁
60	《健康之路》 20201217 喉癌最爱找上谁
61	《健康之路》 20201218 久咳当心慢阻肺
62	《健康之路》 20201219 瞻前顾后调颈椎
63	《健康之路》 20201220 瞻前顾后调腰椎
64	《健康之路》 20201221 “懒癌”为何偏爱你
65	《健康之路》 20201222 肚子胀气为哪般
66	《健康之路》 20201223 量血压也有学问
67	《健康之路》 20201224 胰岛素使用须知
68	《健康之路》 20201225 小药箱里的大健康（上）
69	《健康之路》 20201226 小药箱里的大健康（中）
70	《健康之路》 20201227 小药箱里的大健康（下）
71	《健康之路》 20201228 莫让运动伤了关节（一）
72	《健康之路》 20201229 莫让运动伤了关节（二）
73	《健康之路》 20201230 莫让运动伤了关节（三）
74	《健康之路》 20201231 莫让运动伤了关节（四）

序号	期号/视频内容
75	《健康之路》 20210101 过冬四件宝（上）
76	《健康之路》 20210102 过冬四件宝（下）
77	《健康之路》 20210103 药酒进补分南北（上）
78	《健康之路》 20210104 药酒进补分南北（下）
79	《健康之路》 20210105 冬日不胜寒
80	《健康之路》 20210106 你该打带状疱疹疫苗吗
81	《健康之路》 20210107 你要学会的救命方法
82	《健康之路》 20210108 消毒杀菌你做对了吗
83	《健康之路》 20210109 你真的虚吗
84	《健康之路》 20210110 调好气血心情好
85	《健康之路》 20210111 别把孩子催熟了
86	《健康之路》 20210112 警惕美丽陷阱
87	《健康之路》 20210113 冬季巧进补 来年长高高
88	《健康之路》 20210114 让血管安全过冬（上）
89	《健康之路》 20210115 让血管安全过冬（下）
90	《健康之路》 20210116 千古第一方·调脾胃
91	《健康之路》 20210117 千古第一方·解肝郁
92	《健康之路》 20210118 逆流而上的危险
93	《健康之路》 20210119 别拿胆结石不当事儿
94	《健康之路》 20210120 身体上的温暖开关
95	《健康之路》 20210121 《黄帝内经》中的养生智慧·冬季篇（上）
96	《健康之路》 20210122 《黄帝内经》中的养生智慧·冬季篇（下）
97	《健康之路》 20210123 别再浪费你的参
98	《健康之路》 20210124 参不都是补药
99	《健康之路》 20210125 扑不灭的“火”
100	《健康之路》 20210126 探秘整形医院
101	《健康之路》 20210127 胃疼背后有玄机
102	《健康之路》 20210128 慢性咽炎你治对了吗
103	《健康之路》 20210129 备孕路上的绊脚石
104	《健康之路》 20210130 给你的关节上上“油”（上）
105	《健康之路》 20210131 给你的关节上上“油”（下）
106	《健康之路》 20210201 打开心“门”
107	《健康之路》 20210202 肾的两面派
108	《健康之路》 20210203 孩子牙齿的那些事儿
109	《健康之路》 20210204 小年民俗与养生（上）
110	《健康之路》 20210205 小年民俗与养生（下）
111	《健康之路》 20210206 易被忽视的直肠癌
112	《健康之路》 20210207 髌间消失的“软黄金”
113	《健康之路》 20210208 要年轻 先灭火
114	《健康之路》 20210209 怎么喝水更健康

序号	期号/视频内容
115	《健康之路》 20210210 选一瓶好醋
116	《健康之路》 20210211 这是我的家乡味（一）
117	《健康之路》 20210212 这是我的家乡味（二）
118	《健康之路》 20210213 这是我的家乡味（三）
119	《健康之路》 20210214 这是我的家乡味（四）
120	《健康之路》 20210215 这是我的家乡味（五）
121	《健康之路》 20210216 这是我的家乡味（六）
122	《健康之路》 20210217 这是我的家乡味（七）
123	《健康之路》 20210218 老话里的养生智慧（一）
124	《健康之路》 20210219 老话里的养生智慧（二）
125	《健康之路》 20210220 老话里的养生智慧（三）
126	《健康之路》 20210221 老话里的养生智慧（四）
127	《健康之路》 20210222 脱发是谁惹的祸
128	《健康之路》 20210223 芝麻一把赛补药
129	《健康之路》 20210224 小小桂圆是个宝
130	《健康之路》 20210225 不良姿势很伤人（上）
131	《健康之路》 20210226 不良姿势很伤人（下）
132	《健康之路》 20210227 莫名疼痛的背后
133	《健康之路》 20210228 血糖高了要防心衰
134	《健康之路》 20210301 孩子斜视须早治
135	《健康之路》 20210302 孩子弱视须早治
136	《健康之路》 20210303 找回孩子的“耳朵”
137	《健康之路》 20210304 腿总抽筋不简单
138	《健康之路》 20210305 惊蛰养生划重点
139	《健康之路》 20210306 胃会被“吃坏”吗
140	《健康之路》 20210307 肠癌风险早知道
141	《健康之路》 20210308 做有“底气”的女人
142	《健康之路》 20210309 得了肺癌你别蒙（上）
143	《健康之路》 20210310 得了肺癌你别蒙（下）
144	《健康之路》 20210311 中风信号莫忽视
145	《健康之路》 20210312 脚凉背后暗藏危机
146	《健康之路》 20210313 老王降糖历险记（上）
147	《健康之路》 20210314 老王降糖历险记（下）
148	《健康之路》 20210315 告别难“炎”之隐
149	《健康之路》 20210316 进补贵在通（上）
150	《健康之路》 20210317 进补贵在通（下）
151	《健康之路》 20210318 厨房卫生你达标了吗（一）
152	《健康之路》 20210319 厨房卫生你达标了吗（二）
153	《健康之路》 20210320 厨房卫生你达标了吗（三）
154	《健康之路》 20210321 厨房卫生你达标了吗（四）

序号	期号/视频内容
155	《健康之路》 20210322 刷牙出血别大意
156	《健康之路》 20210323 心脏里的不定时炸弹
157	《健康之路》 20210324 忍不了的疼痛
158	《健康之路》 20210325 破解中药密码（上）
159	《健康之路》 20210326 破解中药密码（中）
160	《健康之路》 20210327 破解中药密码（下）
161	《健康之路》 20210328 别让斑块堵了脑
162	《健康之路》 20210329 别让危险拴住肺
163	《健康之路》 20210330 安全用药从家开始（上）
164	《健康之路》 20210331 安全用药从家开始（中）
165	《健康之路》 20210401 安全用药从家开始（下）
166	《健康之路》 20210402 拯救股骨头
167	《健康之路》 20210403 三生三世妇产情
168	《健康之路》 20210404 清明养生划重点
169	《健康之路》 20210405 拯救大脑的生命接力
170	《健康之路》 20210406 肾结石传言辨真假
171	《健康之路》 20210407 远离要命的骨折
172	《健康之路》 20210408 膝活人不老
173	《健康之路》 20210409 中医助你巧过春（上）
174	《健康之路》 20210410 中医助你巧过春（中）
175	《健康之路》 20210411 中医助你巧过春（下）
176	《健康之路》 20210412 春季养肝如养娃（上）
177	《健康之路》 20210413 春季养肝如养娃（下）
178	《健康之路》 20210414 胆结石的伪装
179	《健康之路》 20210415 肿瘤预防要趁早（上）
180	《健康之路》 20210416 肿瘤预防要趁早（中）
181	《健康之路》 20210417 肿瘤预防要趁早（下）
182	《健康之路》 20210418 马桶里的红色警报
183	《健康之路》 20210419 春日小菜巧养生
184	《健康之路》 20210420 春日花草巧养生
185	《健康之路》 20210421 “捡来”的防身菜（上）
186	《健康之路》 20210422 “捡来”的防身菜（中）
187	《健康之路》 20210423 “捡来”的防身菜（下）
188	《健康之路》 20210424 酸奶传言辨真假
189	《健康之路》 20210425 食用油传言辨真假
190	《健康之路》 20210426 水果传言辨真假
191	《健康之路》 20210427 警惕年轻人猝死危机
192	《健康之路》 20210428 挺起脊梁
193	《健康之路》 20210429 老人驼背需警惕
194	《健康之路》 20210430 拿什么拯救你的鼻子

