

健谈

在线诊断心理疾患 岂能“越治越病”

近期,以在线“诊断”NPD(自恋型人格障碍)、ADHD(注意缺陷多动障碍)等为标题的视频在网上大量传播,不少人“被确诊”。这些视频往往先以心理热门话题吸引关注,通过话术激起需求后,再推销课程、保健品、一对一咨询辅导等收费项目,已经形成较为完整的产业链条。

心理疾病的诊断需要严格的专业评估,包括症状持续时长、社会功能影响、排除其他疾病干扰等复杂流程。短视频中碎片化的描述往往断章取义,将复杂病症简化为几个“典型行为”,极易引发误判。尤其要看到,在线“诊断”的背后藏着带货变现的商业套路,这类变现链条中,焦虑成为商品,心理问题沦为营销工具,不仅损害消费者权益,更可能让真正需要帮助的人被误导,陷入“越治越病”的恶性循环。

治理这种乱象,需要从几个方面入手。平台应强化内容审核,对夸大疗效、违规导流的账号采取限流或封禁措施,同时加大对正规医疗机构、持证心理咨询师流量的扶持。监管部门需完善网络心理服务规范,严查以“科普”之名行“带货”之实等行为,并建立快速举报和处理机制。此外,可鼓励专业机构推出通俗易懂的公益科普,通过权威声音挤压伪科学生存空间。对于屡教不改的违规主体,不妨纳入征信黑名单,提高违法成本。

□秋实
《北京青年报》3月20日

素问

低质量互联网内容 会造成大脑退化吗?

停止恐慌,“脑腐”没那么可怕

自从“脑腐”成为2024年牛津年度词汇,关于低质量互联网内容,尤其是社交媒体上流行的内容,可能会让我们“精神和智力状态退化”的担忧一度甚嚣尘上,甚至引发了人们对数字生活、电子设备和社交媒体的恐慌。不过,近日,有媒体发表了名为《关于“脑腐”,令人震惊的真相》的文章,澄清了一些关于电子设备使用对大脑影响的错误观念,表示“脑腐”并没有人们想象中的那么严重。

牛津大学人类行为与技术学教授安德鲁·普日比尔斯基日前在社交媒体上呼吁大家“在2025年停止恐慌”,“我不认为电子设备中存在比生活本身更具破坏性的力量”。普日比尔斯基说,很多关于电子设备危害的低质量研究迎合了人们的偏见,但仔细推敲,这些所谓的“研究”并无科学依据。

2023年,普日比尔斯基和他的同事分析了美国近1.2万名9到12岁儿童的数据,结果发现使用电子设备多久对儿童大脑的“功能连接性”(不同大脑区域之间的沟通方式)没有影响。同时,他们还发现,使用电子设备的时间对孩子的心理健康自我报告也没有负面影响。普日比尔斯基表示,并不会刻意让自己的孩子远离智能手机或游戏机,“合理安排一些休闲时间是完全可以的”。关键在于内容的质量,并且“像所有活动一样,使用屏幕的时间也应该是合理的”。

□李相如
《文汇报》3月18日



“网络黄牛”盯上热门医院 警方揭秘背后伎俩

知名医院的专家一号难求,不法分子便盯上了这个所谓的“生财之道”。成都警方近日侦破了两起黄牛“抢号”案,抓获犯罪嫌疑人54名,查获5款专门用于作案的“外挂”软件,查明涉案金额1300多万元。

家住成都的黄女士,因为自家老人有基础病,经常要去医院跑,以往她都是在医院的APP上挂号。黄女士称:有段时间,自己经常挂不到号。有一次我在网上发现很多“黄牛”,他们说百分之百能挂到号。医院门口也有一些“黄牛”,也说百分之百能挂到号。

四川大学华西医院信息中心主任石锐表示:医院在对APP的运营监管中,发现不法分子利用“外挂”软件恶意抢占号源,我们将这个情况上报给辖区公安机关。

针对医院和群众反映的情况,成都警方迅速展开调查。很快,两个针对不同医院进行抢号的犯罪团伙进入了警方的视线。

成都市公安局武侯区分局华西坝派出所民警徐捷说:一个是针对华西医院挂号,另一

个主要是针对华西二院(产科)建档进行抢号。这两个犯罪团伙对医院的放号流程、时间等信息研究得十分透彻,专门编制了自动监测号源、实施抢号软件的“外挂”软件。

经查,针对华西医院抢号的这个团伙头目是家住成都的吴某,许某两人,他们利用“外挂”软件在医院的挂号系统上实施抢号,团伙已售出7000多个号源。成都警方随后开展收网行动,抓获犯罪嫌疑人49名,查获作案“外挂”软件3款,查明涉案金额700多万元。

随着调查的深入,另外一个针对华西第二医院妇产科建档、建档号源的抢号贩卖的非法产业链也浮出水面。民警发现某IP高频访问医院的挂号系统服务器,次数高达上百万次。掌握大量证据后,民警兵分

