



权威医生在身边

04版

老友聚会别嫉妒别失落

05版

学会用善意放大镜

07版

黑眼圈可能是过敏性鼻炎

08版

近740斤患者的蜕变之旅

健康简讯

大部分省份流感病毒  
阳性率已下降

2月13日，中国疾控中心发布2025年第6周（2月3日~2月9日）流感监测周报，南、北方省份流感病毒检测阳性率下降。流感监测数据显示，全国共报告1起流感样病例暴发疫情，经检测，为A(H1N1)pdm09。

健康时报记者朱晓娜

今年全国二三级公立  
医院均提供儿科服务

2月13日，国家卫健委发布《关于实施2025年卫生健康系统为民服务实事项目的通知》提出，2025年全国二、三级公立综合医院均提供儿科服务。各地要通过对口帮扶等形式，帮助尚未完成的医院不迟于11月底提供儿科服务。

健康时报记者陈龙飞

18个省份开通  
“12356”心理热线

2月13日，国家卫健委召开“心理健康和精神卫生工作科普知识”发布会介绍，目前北京、上海、浙江等18个省份已开通“12356”心理援助热线，其他省份正有序推进相关工作，全力为公众提供更加优质便捷的心理健康服务。

健康时报记者李欣

北京三级公立医院  
半数号源提前投放基层

2月12日，据北京市卫健委消息，2025年北京市将以基层卫生服务为重点加快推进分级诊疗。北京市属医院全量门诊预约号源提前2周向基层医疗卫生机构投放，三级公立医院50%门诊预约号源提前向基层医疗卫生机构投放，电子病历互联互通和检查检验结果互认范围将扩展到200家二级以上医院。

健康时报记者任璇

北京儿童医院 AI 医生“上岗”

健康时报记者 李欣 牛宏超

2月13日，一场疑难病例多学科会诊在北京儿童医院进行。国家儿童医学中心主任、北京儿童医院院长、耳鼻咽喉头颈外科专家倪鑫教授主持会诊，来自不同科室的13位知名专家对一位8岁男孩的病情展开讨论。

与以往不同的是，此次会诊多了一位“神秘医生”——该院依托北京市重点实验室，联合科技公司研发的AI（人工智能）儿科医生“上岗”，开启了“AI儿科医生+多学科专家”的双医并行多学科会诊模式。

这名患儿的抽动症状已经持续了三周，并且在两周前发现了颅底肿

物，病因复杂，先后就诊于天津、北京的多家医院，收到的诊疗结果并不一致。北京儿童医院的专家们经过认真讨论后，认为患儿的颅底肿物可能为皮样囊肿或肿瘤，需要进一步进行局部磁共振评估，但该肿物本身与抽动症状无直接关联，建议尽快完善增强磁共振检查。

与此同时，AI儿科医生也在紧张地“工作”中，工程师将患者的主诉和病历资料输入模型后，AI儿科医生也给出了与专家组会诊结果高度吻合的建议。

倪鑫介绍，此次推出的AI儿科医

生是北京儿童医院正在研发的儿童健康大模型系列产品之一，是一款专家型AI儿科医生，担任专家的临床科研助理，帮助医生快速获取最新科研成果和权威指南，辅助医生进行疑难罕见病的诊断和治疗，提升临床决策效率。AI儿科医生1月18日上线后，经过北京儿童医院近一个月的内测得到专家认可后，2月13日在临床中开始应用。

近期，该院还将陆续推出家庭型AI儿科医生和社区型AI儿科医生，满足家庭保健需求，提升基层儿科服务能力。



在82岁高龄的江苏省名中医李耀谦的诊室外，总有许多家长带着孩子排起长队。李耀谦从事中医内科、儿科已经近六十年，他在国内首创“颊部粘膜望诊”，即通过观察颊部粘膜，判断上消化道疾病。李耀谦笑称这种诊疗方法为“土胃镜”，只需望诊，不费多少钱，小孩子配合度也更高。图为李耀谦（左）在扬州市中医院出诊。

李梓婧报道

健康提示

摸土拨鼠当心人兽共患病

最近，国产动画电影《哪吒之魔童闹海》带火了憨态可掬的土拨鼠，不少网友晒出自己 and 土拨鼠亲密接触的图片和视频。北京佑安医院感染综合科主任李侗曾表示，土拨鼠学名旱獭，是大型啮齿类动物，也是鼠疫的主要宿主，如果被带菌的土拨鼠咬伤或抓伤就有可能感染鼠疫。外出旅行或徒步遇到土拨鼠等野生动物，不建议近距离接触，尤其是不要随意触摸和投喂，要警惕人兽共患病。