序号	期号/视频内容
195	《健康之路》 20210501 走近你·守护你（上）
196	《健康之路》 20210502 走近你·守护你（中）
197	《健康之路》 20210503 走近你·守护你（下）
198	《健康之路》 20210505 大医传承之宝（上）
199	《健康之路》 20210506 大医传承之宝（中）
200	《健康之路》 20210507 大医传承之宝（下）
201	《健康之路》 20210508 红十字在行动
202	《健康之路》 20210509 做好加减法 妈妈更健康（上）
203	《健康之路》 20210510 做好加减法 妈妈更健康（下）
204	《健康之路》 20210511 想要睡好不容易
205	《健康之路》 20210512 “三足鼎立”保关节
206	《健康之路》 20210513 调经助好孕
207	《健康之路》 20210514 妙招对付“口罩脸”
208	《健康之路》 20210515 辨清虚实治慢病（上）
209	《健康之路》 20210516 辨清虚实治慢病（中）
210	《健康之路》 20210517 辨清虚实治慢病（下）
211	《健康之路》 20210518 孩子腿疼莫忽视
212	《健康之路》 20210519 中医出招解腰痛
213	《健康之路》 20210520 练好肌肉防颈痛
214	《健康之路》 20210521 练好肌肉防腰痛
215	《健康之路》 20210522 练好肌肉防膝痛
216	《健康之路》 20210523 练好心肺才健康
217	《健康之路》 20210524 练好柔韧才健康
218	《健康之路》 20210525 磨人的牛皮癣
219	《健康之路》 20210526 秒睡也是一种病
220	《健康之路》 20210527 藏在家里的“毒”
221	《健康之路》 20210528 拯救头顶危机
222	《健康之路》 20210529 运动不当脚遭殃
223	《健康之路》 20210530 卒中警惕一过性（上）
224	《健康之路》 20210531 卒中警惕一过性（下）
225	《健康之路》 20210601 返老还童（上）
226	《健康之路》 20210602 返老还童（中）
227	《健康之路》 20210603 返老还童（下）
228	《健康之路》 20210604 膝间消失的“软黄金”
229	《健康之路》 20210605 莫让痴呆加速来
230	《健康之路》 20210606 脸皮厚点更健康
231	《健康之路》 20210607 远离痔疮的苦恼
232	《健康之路》 20210608 且练且珍“膝”（上）
233	《健康之路》 20210609 且练且珍“膝”（下）
234	《健康之路》 20210610 被忽略的心梗信号

序号	期号/视频内容
235	《健康之路》 20210611 肚子胀气为哪般
236	《健康之路》 20210612 端午时节巧养生（上）
237	《健康之路》 20210613 端午时节巧养生（中）
238	《健康之路》 20210614 端午时节巧养生（下）
239	《健康之路》 20210615 重启心跳的救心术
240	《健康之路》 20210616 别让高血糖伤了肾
241	《健康之路》 20210617 小心高血压伤了肾
242	《健康之路》 20210618 肾脏的求救信号
243	《健康之路》 20210619 关爱身与心 爸爸更健康（上）
244	《健康之路》 20210620 关爱身与心 爸爸更健康（下）
245	《健康之路》 20210621 夏至养生划重点
246	《健康之路》 20210622 拯救“甜蜜”的眼睛
247	《健康之路》 20210623 大脑中的隐秘杀手
248	《健康之路》 20210624 易受伤的胃
249	《健康之路》 20210625 养胃伤胃大反转
250	《健康之路》 20210626 饮品真相大反转
251	《健康之路》 20210627 夏日吃瓜顶呱呱（上）
252	《健康之路》 20210628 夏日吃瓜顶呱呱（下）
253	《健康之路》 20210629 古药新解（一）
254	《健康之路》 20210630 古药新解（二）
255	《健康之路》 20210701 古药新解（三）
256	《健康之路》 20210702 古药新解（四）
257	《健康之路》 20210703 古药新解（五）
258	《健康之路》 20210704 《黄帝内经》中的养生智慧·夏季篇（上）
259	《健康之路》 20210705 《黄帝内经》中的养生智慧·夏季篇（中）
260	《健康之路》 20210706 《黄帝内经》中的养生智慧·夏季篇（下）
261	《健康之路》 20210707 警惕夏季食物杀手
262	《健康之路》 20210708 炎炎夏日 稳住血压
263	《健康之路》 20210709 中医“三法”巧过夏
264	《健康之路》 20210710 炎夏来碗清心汤
265	《健康之路》 20210711 一方水土一方食·夏（一）
266	《健康之路》 20210712 一方水土一方食·夏（二）
267	《健康之路》 20210713 一方水土一方食·夏（三）
268	《健康之路》 20210714 一方水土一方食·夏（四）
269	《健康之路》 20210715 一方水土一方食·夏（五）
270	《健康之路》 20210716 一方水土一方食·夏（六）
271	《健康之路》 20210717 一方水土一方食·夏（七）
272	《健康之路》 20210718 一方水土一方食·夏（八）
273	《健康之路》 20210719 一方水土一方食·夏（九）
274	《健康之路》 20210720 一方水土一方食·夏（十）

序号	期号/视频内容
275	《健康之路》 20210721 夏日烦恼“消消乐”（上）
276	《健康之路》 20210722 夏日烦恼“消消乐”（下）
277	《健康之路》 20210723 夏季最怕用力猛
278	《健康之路》 20210724 明辨肩痛
279	《健康之路》 20210725 吃得对才“肠寿”
280	《健康之路》 20210726 调料传言辨真假
281	《健康之路》 20210727 腿肿背后有隐情
282	《健康之路》 20210728 眩晕背后有隐情
283	《健康之路》 20210729 卒中背后有隐情
284	《健康之路》 20210730 憋气背后有隐情
285	《健康之路》 20210731 人未老腰先衰
286	《健康之路》 20210801 守护最可爱的人（上）
287	《健康之路》 20210802 守护最可爱的人（中）
288	《健康之路》 20210803 守护最可爱的人（下）
289	《健康之路》 20210804 无病呻吟也是病
290	《健康之路》 20210805 对症下药胃气通
291	《健康之路》 20210806 戏里戏外看“心”事
292	《健康之路》 20210807 大脑的爱与不爱（上）
293	《健康之路》 20210808 大脑的爱与不爱（下）
294	《健康之路》 20210809 恼人的腹泻
295	《健康之路》 20210810 识破脑瘤伪装术
296	《健康之路》 20210811 谨防心门随意开
297	《健康之路》 20210812 胰岛素传言辨真假
298	《健康之路》 20210813 踮出健康来
299	《健康之路》 20210814 你不知道的科室——麻醉
300	《健康之路》 20210815 你不知道的科室——病理
301	《健康之路》 20210816 你不知道的科室——放疗
302	《健康之路》 20210817 你不知道的科室——ICU
303	《健康之路》 20210818 匠心传承 生命守护（一）
304	《健康之路》 20210819 匠心传承 生命守护（二）
305	《健康之路》 20210820 匠心传承 生命守护（三）
306	《健康之路》 20210821 匠心传承 生命守护（四）
307	《健康之路》 20210822 匠心传承 生命守护（五）
308	《健康之路》 20210823 打开老人生活半径（上）
309	《健康之路》 20210824 打开老人生活半径（下）
310	《健康之路》 20210825 小心运动猝死
311	《健康之路》 20210826 当心癌症“吃了”骨头
312	《健康之路》 20210827 巧用香药理气机
313	《健康之路》 20210828 巧用香药治心疾
314	《健康之路》 20210829 巧用香药调脾胃

