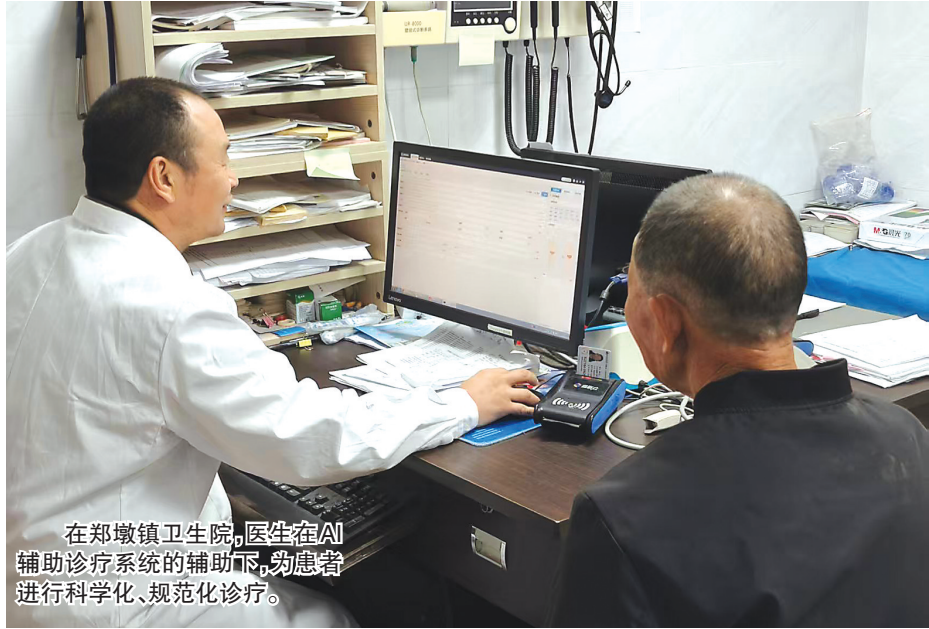


聚焦深化医改的“南平路径”

松溪探索基层智慧医改新路径,人工智能让医疗服务更精准、更高效、更可及——

“AI+医疗”守护山区群众健康

□本报记者 徐陆锋 通讯员 董素玲 文/摄



在郑墩镇卫生院,医生在AI辅助诊疗系统的辅助下,为患者进行科学化、规范化诊疗。

健康是民生之基,科技为健康赋能。在群山环抱的松溪县,一轮关乎全民健康的数字化转型,正悄然重塑着基层医疗的服务图景。

面对山区12.8万常住人口,尤其是5.03万高血压、糖尿病等重点人群的健康管理需求,松溪县9个乡、镇(街道)卫生院曾长期面临基层医疗发展的共性难题:人少事多、能力不均、效率低下。繁重的公共卫生随访任务挤占了本就紧张的诊疗时间,群众对基层首诊的信任度也有待提高。

破局之路何在?松溪县的选择坚定而清晰——向科技要答案。2022年,松溪在全市率先引入人工智能技术,构建起以AI为核心的基层智慧医疗“4+N”全民健康医防融合网格化服务体系,为深化医改注入强劲的科技动能。

音外呼、慢性病智能管理等系统。系统在不改变医生诊疗习惯的基础上,集成智能问诊、病历规范质检等功能,成为医生的“智慧参谋”。

“AI不是替代医生,而是帮助我们更加规范、更加高效地服务群众。”松溪县卫健局相关负责人表示。成效已在数据中得到印证,以旧县乡卫生院为例,系统在该院上线半年内,门诊量达12694人次,同比增长76.56%,诊断符合率提升至96%。截至目前,已智能辅助书写病历44.02万份,病历规范率提升至70.22%,较上线前提高10.22个百分点。

在“数字哨兵”默默守护居民健康的同时,另一位“AI专员”则通过有温度的问询,将医疗服务主动送上门。连日来,在郑墩镇卫生院,AI语音助手正自动执行体检预约、慢性病随访等任务。过去需要医护人员逐一致电的工作,如今由“AI语音助手”高效完成。“系统在8小时内可完成约1万人次的外呼任务,效率提升数十倍。”该院负责人表示。

据统计,2024年,松溪县高血压、糖尿病等重点人群满意度高达98.1%。系统累计服务164.23万人次,其中语音外呼82.37万人次,短信外呼81.86万人次,极大减轻了基层负担,提升了服务覆盖面和均等化水平。

