

应对“挂专家号不对症” 北京协和医院试水“精准预约”

需求错配与效率的困境

李景南是北京协和医院消化内科副主任，在临床工作了30多年，擅长消化系统疾病的诊断和治疗。他表示，自己近年来主攻肠道微生态调控治疗的相关研究，曾开设专病门诊，专门收治这类患者，但实际情况却和想象中不太一样。

1年前，李景南开设了“肠菌移植评估门诊”，目的就是让这部分患者能够尽早得到精准治疗，避免多科室求治无门的窘境。但门诊运行一段时间后，他发现专病门诊经常变成普通门诊：“常见病患者一看是消化科医生坐诊，又有肠道微生态等字样，误以为是看消化系统疾病。最后过来的患者，仍以胃溃疡、幽门螺杆菌感染为主，真正有需要的患

有着104年历史的北京协和医院，正在探索一种全新的挂号模式——“精准预约”。顾名思义，这是一种精准匹配“患者需求”与“医生专业”的挂号方式。申请精准预约后，患者经过前期评估和筛查，就能挂到精准匹配自身疾病的专家号。

者还是挂不上号。”

因此，当北京协和医院门诊办公室提出探索“精准预约”时，李景南眼前一亮，果断成为第一批“吃螃蟹”的专家之一。

通过北京协和医院微信小程序，患者可进入挂号页面，在“精准预约”的医师条目下，找到李景南的名字。进入界面后，系统会陆续弹出专家和使用规则介绍。患者需按自身情况如实回答问题，并上传相关检查报告，再通过AI初筛、医生审核等流程，评估是否适合“精准预

约”此项专家门诊。若审核通过，患者将在3个工作日内收到预约就诊的相关信息。反之，其申请状态将显示“未通过”，“精准预约”号源会被重新释放，供其他人预约。

AI初筛与人工复核共同把关

该院门诊部副主任孙学勤表示，除AI审核外，初期的人工审核也很重要，主要做两件事：一是“捞人”，把被AI误排除的患者“捞回来”，并挖掘错误的根源、修改算法；二是“甄别”，通过人工判断，避免熟

悉AI套路的患者在回答中掺水。

“有些患者可能诊断明确但没做过常规治疗，对此，我们也会建议他先试试常规方案。”李景南表示，预筛选能尽量过滤“挂错号”“盲目抢号”等情况。他坦言，通过“精准预约”收治的有效患者明显增加，“80%都是要做肠道微生态调控治疗的目标人群”。

2025年12月，包括李景南在内，来自北京协和医院妇产科、呼吸与危重症医学科等科室的11位医生已陆续上线“精准预约”。不到一个月，已有1139名患者提交申请，243人通过筛选成功预约。孙学勤表示，随着AI技术发展，医患匹配、资料审核等问题有了高效解决方案，为“精准预约”的实施提供了客观条件。据“人民网健康”公众号

胰腺癌肝转移，身体有“预警”

胰腺癌被称为“癌中之王”，其发病率在我国逐年上升。由于肝脏血流丰富，胰腺癌容易转移到肝脏，使得病情更为复杂，治疗难度加大。胰腺癌肝转移的症状主要有四大异常信号：

黄疸 当肿瘤转移到肝部，多数患者会出现黄疸症状，尤其胰头癌更为常见。黄疸程度随肿瘤增大而加重，患者皮肤会瘙痒，尿色如浓茶，粪便呈陶土色。

腹痛 胰腺癌肝转移后，患者常感到腹部不适，疼痛主要位于上腹部、脐周或右上腹，可能呈阵发性或持续性，有时会放射至腰背部，尤其在卧位及夜间明显。

消瘦 90%的胰腺癌肝转移患者会出现体重迅速减轻的症状，严重者会骨瘦如柴。这主要是由于癌细胞的消耗，以及患者自身消化、吸收功能发生障碍所致，同时，可能伴有持续性发热、焦虑、严重失眠等症状。

腹泻 晚期胰腺癌肝转移患者常常出现脂肪痢，伴有腹胀、食欲减退等胃肠道症状，这是因为脂肪未被消化导致的。复旦大学附属肿瘤医院 供稿

29岁的小骆从事外卖工作，长年累月在户外奔波。某天，他来到眼科门诊，跟医生描述自己的病情：“我的右眼里长了片像‘昆虫翅膀’一样的怪东西，视力越来越模糊，快把我眼睛遮住了。”

医生通过裂隙灯显微镜检查发现，小骆的眼球表面（结膜）上，长出了一片异常的增生组织，形状确如“昆虫翅膀”，向中央的黑眼球（角膜）“攀爬”。这正是导致他视力下降、眼红不舒适的元凶，医学上称之为翼状胬肉。

浙江省人民医院眼科中心主任

自学穴位拔罐，告别肥胖困扰

45岁的李女士（化名）发现自己体重连年攀升，体检报告显示：血压、血脂、血糖齐亮红灯。其实，像李女士这样的情况，完全可以通过中医的智慧来改善。由上海科学技术出版社出版的《零基础中医养生》系列丛书，详细介绍了中医保健的自学方法，让每个人都能成为自己的“家庭中医医生”。

从中医理论看，肥胖的本质是机体内部的失衡。中医认为“脾胃为后天之本”，当人们长期饮食不节（如过食

沈丽君介绍，翼状胬肉为结膜的肉质赘生物，可在角膜旁边生长并扩散到角膜上。“它通常呈现为一块略微隆起、有时带有血丝的、呈翼状或菜花状的物质，因形状似昆虫的翅膀而得名。”