序号	期号/视频内容
315	《健康之路》 20210830 别让股骨头受了伤
316	《健康之路》 20210831 肥胖的代价
317	《健康之路》 20210901 管好你的肺结节
318	《健康之路》 20210902 中医“十法”调脾胃（一）
319	《健康之路》 20210903 中医“十法”调脾胃（二）
320	《健康之路》 20210904 中医“十法”调脾胃（三）
321	《健康之路》 20210905 中医“十法”调脾胃（四）
322	《健康之路》 20210906 警惕颈椎的报警信号
323	《健康之路》 20210907 被忽视的脑瘤信号
324	《健康之路》 20210908 防治脑梗要“三快”
325	《健康之路》 20210909 肺结节，不必谈“磨”色变
326	《健康之路》 20210910 守护老师有中医
327	《健康之路》 20210911 别让隐形成分迷了眼
328	《健康之路》 20210912 小心高血脂来偷袭
329	《健康之路》 20210913 百年协和·打开手术大门
330	《健康之路》 20210914 百年协和·女性健康守护者
331	《健康之路》 20210915 百年协和·解锁内分泌
332	《健康之路》 20210916 百年协和·抚“胃”仁心
333	《健康之路》 20210917 百年协和·中国营养开创者
334	《健康之路》 20210918 百年协和·小腔洞里大乾坤
335	《健康之路》 20210919 百年协和·过敏原“神探”
336	《健康之路》 20210920 《黄帝内经》中的养生智慧·秋季篇（上）
337	《健康之路》 20210921 《黄帝内经》中的养生智慧·秋季篇（下）
338	《健康之路》 20210922 好身材 靠肌肉（上）
339	《健康之路》 20210923 好身材 靠肌肉（中）
340	《健康之路》 20210924 好身材 靠肌肉（下）
341	《健康之路》 20210925 名医治痛分寒热（上）
342	《健康之路》 20210926 名医治痛分寒热（下）
343	《健康之路》 20210927 胖老太的关节烦恼
344	《健康之路》 20210928 秋季餐桌上的养生智慧（一）
345	《健康之路》 20210929 秋季餐桌上的养生智慧（二）
346	《健康之路》 20210930 秋季餐桌上的养生智慧（三）
347	《健康之路》 20211001 秋季餐桌上的养生智慧（四）
348	《健康之路》 20211002 秋季餐桌上的养生智慧（五）
349	《健康之路》 20211003 秋季餐桌上的养生智慧（六）
350	《健康之路》 20211004 秋季餐桌上的养生智慧（七）
351	《健康之路》 20211005 秋季餐桌上的养生智慧（八）
352	《健康之路》 20211006 秋季餐桌上的养生智慧（九）
353	《健康之路》 20211007 秋季餐桌上的养生智慧（十）
354	《健康之路》 20211008 寒露养生划重点

序号	期号/视频内容
355	《健康之路》 20211009 生命终点 支持有道（上）
356	《健康之路》 20211010 生命终点 支持有道（下）
357	《健康之路》 20211011 远离疱疹之痛
358	《健康之路》 20211012 睡眠也是一味药
359	《健康之路》 20211013 血管不好伤腿脚
360	《健康之路》 20211014 重阳民俗与养生
361	《健康之路》 20211015 中医辨汗来识病
362	《健康之路》 20211016 中医辨涎来识病
363	《健康之路》 20211017 中医辨尿来识病
364	《健康之路》 20211018 中医辨发来识病
365	《健康之路》 20211019 中医辨泪来识病
366	《健康之路》 20211020 摔倒背后有玄机
367	《健康之路》 20211021 莫让糖尿病盯上孩子
368	《健康之路》 20211022 时令咳嗽巧应急
369	《健康之路》 20211023 中医新解心脏病（上）
370	《健康之路》 20211024 中医新解心脏病（下）
371	《健康之路》 20211025 容易受伤的心（一）
372	《健康之路》 20211026 容易受伤的心（二）
373	《健康之路》 20211027 容易受伤的心（三）
374	《健康之路》 20211028 容易受伤的心（四）
375	《健康之路》 20211029 小心身上的肉疙瘩
376	《健康之路》 20211030 曲直人生变形记
377	《健康之路》 20211031 别毁了膝盖保护垫
378	《健康之路》 20211101 警惕消失的老花眼
379	《健康之路》 20211102 拖出来的鼻窦炎
380	《健康之路》 20211104 拨开胸痛迷雾
381	《健康之路》 20211105 挑战颈椎生命禁区
382	《健康之路》 20211103 这种癌爱找年轻人
383	《健康之路》 20211106 用对小罐解烦忧（上）
384	《健康之路》 20211107 用对小罐解烦忧（下）
385	《健康之路》 20211108 指甲上的“紧箍咒”
386	《健康之路》 20211109 拒绝油腻 中医有招
387	《健康之路》 20211110 将盆底肌锻炼进行到底
388	《健康之路》 20211111 血糖高了也伤耳
389	《健康之路》 20211112 血糖高了也伤骨
390	《健康之路》 20211113 血糖高了伤神经
391	《健康之路》 20211114 糖友出游用药须知
392	《健康之路》 20211115 经期量大藏隐患
393	《健康之路》 20211116 太极拳你练对了吗（上）
394	《健康之路》 20211117 太极拳你练对了吗（下）