格局更加稳固;公共卫生服务在效率与满意度上同步跃升,电子建档率达到91.05%,居民对健康服务的知晓率与满意度显著提高;在慢病管理领域,精准性与规范性也迈上新台阶,高血压规范管理率持续稳定在达标线以上,真正实现了从“以治病为中心”到“以健康为中心”的“医防融合、智慧赋能”新路径。

“让技术有温度,让服务有精度,让健康守护无处不在,这是我们不变的初心。”县卫健局负责人表示,下一步,松溪县将继续深耕智慧医疗领域,将更多AI应用延伸至妇幼保健、老年康养等服务场景,并持续优化系统功能,以更智能、更安全、更贴心的医疗服务,托起群众“稳稳的幸福”。

的“基层医疗哨前”,集基本医疗、预防保健、健康管理功能于一体。该延伸点秉持“以人为本、健康至上、服务社区、惠及百姓”宗旨,日常为居民提供常见病诊疗、慢性病随访、老年人健康管理等服务,更安排区级医疗专家与中心医疗骨干轮流下沉坐诊,结合各项惠民政策,让居民在家门口就能享受到优质价廉的医疗服务,切实筑牢社区健康“前沿防线”。

此次“重阳敬老有‘医’靠”爱心义诊活动,以“健康惠民”为核心目标,不仅为辖区老人带来免费诊疗、健康咨询与科普宣教“一站式”服务,更将社区关怀与医疗温暖精准传递到老年群体心坎上。活动既有效提升了老人们的健康获得感、幸福感与安全感,更推动“4+N”全民健康医防融合网格化服务的政策红利落到实处,为基层社区敬老爱老、健康惠民工作注入新动能。

情系夕阳红 温暖老人心

建阳区童游社区卫生服务中心开展重阳敬老义诊活动

状况;针对高血压、糖尿病等老年常见慢性病,用“大白话”讲解疾病预防要点、用药安全规范及科学饮食建议,实现健康服务“无死角”覆盖。

“医生看得认真、说得明白,不仅省心还特别暖心,太感谢了!”刚完成肺功能评估的老人紧紧握着医护人员的手反复道谢。活动现场暖意融融,不少老人在结束服务后主动向工作人员表达谢意,朴实的话语里满是认可与感动。

据悉,童游街道社区卫生服务中心均亭医疗延伸点,是街道为破解“看病远、看病贵、看病难”问题打造

用健康成长
创作我们的时代主旋律



我去上学，天天不迟到

中宣部宣教局 中国文明网

健康

科普

“医生,我爱人打鼾声音特别大,有时打着打着突然没声了,过几秒又猛地吸气,这正常吗?”在南平市人民医院脑病科门诊,类似的咨询很常见。该科副主任医师蒋幼聪指出,不少人误将打鼾当作“睡得香”的表现,实则不然,这可能是身体发出的缺氧信号,长期忽视会引发全身健康危机。

打鼾的“真面目”:不只是睡眠噪音

打鼾是普遍的睡眠现象,但并非简单的“噪音”,而是睡眠时上呼吸道气流运动引发的复杂生理反应。蒋幼聪解释,当空气从鼻腔、口腔进入,流经鼻咽部至会厌的通道时,会持续冲击软腭、悬雍垂、扁桃体及舌根、咽肌等部位的黏膜边缘,带动黏膜表面分泌物一同振动,便形成了轻重不一的鼾声。

很多人误以为打鼾是进入深度睡眠的标志,其实并非所有打鼾都正常。偶尔因疲劳、睡姿不当引发的生理性打鼾,属于身体正常反应,调整生活习惯即可缓解。但如果每周有5天以上打鼾,且鼾声响亮不规律,伴随憋气数秒后猛吸气的情况,就需警惕“睡眠呼吸暂停综合征”。

“医学上有明确诊断标准:每小时睡眠中憋气次数超过5次,或整晚超过30次,即可确诊。”蒋幼聪说,患者每次憋气时,血液中氧气含量会急剧下降,相当于身体每晚会经历数十次短暂窒息,长期下来对器官的损伤具有持续性。

睡眠呼吸暂停综合征的核心问题,是气道因软组织松弛、塌陷而堵塞,气流无法正常进入肺部,导致大脑和全身器官陷入持续缺氧状态。睡眠本是大脑修复的关键时段,频繁缺氧会打乱睡眠结构,初期可能仅表现为白天轻微困倦、注意力不集中,但长期反复缺氧会损伤血管内皮细胞,诱发高血压、冠心病、心肌梗死等心血管疾病,同时增加认知功能下降、脑卒中的风险,危及生命。