健康时报记者周学津

卵巢癌时常隐匿发生

陕西省肿瘤医院院长王国庆在人民日报健康客户端人民名医直播中介绍，卵巢癌常常隐匿性发生。卵巢位于女性盆腔深部，好比两个鹌鹑蛋大小，居于子宫两侧，就像女孩的小辫子一样。一旦罹患卵巢癌很难早期发现，它可以呈膨胀性生长，然后慢慢扩散到全盆腹腔。70%的卵巢癌发现时候已是晚期，达到三期甚至四期；70%的卵巢癌经过治疗在二到三年内容易复发。不过随着靶向治疗、维持治疗的介入，患者的五年生存率有了很大的改观。

健康时报记者董颖钰

发火前问自己三个问题

上海市精神卫生中心主任医师乔颖介绍，每次发火前不妨问自己三个问题：“我怎么了”“我为什么要发火”“我的需求到底是什么”。经过练习，可以帮助我们更好地去控制情绪。此外，呼吸是种很好的放松训练。找一个安静舒适的环境，用鼻子慢慢地吸气，用嘴巴慢慢地吐气，感受腹部的收缩、全身肌肉的放松。尽可能保持呼吸均匀缓慢，坚持几分钟，会有意想不到的收获。

健康时报记者董颖钰

靠墙站缓解久坐危害

靠墙站可以缓解颈肩腰痛，缓解久坐危害。大部分人都有久坐的不良习惯，站立是一种替代坐姿的简单方法，在一定程度上可以减少久坐危害，对心脏也有一定益处。靠墙站时，后脑勺、上背和肩胛骨、臀部都要紧贴墙壁，下巴微微向后收，避免头部前倾。下背部距离墙面半个手掌为宜。每天站5~10分钟，不宜超过半个小时。靠墙站立之后，最好再慢走5分钟，这样可以缓解站立后小腿容易出现肌肉酸痛现象。

南昌大学第二附属医院骨科主任医师熊龙

声音

大力拓展心理健康服务供给渠道。

——前不久，国家卫生健康委在民政部新设心理健康与精神卫生处，组织医疗卫生机构为公众提供方便可及、多样化的心理健康服务。健康报评论。

用“最严”解食品添加剂之“忧”。

——新版《食品安全国家标准 食品添加剂使用标准》2月8日实施。新国标修订了一些防腐剂等的使用范围和限量，涉及多类食品。工人日报评论。

“外聘人员”为何敢在医院顶风作案？

——2月15日，湖南衡阳通报“医生售卖出生证”，公安部门已抓获武某兰等8名犯罪嫌疑人。武某兰系某生物技术公司外派至该院员工。红星新闻评论。

绝不容许“神医”“神药”借“山寨报刊”下乡害人。

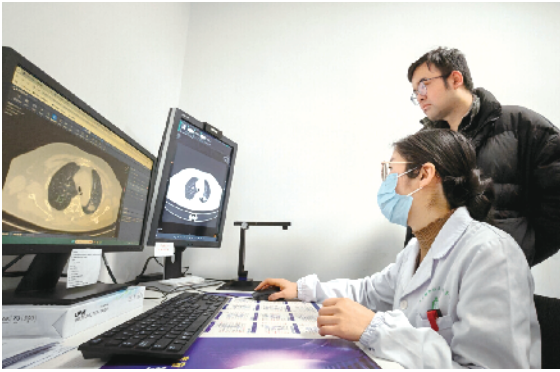
——近日，被国家严厉打击的“神医”“神药”非法广告，竟被印刷成报刊样式，伪装成正规报道并以免费赠阅的方式在一些农村地区散布。新华网评论。

要求员工按《黄帝内经》如厕，这家企业“病得不轻”。

——近日，广东佛山一公司依据《黄帝内经》医书断章取义，规定了员工最佳和不允许如厕时间。新京报评论。

“白龙马”离世，悼念动物也是慰藉人心。

——2月11日晚，和主人英勇救人的“白龙马”因病离世。光明网评论。



“以前做检查要等一个小时才能拿到结果，现在1分钟就能拿到AI医生出具的报告。”一名患者因咳嗽到武汉市硚口区韩家墩街社区卫生服务中心做CT检查。放射科主管技师将检查结果上传给AI医生，仅58秒就生成了一份详细的影像辅助诊断报告。图为该中心放射主管技师正在使用AI医生系统。

健康时报记者乔芮 实习记者李千爱文 医院供图