序号	期号/视频内容
395	《健康之路》 20211118 血管长瘤更危险
396	《健康之路》 20211119 小心网脱找上你
397	《健康之路》 20211120 练好臀肌一身正
398	《健康之路》 20211121 要想长寿多练腿
399	《健康之路》 20211122 小雪养生划重点
400	《健康之路》 20211123 巧运动 防意外
401	《健康之路》 20211124 名医验方解骨痛
402	《健康之路》 20211125 糖尿病也会伤手脚
403	《健康之路》 20211126 做好孩子的家庭医生（上）
404	《健康之路》 20211127 做好孩子的家庭医生（中）
405	《健康之路》 20211128 做好孩子的家庭医生（下）
406	《健康之路》 20211129 小心胃酸“乱串门”
407	《健康之路》 20211130 回馈母爱的一份体检
408	《健康之路》 20211201 你不知道的用药常识（上）
409	《健康之路》 20211202 你不知道的用药常识（下）
410	《健康之路》 20211203 近视摘镜指南
411	《健康之路》 20211204 小心“夫妻癌”
412	《健康之路》 20211205 选对方法祛湿邪
413	《健康之路》 20211206 拯救“折叠”老人
414	《健康之路》 20211207 冬季餐桌上的养生智慧（一）
415	《健康之路》 20211208 冬季餐桌上的养生智慧（二）
416	《健康之路》 20211209 冬季餐桌上的养生智慧（三）
417	《健康之路》 20211210 冬季餐桌上的养生智慧（四）
418	《健康之路》 20211211 冬季餐桌上的养生智慧（五）
419	《健康之路》 20211212 冬季餐桌上的养生智慧（六）
420	《健康之路》 20211213 中医用药如用兵（一）
421	《健康之路》 20211214 中医用药如用兵（二）
422	《健康之路》 20211215 中医用药如用兵（三）
423	《健康之路》 20211216 中医用药如用兵（四）
424	《健康之路》 20211217 中医用药如用兵（五）
425	《健康之路》 20211218 中医用药如用兵（六）
426	《健康之路》 20211219 中医用药如用兵（七）
427	《健康之路》 20211220 莫名憋气为哪般
428	《健康之路》 20211221 老慢支安全过冬
429	《健康之路》 20211222 冬季咳嗽应急宝典
430	《健康之路》 20211223 老来要当“不倒翁”（上）
431	《健康之路》 20211224 老来要当“不倒翁”（下）
432	《健康之路》 20211225 食物传言你信了吗（一）
433	《健康之路》 20211226 食物传言你信了吗（二）
434	《健康之路》 20211227 食物传言你信了吗（三）

序号	期号/视频内容
435	《健康之路》 20211228 食物传言你信了吗（四）
436	《健康之路》 20211229 慢咳背后有元凶
437	《健康之路》 20211230 肠癌风险早知道
438	《健康之路》 20211231 养生俗语 中医新解（一）
439	《健康之路》 20220101 养生俗语 中医新解（二）
440	《健康之路》 20220102 养生俗语 中医新解（三）
441	《健康之路》 20220103 养生俗语 中医新解（四）
442	《健康之路》 20220104 小寒养生划重点（上）
443	《健康之路》 20220105 小寒养生划重点（下）
444	《健康之路》 20220106 良医忠告（一）
445	《健康之路》 20220107 良医忠告（二）
446	《健康之路》 20220108 良医忠告（三）
447	《健康之路》 20220109 良医忠告（四）
448	《健康之路》 20220110 良医忠告（五）
449	《健康之路》 20220111 良医忠告（六）
450	《健康之路》 20220112 良医忠告（七）
451	《健康之路》 20220113 良医忠告（八）
452	《健康之路》 20220114 压差大 拉警报
453	《健康之路》 20220115 小调料 大功效（上）
454	《健康之路》 20220116 小调料 大功效（下）
455	《健康之路》 20220117 “面子工程”莫忽视
456	《健康之路》 20220118 菜市场里的中医宝物（一）
457	《健康之路》 20220119 菜市场里的中医宝物（二）
458	《健康之路》 20220120 菜市场里的中医宝物（三）
459	《健康之路》 20220121 菜市场里的中医宝物（四）
460	《健康之路》 20220122 牛奶好挑选
461	《健康之路》 20220123 酱油好挑选
462	《健康之路》 20220124 食醋好挑选
463	《健康之路》 20220125 跟着中医买年菜（上）
464	《健康之路》 20220126 跟着中医买年菜（下）
465	《健康之路》 20220127 新年礼物送健康（一）
466	《健康之路》 20220128 新年礼物送健康（二）
467	《健康之路》 20220129 新年礼物送健康（三）
468	《健康之路》 20220130 新年礼物送健康（四）
469	《健康之路》 20220131 年俗灯谜话养生（上）
470	《健康之路》 20220201 年俗灯谜话养生（下）
471	《健康之路》 20220202 知时节 迎新春（一）
472	《健康之路》 20220203 知时节 迎新春（二）
473	《健康之路》 20220204 知时节 迎新春（三）
474	《健康之路》 20220205 知时节 迎新春（四）

序号	期号/视频内容
475	《健康之路》 20220206 知时节 迎新春（五）
476	《健康之路》 20220207 知时节 迎新春（六）
477	《健康之路》 20220208 辨清体质好养生（一）
478	《健康之路》 20220209 辨清体质好养生（二）
479	《健康之路》 20220210 辨清体质好养生（三）
480	《健康之路》 20220211 辨清体质好养生（四）
481	《健康之路》 20220212 运动不当也惹祸（一）
482	《健康之路》 20220213 运动不当也惹祸（二）
483	《健康之路》 20220214 运动不当也惹祸（三）
484	《健康之路》 20220215 运动不当也惹祸（四）
485	《健康之路》 20220216 时尚奶奶们的养生经（上）
486	《健康之路》 20220217 时尚奶奶们的养生经（下）
487	《健康之路》 20220218 给脊髓“松松绑”
488	《健康之路》 20220219 二十四节气学堂·雨水
489	《健康之路》 20220220 警惕血糖伤了眼
490	《健康之路》 20220221 止疼也要用对招
491	《健康之路》 20220222 难熬的“心病”
492	《健康之路》 20220223 做胃镜的那些事儿
493	《健康之路》 20220224 做肠镜的那些事儿
494	《健康之路》 20220225 泌尿肿瘤的“两面派”
495	《健康之路》 20220226 与淋巴瘤的三次对话
496	《健康之路》 20220227 《黄帝内经》中的养生智慧·春季篇
497	《健康之路》 20220228 肺出问题早知晓
498	《健康之路》 20220301 探秘麻醉科
499	《健康之路》 20220302 探秘病理科
500	《健康之路》 20220303 探秘放疗科
501	《健康之路》 20220304 探秘 ICU
502	《健康之路》 20220305 二十四节气学堂·惊蛰
503	《健康之路》 20220306 女中医的养颜私房菜（上）
504	《健康之路》 20220307 女中医的养颜私房菜（下）
505	《健康之路》 20220308 意想不到的更年期
506	《健康之路》 20220309 雌激素的是与非
507	《健康之路》 20220310 血管说明书（上）
508	《健康之路》 20220311 血管说明书（中）
509	《健康之路》 20220312 血管说明书（下）
510	《健康之路》 20220313 良医忠告 2（一）
511	《健康之路》 20220314 良医忠告 2（二）
512	《健康之路》 20220315 良医忠告 2（三）
513	《健康之路》 20220316 良医忠告 2（四）
514	《健康之路》 20220317 良医忠告 2（五）