鼾声阵阵 并非睡得香

专家提醒:或是健康发出的“缺氧警报”

□本报记者 黄靓 通讯员 唐雯晖

这些人群需警惕:肥胖、颈粗者风险高

每晚鼾声如雷,不仅影响他人休息,更是健康预警信号。蒋幼聪指出,打鼾看似常见,却暗藏多种疾病风险,以下几类人群尤其需要注意:

肥胖及颈粗人群:肥胖者颈部和咽喉部位堆积的脂肪,会像“枷锁”一样压迫气道,导致呼吸道变窄,气流通过时引发软组织振动,产生鼾声。即便身材匀称,但颈围偏粗、脖子短的人,因咽喉部软组织相对集中,睡眠时肌肉松弛后气道也易堵塞,可能出现严重打鼾。

有家族史及中老年人:打鼾具有明显家族遗传倾向,若父母一方或双方有严重打鼾问题,子女患病概率比普通人高30%以上。同时,随着年龄增长,人体机能逐渐变化,40岁后肌肉量减少、弹性下降,喉咽部位的软组织像“用久的橡皮筋”般失去紧致度,睡眠时气道更易塌陷,诱发或加重打鼾。

不过,发现打鼾无需过度焦虑,可根据症状严重程度针对性应对。对于偶尔打鼾、无明显不适的轻度患者,通过调整生活习惯就能改善:一是科学减重,减轻喉咽部位脂肪压迫,缓解气道狭窄;二是调整睡姿,采取侧卧位,可在背后放置卷好的毛巾或专用枕头固定姿势,避免平躺时舌头后坠堵塞气道。

若打鼾伴随明显呼吸暂停、憋气后猛吸气,或出现白天嗜睡、注意力不集中、晨起头痛等症状,可能已发展为阻塞性睡眠呼吸暂停综合征,需及时就医。蒋幼聪特别提醒,家人是最好的“健康监测员”,若发现家人打鼾异常,可记录夜间憋气次数;也可利用手机血氧监测功能,若夜间血氧饱和度低于90%,需尽快到医院就诊,避免长期缺氧损害心血管、神经系统等器官。

儿童打鼾危害大,家长别误当“睡得香”

“孩子睡觉打呼噜,声音越响说明睡得越香?”这是不少家长的误区。医生提醒,小儿打鼾绝非熟睡表现,而是儿童睡眠障碍的信号,可能隐藏着影响孩子面容、胸廓、智力及内分泌发育的不可逆风险,家长务必警惕。



(制图:林艺婷)

小儿鼾症的主要表现是睡眠时发出异常呼吸声,诱因是上呼吸道阻塞,常见于腺样体肥大、扁桃体增大,也可能由鼻腔息肉、肥胖等因素引发,临床上分为单纯性鼾症和阻塞性睡眠呼吸暂停综合征。前者症状较轻,仅深度睡眠时出现轻微鼾声,无呼吸暂停;后者伴随频繁呼吸暂停、憋醒等症状,需及时干预。

长期打鼾对儿童健康损害极大。呼吸道阻塞导致呼吸不畅时,孩子会不自觉张口呼吸,长期如此会引发“腺样体面容”,上唇短厚翘起、鼻唇沟消失、硬腭高拱,还会出现牙齿排列不齐、上切牙突出、咬合不良等问题。这种面容一旦形成,不仅影响外观,还可能让孩子因自卑产生社交障碍,且常规方法难以完全恢复。

打鼾还会影响儿童胸廓发育。呼吸道阻塞时,孩子为获取足够氧气需用力呼吸,胸腔长期承受过高压力,易引发桶状胸、鸡胸、漏斗胸等畸形。这些畸形不仅影响外观,还会损害心肺功能,导致孩子活动后心慌、气短、耐力下降,甚至影响成年后的心肺健康。

深度睡眠是儿童大脑修复和发育的关键时期,而鼾症会导致孩子睡眠质量急剧下降,频繁出现呼吸暂停、憋醒,无法进入深度睡眠。长期睡眠不足和质量不佳,会直接影响大脑发育,导致记忆力减退、注意力不集中、反应迟钝,进而表现为学习成绩下滑、学习困难。此外,鼾症还会干扰内分泌系统平衡,影响孩子身高增长,诱发代谢异常。

家长需密切关注孩子睡眠状态,一旦发现打鼾伴随呼吸暂停、憋醒、白天嗜睡等症状,务必及时干预,做到早发现、早诊断、早治疗,帮助孩子远离健康隐患。