多路,将犯罪嫌疑人王某、赖某等人抓获。

经查,从2021年至案发,王某夫妇及赖某团伙通过网上招揽客源,并恶意抢占建档号源3200余次,每个号源加价1500元到2500元不等。两个团伙共计获利620余万元。

在成都警方破获的这两起案件中,查获了5款专门用于作案的“外挂”软件,依靠这些功能强大的软件,“黄牛”们非法盗抢、售卖的号源多达上万个。

犯罪团伙针对不同医院的挂号系统,开发出不同“外挂”软件,无一例外,都具备强大的抢号功能。它们能够在短时间内自动刷新挂号页面,快速锁定号源,从而大大提高挂号成功率。

警方介绍,在实名制建档挂号的要求下,挂号者需要向“黄牛”提供姓名、身份证号等个人信息用于抢号。大量精准的公民个人信息在层层汇聚的过程中,也加大公民信息泄露风险。

□朱云 王玉龙 汪圣云 温晓
央视新闻客户端3月22日

知心

呵护精神健康,为心灵留扇“透气的窗”

今年全国两会期间,关于精神卫生的消息令人瞩目:今年到2027年是国家卫生健康委确定的“儿科和精神卫生服务年”;全国有3000所左右的综合医院可以提供精神卫生方面的诊断治疗康复服务,力争到今年年底每个地市能设置一个心理门诊或者睡眠门诊,向公众提供更加便利的精神卫生服务;今年5月1日前,将推动全国统一使用12356心理援助热线提供精神卫生方面的服务……一系列举措,正是一份写在国家行动日程上的“心灵关怀”;当社会发展的势头越发强劲,以人为本更

需要为心灵留一扇透气的窗。

关注精神卫生,近年来各地频出新举措、好实践。以上海为例,地处宛平南路600号的上海市精神卫生中心“出圈”了,被网友亲切称为“600号”。近年来,从刷屏社交网络的“精神卫生中心月饼”到患者和医生共同绘制的“600号画廊”,从登上国家卫生健康委新闻发布会支招“节后返岗自我调节”到与高校联袂推出“600号来信”解答读者心理问题……这家老牌医疗机构用“文创、艺术、幽默+专业”为精神健康“去妖魔化”。当印着“有病,得治”字样的帆

布包成为年轻人的时尚单品,当精神科医生开直播讲述情绪管理技巧,这些举措不仅消解了公众对精神疾病的恐惧,更让心理健康从“讳疾忌医”变成了可触摸、可讨论的生活话题。与此同时,我们也要意识到,硬件铺设易,观念破难。要在全社会营造关注精神卫生、正视心理问题的氛围,还要共同努力。当医疗机构用创意打破认知壁垒,当普通人学会给疲惫的情绪“放个假”,我们方能真正实现从“活着”到“生活”的跨越。

□袁全
《新华每日电讯》3月18日

医目了然

合谋推高药价! 三家药企被罚没2.23亿元

近日,根据市场监管总局指定管辖,上海市市场监管局对上海信谊联合医药药材有限公司、河南润弘制药股份有限公司、成都汇信医药有限公司横向垄断协议案作出行政处罚,没收违法所得并处罚款合计2.23亿元,同时对达成垄断协议负有个人责任的自然人处以50万元罚款。

经查,三家医药企业通过合谋推高甲硫酸新斯的明注射液价格,涨幅高达11至21倍,损害消费者合法权益和社会公共利益;分割国内公立医院、民营医院销售市场,维持各自市场份额稳定,排除、限制市场公平竞争。依据反垄断法第十七条、第五十六条、第

五十九条的规定,上海市市场监管局责令三家医药企业停止违法行为,没收违法所得并处罚款。

□唐政
红网3月22日

两部门联合发文部署加快培养医养结合专业人才

记者3月19日从教育部获悉,教育部、国家卫生健康委联合印发关于加强高等职业教育医养照护与管理专业建设工作的通知,部署加强医养照护与管理专业建设,加快培养医养结合专业人才,更好满足老年人多层次、多样化健康养老需求。

通知指出,要引导和支持本地职业院校等设置医养照护与管理专业本科,并作为贯通培养专业,鼓励健康管理、老年保健与管理、智慧健康养老服务与管理等高职专科专业毕业生报考。鼓励有条件的学校探索医养照护与管理专

业中高贯通培养模式。

□王鹏
光明网3月20日

我国部分基层医院将推进“AI儿科医生”临床应用

3月20日,记者从国家儿童医学中心、首都医科大学附属北京儿童医院了解到,由国家儿童医学中心推动研制的儿科医学大模型“福棠·百川”将在北京市海淀区、经济技术开发区社区医院、河北省150余家县级医院部署,推进AI儿科医生临床应用。

据介绍,这款AI儿科大模型拥有儿童常见病及疑难病症的立体化知识体系,能够采用儿科“循证模式”为患儿制定科学、个性化的诊疗方案。模型整合了超过300位北京儿童医院知名儿科专家的临床经验和数十年脱敏后的高质量病历数据。面对患者家长时,能自主进行多轮问诊。