序号	期号/视频内容
515	《健康之路》 20220318 良医忠告 2（六）
516	《健康之路》 20220319 良医忠告 2（七）
517	《健康之路》 20220320 二十四节气学堂·春分
518	《健康之路》 20220321 营养专家的控糖攻略（上）
519	《健康之路》 20220322 营养专家的控糖攻略（中）
520	《健康之路》 20220323 营养专家的控糖攻略（下）
521	《健康之路》 20220324 孩子鼻炎误不得
522	《健康之路》 20220325 关注甲状腺需要看时机
523	《健康之路》 20220326 灭虫大作战（上）
524	《健康之路》 20220327 灭虫大作战（中）
525	《健康之路》 20220328 灭虫大作战（下）
526	《健康之路》 20220329 护好女性宫殿
527	《健康之路》 20220330 挽救“小黄人”
528	《健康之路》 20220331 通经活络一身轻（一）
529	《健康之路》 20220401 通经活络一身轻（二）
530	《健康之路》 20220402 通经活络一身轻（三）
531	《健康之路》 20220403 通经活络一身轻（四）
532	《健康之路》 20220404 通经活络一身轻（五）
533	《健康之路》 20220405 二十四节气学堂·清明
534	《健康之路》 20220406 护眼毁眼大反转（上）
535	《健康之路》 20220407 护眼毁眼大反转（中）
536	《健康之路》 20220408 护眼毁眼大反转（下）
537	《健康之路》 20220409 上病下治 巧医疼痛
538	《健康之路》 20220410 下病上治 巧医疼痛
539	《健康之路》 20220411 孩子注意力与肠道健康
540	《健康之路》 20220412 身体的疼痛按钮（上）
541	《健康之路》 20220413 身体的疼痛按钮（下）
542	《健康之路》 20220414 抗癌战（一）
543	《健康之路》 20220415 抗癌战（二）
544	《健康之路》 20220416 抗癌战（三）
545	《健康之路》 20220417 抗癌战（四）
546	《健康之路》 20220418 抗癌战（五）
547	《健康之路》 20220419 抗癌战（六）
548	《健康之路》 20220420 二十四节气学堂·谷雨
549	《健康之路》 20220421 孩子身高的秘密（上）
550	《健康之路》 20220422 孩子身高的秘密（下）
551	《健康之路》 20220423 过敏传言辨真假（上）
552	《健康之路》 20220424 过敏传言辨真假（下）
553	《健康之路》 20220425 预防接种 专家有话说
554	《健康之路》 20220426 来自耳科医生的忠告（上）

序号	期号/视频内容
555	《健康之路》 20220427 来自耳科医生的忠告（下）
556	《健康之路》 20220428 疫情下的眼健康
557	《健康之路》 20220429 南北养生大比拼（一）
558	《健康之路》 20220430 南北养生大比拼（二）
559	《健康之路》 20220501 南北养生大比拼（三）
560	《健康之路》 20220502 南北养生大比拼（四）
561	《健康之路》 20220503 南北养生大比拼（五）
562	《健康之路》 20220504 南北养生大比拼（六）
563	《健康之路》 20220505 二十四节气学堂·立夏
564	《健康之路》 20220506 找对原因祛口臭
565	《健康之路》 20220507 找对原因祛口苦
566	《健康之路》 20220508 动出健康新生活（一）
567	《健康之路》 20220509 动出健康新生活（二）
568	《健康之路》 20220510 动出健康新生活（三）
569	《健康之路》 20220511 动出健康新生活（四）
570	《健康之路》 20220512 良医忠告（一）
571	《健康之路》 20220513 良医忠告（二）
572	《健康之路》 20220514 良医忠告（三）
573	《健康之路》 20220515 良医忠告（四）
574	《健康之路》 20220516 良医忠告（五）
575	《健康之路》 20220517 良医忠告（六）
576	《健康之路》 20220518 良医忠告（七）
577	《健康之路》 20220519 意想不到的更年期
578	《健康之路》 20220520 雌激素的是与非
579	《健康之路》 20220521 二十四节气学堂·小满
580	《健康之路》 20220522 中医辨汗来识病
581	《健康之路》 20220523 中医辨涎来识病
582	《健康之路》 20220524 中医辨尿来识病
583	《健康之路》 20220525 中医辨发来识病
584	《健康之路》 20220526 中医辨泪来识病
585	《健康之路》 20220527 给脊髓“松松绑”
586	《健康之路》 20220528 练好臀肌一身正
587	《健康之路》 20220529 要想长寿多练腿
588	《健康之路》 20220530 良医忠告3（一）
589	《健康之路》 20220531 良医忠告3（二）
590	《健康之路》 20220601 良医忠告3（三）
591	《健康之路》 20220602 良医忠告3（四）
592	《健康之路》 20220603 良医忠告3（五）
593	《健康之路》 20220604 良医忠告3（六）
594	《健康之路》 20220605 良医忠告3（七）

序号	期号/视频内容
595	《健康之路》 20220606 二十四节气学堂·芒种
596	《健康之路》 20220607 莫让“虎威”伤了健康
597	《健康之路》 20220608 做胃镜的那些事儿
598	《健康之路》 20220609 做肠镜的那些事儿
599	《健康之路》 20220610 被堵住的人体水库
600	《健康之路》 20220611 生命之旅历险记（上）
601	《健康之路》 20220612 生命之旅历险记（下）
602	《健康之路》 20220613 管好家庭小药箱（上）
603	《健康之路》 20220614 管好家庭小药箱（下）
604	《健康之路》 20220615 腰椎变坏分老少
605	《健康之路》 20220616 对付肿瘤 有计可施
606	《健康之路》 20220617 肠胃重疾有信号
607	《健康之路》 20220618 胃不舒服病在心
608	《健康之路》 20220619 关爱男人生命“腺”
609	《健康之路》 20220620 大脑也需抗衰老
610	《健康之路》 20220621 警惕血糖伤了心
611	《健康之路》 20220622 警惕血糖伤了肾
612	《健康之路》 20220623 知“脊”知彼（上）
613	《健康之路》 20220624 知“脊”知彼（中）
614	《健康之路》 20220625 知“脊”知彼（下）
615	《健康之路》 20220626 别让老年病找上年轻人（一）
616	《健康之路》 20220627 别让老年病找上年轻人（二）
617	《健康之路》 20220628 别让老年病找上年轻人（三）
618	《健康之路》 20220629 别让老年病找上年轻人（四）
619	《健康之路》 20220630 善于伪装的胰腺癌
620	《健康之路》 20220701 食物传言辨真假 上
621	《健康之路》 20220702 食物传言辨真假 中
622	《健康之路》 20220703 食物传言辨真假 下
623	《健康之路》 20220704 重启生命的急救攻略（上）
624	《健康之路》 20220705 重启生命的急救攻略（下）
625	《健康之路》 20220706 头部磕碰莫轻视
626	《健康之路》 20220707 日常锻炼误区多（一）
627	《健康之路》 20220708 日常锻炼误区多（二）
628	《健康之路》 20220709 日常锻炼误区多（三）
629	《健康之路》 20220710 日常锻炼误区多（四）
630	《健康之路》 20220711 卵巢的“自拍照”
631	《健康之路》 20220712 来自子宫的预警信号
632	《健康之路》 20220713 病在脚 根在“糖”
633	《健康之路》 20220714 好好吃饭也能瘦
634	《健康之路》 20220715 练好肌肉解疼痛