紫外线辐射是引发翼状胬肉的最重要的外部环境因素。长期暴露在紫外线下，会刺激眼表组织发生异常增生、血管化，最终形成这种向角膜侵犯的纤维血管膜。此外，风沙、干燥

紫外线竟会让眼睛长“翅膀”

等环境刺激也会加重病情。

“此种视力危机多发于长期户外工作者，如外卖员、快递员、建筑工人、农民、司机等。”沈丽君主任说，在户外活动，特别是阳光下，务必佩戴能100%阻挡UVA和UVB的防紫外线太阳镜，并戴上宽檐帽，这样可以最大限度减少紫外线对眼睛的伤害。此外，冬日并非没有紫外线，市民仍然需要做好相关防护。

据“报刊文摘”公众号

10分钟，隔天一次，5次为1个疗程。并配合走罐法，以肚脐为中心，做椭圆形走罐，隔天一次，5次为1个疗程。

丰隆穴 坐位屈膝取穴，先找到足三里，向下量6横指凹陷处即丰隆穴。在该穴位留罐10分钟，隔天一次，5次为1个疗程。

风市穴 直立垂手时，手掌并拢伸直，中指尖所贴的大腿外侧部位即风市穴。在该穴位留罐10分钟，隔天一次，5次为1个疗程。

上海交通大学医学院附属第一人民医院 针灸科主任 张必萌

肥甘厚味、暴饮暴食），或劳逸失度（如久坐少动），就会损伤脾胃功能。脾失健运，无法正常转化水谷精微，反而聚湿生痰，形成“痰湿”这一病理产物。这些“痰湿”会随气血运行遍布全身，停滞在肌肤、脏腑之间，便逐渐形成肥胖。

读者朋友在家通过三个穴位的拔罐，就能调节身体气血运行，健脾化痰，促进代谢。具体操作如下：

关元穴 位于下腹部，正中线上，肚脐中央向下4横指处。在关元穴留罐

『止咳神药』新增精神类不良反应，还能用吗？

近日，国家药监局发布了一则关于修订孟鲁司特制剂（包括孟鲁司特钠片、孟鲁司特钠咀嚼片、孟鲁司特钠颗粒和孟鲁司特钠口溶膜）说明书的公告。其中提出的“警示语”新增提示：所有年龄段患者服用孟鲁司特时，均可能出现神经精神类不良反应，包括情绪低落、抑郁甚至自杀倾向等严重情况。消息一出，不少正在使用或曾经使用过该药的朋友心中忐忑：“我还能继续服用这个药吗？”

孟鲁司特的原研药由默沙东公司研发，于1998年首次获批上市，是一种选择性白三烯受体拮抗剂，主要用于治疗哮喘、过敏性鼻炎等疾病。经过多年临床应用证实，对于部分的患者，其治疗效果是肯定的，甚至被一些患者称为“止咳神药”。也因此，监管部门并没有限制其使用，而是希望通过更完善的风险提示，让用药更加安全、透明。

事实上，说明书修订是药品生命周期中的常规环节，就像给药品知识做了一次“系统升级”，是为了更好地指导安全用药，并不是否定药品价值，患者无需盲目恐慌。对于患者来说，根据医生的建议服用即可，不要自行更换药品，更不要擅自改变用药方案，包括剂量、用药时间等。当然，若服药后出现明显不适，应及时就医。

复旦大学附属华东医院
药剂科主任 刘晓琰

常食洋葱可“护心”

洋葱是很多家庭餐桌上的常客，其营养丰富，具有很高的食疗价值，并且还有食物里“心脏支架”的美誉。

研究发现，洋葱在护心方面作用突出是因为其中的有机硫化物具有抗血栓功效，有助于防止不必要的血小板凝结，还可降低胆固醇和甘油三酯水平，改善红血球细胞膜功能；其富含的类黄酮具有很强的抗氧化功效，有助预防心脏病、脑溢血等心脑血管疾病。

据《家庭医生报》



图源：千库网

答读者问

松江区黄先生来信咨询：我因患龋齿，刚刚补了牙。但是补完牙后，牙齿反而更酸痛、咬东西使不上劲，这是怎么回事？

闵行区牙病防治所汪丽医师回答：补牙后仅出现轻微酸痛，通常是由龋洞较深，病变临近牙神经造成的。不过无需过度紧张，这种不适一般会在数天内自行缓解。在此期间，建议使用温水刷牙，避免食用过冷、过热的食物，同时尽量减少用患侧牙齿咀嚼，让牙齿得到充分休息。

阿司匹林，这样用更安全

阿司匹林是全球应用最广泛的药物之一，它除了具有良好的解热、镇痛作用外，还具有对血小板聚集的抑制作用，平时合理服用阿司匹林还能有效预防心肌梗塞，可谓“一专多能”。

市面上有25毫克、50毫克、100毫克不同规格的阿司匹林，说明书用法差异很大。如何使用更安全？通常情况下，阿司匹林预防冠状动脉硬化性心脏病的最低有

效剂量为每天75毫克，缺血性卒中一级预防的最低有效剂量为每天50毫克。有人因为担心阿司匹林增加出血风险而擅自减少服用的剂量，这样往往起不到应有的防栓作用。

亚运



图源：千库网



千年观前街 一个采芝斋

苏州热线电话：0512-67276198
地址：苏州市观前街91号

全国热线电话：0512-67274512
网址：caizihai.tmall.com