□佚克 顾天成
《工人日报》3月20日

千金方

“秒睡”是病,患者需终生管理

上一秒还在说话、走路、吃饭,下一秒却突然陷入沉睡;情绪激动时全身瘫软,甚至被误认为“装病”……这不是电影情节,而是发作性睡眠患者的真实日常。

上海冬雷脑科医院神经内科张雯丽医生接受采访时表示,发作性睡眠病是一种以睡眠——觉醒周期紊乱为核心的神经系统疾病。对于患者而言,“秒睡”成为身体的

强制指令,而患者不仅要对抗病痛,还要承受社会的误解与偏见。

发作性睡眠病患者如何治疗?“目前,尚无根治方法,但规范治疗,包括药物和非药物治疗,可显著改善生活质量。”张雯丽医生说,患者需要终生管理。“患者需终生避免驾驶、高空作业等高危活动。”张雯丽说。

□陈静
中国新闻网3月21日

绝经后女性要注重“三防”

女性绝经后,需要关注的健康问题有哪些?北京协和医院妇产科主任医师谭先杰给出了三点提示:防肿瘤、防脱垂、防摔倒。

防肿瘤:进入老年阶段后,发生恶性肿瘤的风险上升。此时若发现肿瘤,建议在专业医师的指导下及时处理,不建议长期观察。

防脱垂:老年女性由于肌肉、筋膜等盆底支持组织松弛,易发生子宫、膀胱等盆腔脏器的脱垂,同时引起尿失禁

等疾病,严重影响老年女性的生活质量。

预防脱垂需从年轻时开始,生产后短时间内不要从事重体力劳动;平时可进行缩肛运动,每天三组,每组100次,以肌肉有酸胀感为宜。

防摔倒:老年人摔倒非常危险,尤其是伴有骨质疏松的老年女性,摔倒后易发生股骨颈骨折,导致长期卧床,进而引发感染、血栓等问题。

□刘家碧
搜狐健康3月18日

你是糖尿病高危人群吗?

糖尿病可分为胰岛素依赖性的1型糖尿病和非胰岛素依赖性的2型糖尿病。2型糖尿病相对来说发病率更高。可以通过健康的生活方式改善糖尿病的预后,极大地提高患者的生活质量。

2型糖尿病的高危人群有:体重控制不佳者(BMI≥24千克/平方米),男性腰围≥90厘米、女性腰围≥85厘米的人;有糖尿病家族史者;体检发现血糖异常偏高和(或)有其他代谢性疾病(以多

种物质代谢异常为基础的,包括肥胖、高血压、高脂血症、尿酸、微量白蛋白尿、脂肪肝等具体表现)的人等。

血糖控制不佳的患者,常会并发心血管病变,其中80%以上的糖尿病患者最终死于血管病变引起的疾病。因此,延缓糖尿病的进展,控制患者的血糖至关重要。

□吴斌
(作者单位系安徽省宁国市人民医院老年病科)
《大河健康报》3月20日

春季防过敏 这些误区要避免

“春季万物复苏,过敏原比较多,比如柏树、杨树、梧桐、桉树,这些树种产生的花粉颗粒比较小,而且飘得比较远,容易造成过敏。”在3月19日国家卫生健康委召开的例行新闻发布会上,北京地坛医院主任医师蒋荣猛提醒公众,易过敏的人群,外出时要尽量避开花粉高发时段;如果有条件,应根据当地的花粉监测数据选择出行。

针对春季过敏治疗的一些误区,蒋荣猛提醒,春季过敏很难做到完全根治,不要相信打一针就能把过敏完全治好的药物广告。“有人认为抗过敏药物会上瘾也是没有科学依据的。”蒋荣猛说,当前使用的抗过敏药包括抗组胺药、鼻用激素,均不会引发



上瘾,但长期使用会出现嗜睡等副作用。

“过敏者应在医生指导下制定一个长期的管理计划,通过环境控制、生活方式改变、恰当的药物、脱敏治疗等措施,症状可逐渐好转。”蒋荣猛说,一些过敏者感觉好了就停药是不可取的,因为一旦停药可能会引起过敏症状的反复甚至加重。

□张佳星
《科技日报》3月20日

肝癌早期静悄悄,这几个信号千万别忽视

肝脏是一个“忍者型”器官,即使受损,它也不轻易喊疼。但这并不意味着肝癌毫无征兆。如果你的身体出现以下变化,千万别掉以轻心,这可能是肝脏发出的“求救信号”:一、右上腹(肝区)不适或发胀、疼痛;二、食欲下降,老觉得吃啥都没胃口,甚至恶心呕吐;三、体重莫名下降,整个人越来越瘦;四、总是感到疲惫、

乏力,哪怕睡觉了也没精神;五、皮肤和眼白发黄,甚至尿液颜色加深;六、容易出血,如牙龈出血、鼻血频发或皮肤容易出现瘀青。如果你或身边的人出现这些情况,特别是已经患有乙肝、丙肝或肝硬化,一定要及时检查。

□王宝华
中国疾控中心微信公众号
3月18日

声明:由于部分稿件作者地址不详,无法及时发稿,请作者与本报联系。电话:010-84772978