序号	期号/视频内容
635	《健康之路》 20220716 完美身材练出来（上）
636	《健康之路》 20220717 完美身材练出来（下）
637	《健康之路》 20220718 预防中毒专家有话说（上）
638	《健康之路》 20220719 预防中毒专家有话说（下）
639	《健康之路》 20220720 夏季饮食安为先
640	《健康之路》 20220721 知时节 巧度夏（上）
641	《健康之路》 20220722 知时节 巧度夏（中）
642	《健康之路》 20220723 知时节 巧度夏（下）
643	《健康之路》 20220724 意想不到的“三高”
644	《健康之路》 20220725 人体使用说明书——前列腺
645	《健康之路》 20220726 人体使用说明书——肠道
646	《健康之路》 20220727 人体使用说明书——胃
647	《健康之路》 20220728 人体使用说明书——眼睛
648	《健康之路》 20220729 巧用小罐过伏天
649	《健康之路》 20220730 夏用小罐治冬病
650	《健康之路》 20220731 一味鲜药解夏“急”
651	《健康之路》 20220801 应急自救指南——地震（上）
652	《健康之路》 20220802 应急自救指南——地震（下）
653	《健康之路》 20220803 应急自救指南——暴雨
654	《健康之路》 20220804 应急自救指南——火灾（上）
655	《健康之路》 20220805 应急自救指南——火灾（下）
656	《健康之路》 20220806 破解近视的“快刀手”
657	《健康之路》 20220807 二十四节气学堂·立秋
658	《健康之路》 20220808 练通经络好养生（一）
659	《健康之路》 20220809 练通经络好养生（二）
660	《健康之路》 20220810 练通经络好养生（三）
661	《健康之路》 20220811 练通经络好养生（四）
662	《健康之路》 20220812 练通经络好养生（五）
663	《健康之路》 20220813 练通经络好养生（六）
664	《健康之路》 20220814 练通经络好养生（七）
665	《健康之路》 20220815 练通经络好养生（八）
666	《健康之路》 20220816 匠心仁术（一）
667	《健康之路》 20220817 匠心仁术（二）
668	《健康之路》 20220818 匠心仁术（三）
669	《健康之路》 20220819 匠心仁术（四）
670	《健康之路》 20220820 匠心仁术（五）
671	《健康之路》 20220821 匠心仁术（六）
672	《健康之路》 20220822 匠心仁术（七）
673	《健康之路》 20220823 匠心仁术（八）
674	《健康之路》 20220824 匠心仁术（九）

序号	期号/视频内容
675	《健康之路》 20220825 二十四节气学堂·处暑
676	《健康之路》 20220826 呕血谜团
677	《健康之路》 20220827 压力大会“伤心”
678	《健康之路》 20220828 远离肠癌雷区
679	《健康之路》 20220829 远离胃癌雷区
680	《健康之路》 20220830 远离肝癌雷区
681	《健康之路》 20220831 善于伪装的肺癌
682	《健康之路》 20220901 善于伪装的心衰（上）
683	《健康之路》 20220902 善于伪装的心衰（下）
684	《健康之路》 20220903 中成药你用对了吗（上）
685	《健康之路》 20220904 中成药你用对了吗（中）
686	《健康之路》 20220905 中成药你用对了吗（下）
687	《健康之路》 20220906 二十四节气学堂·白露
688	《健康之路》 20220907 小经方 大智慧（一）
689	《健康之路》 20220908 小经方 大智慧（二）
690	《健康之路》 20220909 小经方 大智慧（三）
691	《健康之路》 20220910 小经方 大智慧（四）
692	《健康之路》 20220911 小经方 大智慧（五）
693	《健康之路》 20220912 糖尿病也怕上年纪（上）
694	《健康之路》 20220913 糖尿病也怕上年纪（下）
695	《健康之路》 20220914 打好湿疹持久战
696	《健康之路》 20220915 狡猾的“天下第一痛”
697	《健康之路》 20220916 孩子肥胖寻因记
698	《健康之路》 20220917 了解放疗真相
699	《健康之路》 20220918 口腔医生有话说（一）
700	《健康之路》 20220919 口腔医生有话说（二）
701	《健康之路》 20220920 口腔医生有话说（三）
702	《健康之路》 20220921 口腔医生有话说（四）
703	《健康之路》 20220922 口腔医生有话说（五）
704	《健康之路》 20220923 二十四节气学堂·秋分
705	《健康之路》 20220924 关于“心”的一切（一）
706	《健康之路》 20220925 关于“心”的一切（二）
707	《健康之路》 20220926 关于“心”的一切（三）
708	《健康之路》 20220927 关于“心”的一切（四）
709	《健康之路》 20220928 关于“心”的一切（五）
710	《健康之路》 20220929 关于“心”的一切（六）
711	《健康之路》 20220930 中医流派传奇（一）
712	《健康之路》 20221001 中医流派传奇（二）
713	《健康之路》 20221002 中医流派传奇（三）
714	《健康之路》 20221003 中医流派传奇（四）

序号	期号/视频内容
715	《健康之路》 20221004 中医流派传奇（五）
716	《健康之路》 20221005 中医流派传奇（六）
717	《健康之路》 20221006 中医流派传奇（七）
718	《健康之路》 20221007 中医流派传奇（八）
719	《健康之路》 20221008 二十四节气学堂·寒露
720	《健康之路》 20221009 巧用“花招”解烦忧（一）
721	《健康之路》 20221010 巧用“花招”解烦忧（二）
722	《健康之路》 20221011 巧用“花招”解烦忧（三）
723	《健康之路》 20221012 巧用“花招”解烦忧（四）
724	《健康之路》 20221013 急救总动员（一）
725	《健康之路》 20221014 急救总动员（二）
726	《健康之路》 20221015 急救总动员（三）
727	《健康之路》 20221016 急救总动员（四）
728	《健康之路》 20221017 急救总动员（五）
729	《健康之路》 20221018 急救总动员（六）
730	《健康之路》 20221019 急救总动员（七）
731	《健康之路》 20221020 五官齐聚话健康（上）
732	《健康之路》 20221021 五官齐聚话健康（中）
733	《健康之路》 20221022 五官齐聚话健康（下）
734	《健康之路》 20221023 二十四节气学堂·霜降
735	《健康之路》 20221024 神外医生有话说（一）
736	《健康之路》 20221025 神外医生有话说（二）
737	《健康之路》 20221026 神外医生有话说（三）
738	《健康之路》 20221027 神外医生有话说（四）
739	《健康之路》 20221028 神外医生有话说（五）
740	《健康之路》 20221029 神外医生有话说（六）
741	《健康之路》 20221030 神外医生有话说（七）
742	《健康之路》 20221031 当心“粉红杀手”
743	《健康之路》 20221102 中药最佳搭档（一）
744	《健康之路》 20221103 中药最佳搭档（二）
745	《健康之路》 20221104 中药最佳搭档（三）
746	《健康之路》 20221105 中药最佳搭档（四）
747	《健康之路》 20221106 中药最佳搭档（五）
748	《健康之路》 20221107 二十四节气学堂·立冬
749	《健康之路》 20221108 身体自带的“小药箱”（一）
750	《健康之路》 20221109 身体自带的“小药箱”（二）
751	《健康之路》 20221110 身体自带的“小药箱”（三）
752	《健康之路》 20221111 身体自带的“小药箱”（四）
753	《健康之路》 20221112 身体自带的“小药箱”（五）
754	《健康之路》 20221113 身体自带的“小药箱”（六）

序号	期号/视频内容
755	《健康之路》 20221114 心脏“维修”指南（一）
756	《健康之路》 20221115 心脏“维修”指南（二）
757	《健康之路》 20221116 心脏“维修”指南（三）
758	《健康之路》 20221117 心脏“维修”指南（四）
759	《健康之路》 20221118 妇产科专家的健康忠告（一）
760	《健康之路》 20221119 妇产科专家的健康忠告（二）
761	《健康之路》 20221120 妇产科专家的健康忠告（三）
762	《健康之路》 20221121 妇产科专家的健康忠告（四）
763	《健康之路》 20221122 二十四节气学堂·小雪
764	《健康之路》 20221123 腰突的全龄时代
765	《健康之路》 20221124 重获“心”生
766	《健康之路》 20221125 要运动先知己（上）
767	《健康之路》 20221126 要运动先知己（中）
768	《健康之路》 20221127 要运动先知己（下）
769	《健康之路》 20221128 关于血管健康的专家忠告
770	《健康之路》 20221129 护好男性“生命腺”
771	《健康之路》 20221130 莫让尿路感染来捣乱
772	《健康之路》 20221204 来自耳科医生的忠告
773	《健康之路》 20221205 来自骨科医生的忠告
774	《健康之路》 20221206 关于肾脏健康的专家忠告
775	《健康之路》 20221207 关于用药安全的专家忠告
776	《健康之路》 20221208 关于皮肤健康的专家忠告
777	《健康之路》 20221209 来者不善的疝气
778	《健康之路》 20221210 二十四节气学堂·大雪
779	《健康之路》 20221211 呵护“妈妈手”
780	《健康之路》 20221212 这种无力需警惕
781	《健康之路》 20221213 慢病的真相（一）
782	《健康之路》 20221214 慢病的真相（二）
783	《健康之路》 20221215 慢病的真相（三）
784	《健康之路》 20221216 慢病的真相（四）
785	《健康之路》 20221217 慢病的真相（五）
786	《健康之路》 20221218 冬季养生划重点
787	《健康之路》 20221219 “镜”落石出
788	《健康之路》 20221220 你不知道的贫血
789	《健康之路》 20221221 新冠康复全攻略
790	《健康之路》 20221222 二十四节气学堂·冬至
791	《健康之路》 20221223 经络畅通百病消（一）
792	《健康之路》 20221224 经络畅通百病消（二）
793	《健康之路》 20221225 经络畅通百病消（三）
794	《健康之路》 20221226 经络畅通百病消（四）

序号	期号/视频内容
795	《健康之路》 20221227 经络畅通百病消（五）
796	《健康之路》 20221228 守卫女性健康防线
797	《健康之路》 20221229 中医治痛有妙招（上）
798	《健康之路》 20221230 中医治痛有妙招（下）
799	《健康之路》 20221231 巧用酸味来养生（一）
800	《健康之路》 20230101 巧用酸味来养生（二）
801	《健康之路》 20230102 巧用酸味来养生（三）
802	《健康之路》 20230103 巧用酸味来养生（四）
803	《健康之路》 20230104 对付疼痛你做对了吗
804	《健康之路》 20230105 二十四节气学堂·小寒
805	《健康之路》 20230106 保护眼睛你做对了吗（上）
806	《健康之路》 20230107 保护眼睛你做对了吗（中）
807	《健康之路》 20230108 保护眼睛你做对了吗（下）
808	《健康之路》 20230109 人老腿不老
809	《健康之路》 20230110 人老脑不老
810	《健康之路》 20230111 人老耳不老
811	《健康之路》 20230112 人老牙不老
812	《健康之路》 20230113 保住精气神（上）
813	《健康之路》 20230114 保住精气神（中）
814	《健康之路》 20230115 保住精气神（下）
815	《健康之路》 20230116 运动也能治慢病（上）
816	《健康之路》 20230117 运动也能治慢病（下）
817	《健康之路》 20230118 新冠热点全聚焦（上）
818	《健康之路》 20230119 新冠热点全聚焦（下）
819	《健康之路》 20230120 二十四节气学堂·大寒
820	《健康之路》 20230121 巧用甘味来养生（一）
821	《健康之路》 20230122 巧用甘味来养生（二）
822	《健康之路》 20230123 巧用甘味来养生（三）
823	《健康之路》 20230124 巧用甘味来养生（四）
824	《健康之路》 20230125 巧用甘味来养生（五）
825	《健康之路》 20230126 巧用甘味来养生（六）
826	《健康之路》 20230127 中医出招调脾胃（一）
827	《健康之路》 20230128 中医出招调脾胃（二）
828	《健康之路》 20230129 中医出招调脾胃（三）
829	《健康之路》 20230130 中医出招调脾胃（四）
830	《健康之路》 20230131 食品标签里的小秘密（一）
831	《健康之路》 20230201 食品标签里的小秘密（二）
832	《健康之路》 20230202 食品标签里的小秘密（三）
833	《健康之路》 20230203 食品标签里的小秘密（四）
834	《健康之路》 20230204 春季养生宝典（上）

序号	期号/视频内容
835	《健康之路》 20230205 春季养生宝典（中）
836	《健康之路》 20230206 春季养生宝典（下）
837	《健康之路》 20230207 远离口腔疾病的困扰
838	《健康之路》 20230208 远离耳科疾病的困扰
839	《健康之路》 20230209 远离骨科疾病的困扰
840	《健康之路》 20230210 远离妇科疾病困扰
841	《健康之路》 20230211 管控血糖二选一（上）
842	《健康之路》 20230212 管控血糖二选一（下）
843	《健康之路》 20230213 “小心眼”头会痛
844	《健康之路》 20230214 生死肺栓塞
845	《健康之路》 20230215 中医新主张（一）
846	《健康之路》 20230216 中医新主张（二）
847	《健康之路》 20230217 中医新主张（三）
848	《健康之路》 20230218 中医新主张（四）
849	《健康之路》 20230219 中医新主张（五）
850	《健康之路》 20230220 三道防线降火燥
851	《健康之路》 20230221 步步为营养好心
852	《健康之路》 20230222 疾病虽罕见 也要被看见（一）
853	《健康之路》 20230223 疾病虽罕见 也要被看见（二）
854	《健康之路》 20230224 疾病虽罕见 也要被看见（三）
855	《健康之路》 20230225 疾病虽罕见 也要被看见（四）
856	《健康之路》 20230226 疾病虽罕见 也要被看见（五）
857	《健康之路》 20230227 疾病虽罕见 也要被看见（六）
858	《健康之路》 20230228 疾病虽罕见 也要被看见（七）
859	《健康之路》 20230301 朋友圈的健康传言（上）
860	《健康之路》 20230302 朋友圈的健康传言（中）
861	《健康之路》 20230304 春食野菜正当时（上）
862	《健康之路》 20230305 春食野菜正当时（下）
863	《健康之路》 20230306 春季养生宝典（上）
864	《健康之路》 20230307 春季养生宝典（中）
865	《健康之路》 20230308 春季养生宝典（下）
866	《健康之路》 20230309 巧用酸味来养生（一）
867	《健康之路》 20230310 巧用酸味来养生（二）
868	《健康之路》 20230311 巧用酸味来养生（三）
869	《健康之路》 20230312 巧用酸味来养生（四）
870	《健康之路》 20230313 巧食春菜养阳气
871	《健康之路》 20230314 巧用花草来养生
872	《健康之路》 20230315 常用中药新解读（上）
873	《健康之路》 20230316 常用中药新解读（中）
874	《健康之路》 20230317 常用中药新解读（下）

序号	期号/视频内容
875	《健康之路》 20230318 《红楼梦》里的养生经（上）
876	《健康之路》 20230319 《红楼梦》里的养生经（中）
877	《健康之路》 20230320 《红楼梦》里的养生经（下）
878	《健康之路》 20230321 老人运动重在慢（上）
879	《健康之路》 20230322 老人运动重在慢（中）
880	《健康之路》 20230323 老人运动重在慢（下）
881	《健康之路》 20230324 护肤传言辨真假
882	《健康之路》 20230325 小心抑郁捉迷藏
883	《健康之路》 20230326 足踝疼痛地图（上）
884	《健康之路》 20230327 足踝疼痛地图（下）
885	《健康之路》 20230328 健康自救指南（一）
886	《健康之路》 20230329 健康自救指南（二）
887	《健康之路》 20230330 健康自救指南（三）
888	《健康之路》 20230331 健康自救指南（四）
889	《健康之路》 20230401 健康自救指南（五）
890	《健康之路》 20230402 健康自救指南（六）
891	《健康之路》 20230403 中医防癌秘籍
892	《健康之路》 20230404 传统节日小学堂·清明（上）
893	《健康之路》 20230405 传统节日小学堂·清明（下）
894	《健康之路》 20230406 巧用苦味来养生（一）
895	《健康之路》 20230407 巧用苦味来养生（二）
896	《健康之路》 20230408 巧用苦味来养生（三）
897	《健康之路》 20230409 巧用苦味来养生（四）
898	《健康之路》 20230410 巧用苦味来养生（五）
899	《健康之路》 20230411 心理诊室的故事（一）
900	《健康之路》 20230412 心理诊室的故事（二）
901	《健康之路》 20230413 心理诊室的故事（三）
902	《健康之路》 20230414 心理诊室的故事（四）
903	《健康之路》 20230415 心理诊室的故事（五）
904	《健康之路》 20230416 别让疤留下
905	《健康之路》 20230417 “伤不起”的血友病
906	《健康之路》 20230418 数说癌症（一）
907	《健康之路》 20230419 数说癌症（二）
908	《健康之路》 20230420 数说癌症（三）
909	《健康之路》 20230421 数说癌症（四）
910	《健康之路》 20230422 数说癌症（五）
911	《健康之路》 20230423 数说癌症（六）
912	《健康之路》 20230424 数说癌症（七）
913	《健康之路》 20230425 数说癌症（八）
914	《健康之路》 20230426 管控血压二选一（上）

序号	期号/视频内容
915	《健康之路》 20230427 管控血压二选一（中）
916	《健康之路》 20230428 管控血压二选一（下）
917	《健康之路》 20230429 巧用辛味来养生（一）
918	《健康之路》 20230430 巧用辛味来养生（二）
919	《健康之路》 20230501 巧用辛味来养生（三）
920	《健康之路》 20230502 巧用辛味来养生（四）
921	《健康之路》 20230503 巧用辛味来养生（五）
922	《健康之路》 20230504 夏季养生宝典（上）
923	《健康之路》 20230505 夏季养生宝典（中）
924	《健康之路》 20230506 夏季养生宝典（下）
925	《健康之路》 20230507 控压加减法（上）
926	《健康之路》 20230508 控压加减法（下）
927	《健康之路》 20230509 八段锦功法锦囊（上）
928	《健康之路》 20230510 八段锦功法锦囊（下）
929	《健康之路》 20230511 摆脱失眠二选一
930	《健康之路》 20230512 乳癌新知
931	《健康之路》 20230513 健康体检呵护她（上）
932	《健康之路》 20230514 健康体检呵护她（下）
933	《健康之路》 20230515 对付肺癌 有计可施
934	《健康之路》 20230516 悄然而至的心梗
935	《健康之路》 20230517 博物馆里话中医（一）
936	《健康之路》 20230518 博物馆里话中医（二）
937	《健康之路》 20230519 博物馆里话中医（三）
938	《健康之路》 20230520 博物馆里话中医（四）
939	《健康之路》 20230521 博物馆里话中医（五）
940	《健康之路》 20230522 博物馆里话中医（六）
941	《健康之路》 20230524 器官也有小脾气（一）
942	《健康之路》 20230523 博物馆里话中医（七）
943	《健康之路》 20230525 器官也有小脾气（二）
944	《健康之路》 20230526 器官也有小脾气（三）
945	《健康之路》 20230527 器官也有小脾气（四）
946	《健康之路》 20230528 器官也有小脾气（五）
947	《健康之路》 20230529 器官也有小脾气（六）
948	《健康之路》 20230530 器官也有小脾气（七）
949	《健康之路》 20230531 器官也有小脾气（八）
950	《健康之路》 20230601 儿科医生的知心话
951	《健康之路》 20230602 巧用运动来止痛（一）
952	《健康之路》 20230603 巧用运动来止痛（二）
953	《健康之路》 20230604 巧用运动来止痛（三）
954	《健康之路》 20230605 巧用运动来止痛（四）

序号	期号/视频内容
955	《健康之路》 20230606 小心致盲眼病盯上你
956	《健康之路》 20230607 拨开迷雾话哮喘
957	《健康之路》 20230608 控糖也要看体形
958	《健康之路》 20230609 控糖也要分老少
959	《健康之路》 20230610 创新重续生命（一）
960	《健康之路》 20230611 创新重续生命（二）
961	《健康之路》 20230612 创新重续生命（三）
962	《健康之路》 20230613 创新重续生命（四）
963	《健康之路》 20230614 护好血管 健康到老（一）
964	《健康之路》 20230615 护好血管 健康到老（二）
965	《健康之路》 20230616 护好血管 健康到老（三）
966	《健康之路》 20230617 护好血管 健康到老（四）
967	《健康之路》 20230618 护好血管 健康到老（五）
968	《健康之路》 20230619 护好血管 健康到老（六）
969	《健康之路》 20230620 警惕肠癌悄然来袭
970	《健康之路》 20230621 憋出来的病
971	《健康之路》 20230622 传统节日小学堂·端午（上）
972	《健康之路》 20230623 传统节日小学堂·端午（中）
973	《健康之路》 20230624 传统节日小学堂·端午（下）
974	《健康之路》 20230625 巧祛疼痛有妙招（上）
975	《健康之路》 20230626 巧祛疼痛有妙招（下）
976	《健康之路》 20230627 避开医美那些坑（上）
977	《健康之路》 20230628 避开医美那些坑（下）
978	《健康之路》 20230629 近视手术全攻略
979	《健康之路》 20230630 这种腹痛要当心
980	《健康之路》 20230701 千金难买早知道
981	《健康之路》 20230702 穴位好搭档（一）
982	《健康之路》 20230703 穴位好搭档（二）
983	《健康之路》 20230704 穴位好搭档（三）
984	《健康之路》 20230705 穴位好搭档（四）
985	《健康之路》 20230706 穴位好搭档（五）
986	《健康之路》 20230707 穴位好搭档（六）
987	《健康之路》 20230708 当心疾病的“潜伏者”（一）
988	《健康之路》 20230709 当心疾病的“潜伏者”（二）
989	《健康之路》 20230710 当心疾病的“潜伏者”（三）
990	《健康之路》 20230711 当心疾病的“潜伏者”（四）
991	《健康之路》 20230712 当心疾病的“潜伏者”（五）
992	《健康之路》 20230713 当心疾病的“潜伏者”（六）
993	《健康之路》 20230714 夏日餐桌上的宝藏食物（一）
994	《健康之路》 20230715 夏日餐桌上的宝藏食物（二）

序号	期号/视频内容
995	《健康之路》 20230716 夏日餐桌上的宝藏食物（三）
996	《健康之路》 20230717 夏日餐桌上的宝藏食物（四）
997	《健康之路》 20230718 夏日餐桌上的宝藏食物（五）
998	《健康之路》 20230719 夏日餐桌上的宝藏食物（六）
999	《健康之路》 20230720 器官也有小脾气·眼睛
1000	《健康之路》 20230721 器官也有小脾气·耳朵

<https://search.cctv.com/search.php?qtext=%E5%81%A5%E5%BA%B7%E4%B9%8B%E8%B7%AF&type=video>