

■关注

人工智能落地医疗场景势头强劲

时下,人工智能正势不可挡地落地应用于各行各业,数据密集的医疗领域自然成为人工智能落地应用“重镇”,如“人工智能+制药”“人工智能+医疗影像”“人工智能+医学仿真系统”等。业内专家指出,人工智能正在改变制药流程,提升了药物研发效率,政策的助力也推动“人工智能+医疗”进入快车道;同时,面对当前行业面临的诸多挑战,各方仍需携手共同探索解决之道。

人工智能与制药结合不断提速

今年下半年,医药巨头辉瑞和礼来均宣布首次设立首席人工智能官,这一岗位的设立表明人工智能被提升到公司最高管理层级别。两家公司,一个被称作“宇宙药企”,一个则是全球市值最高药企,可以说代表着全球制药业在战略上的最新动向。

星亢原联合创始人兼首席执行官刘帆介绍,人工智能技术在传统

制药中的应用大致可分为三个阶段:药物靶点的发现和识别、药物分子设计、临床开发和临床转化方案的优化。其中,第二阶段数据最丰富,人工智能技术应用也最为成熟。

前不久,人工智能制药龙头企业英矽智能对外宣布,其一款人工智能药物取得了良好的安全性和剂量依赖性的药效趋势,这是全球首个人工智能药物概念验证案例。星亢原也在药物分子设计方面取得突破,搭建了由“人工智能+生物物理+高通量”组成的创新药物研发平台,并计划年内申报针对实体瘤的临床试验。

研发效率显著提升

在人工智能引领的信息技术革命下,药物研发效率大大提升。据英矽智能联合首席执行官任峰介绍,人工智能使得某些药物分子的研发时间较传统方式缩短了三分之二,费用仅为行业平均的

十分之一。传统药物研发成功率低于5%,而人工智能可提升3至5倍。

然而,人工智能制药的发展并非一帆风顺。英矽智能业务拓展总监王珏表示,由于药物研发链条长、数据复杂,想要实现“端到端”的系统性提升仍非常具有挑战性。

2024年,诺贝尔三大科学奖项中两项与人工智能研究相关。一家新锐公司推出能够生成新型蛋白质的人工智能模型,用这一模型生成的绿色荧光蛋白模拟了自然界5亿年的进化过程。

海通证券投行委医疗健康行业组负责人王莉认为,人工智能与医疗行业的结合迎来了“第二波浪潮”,一些底层逻辑开始兑现,人工智能展现出改变行业发展逻辑的潜力。国内人工智能制药行业起步虽晚,但发展迅速。2021年为创业高峰,共有27家公司成立。今年6月,晶泰科技正式在港交所上市。

“人工智能+医疗”驶入快车道

人工智能在医疗的应用领域广泛,不仅限于制药。例如,复旦大学智能机器人研究院研究的数字医学仿真技术,结合元宇宙技术构建高保真诊疗系统,提升基层医疗服务能力。此外,森亿医疗致力于医疗数据标准化,通过医学自然语言处理技术实现病历信息的识别和处理,助力人工智能应用。

政策的助力也加速了这一进程。今年11月,国家卫生健康委等部门联合发布《卫生健康行业人工智能应用场景参考指引》,明确了医学影像智能辅助诊断等84个细分领域的应用场景。

然而,人工智能在医疗领域的落地仍面临挑战。例如,医疗数据的安全共享尚未完全开放。锦天城律师事务所合伙人吴旭日表示,需要关注人工智能在医疗领域的法律和伦理风险,如数据合规性、敏感信息保护、算法偏见等问题。这些风险需要监管机构和法律界共同推进完善。

(经济参考报,2024.12.19文/杜康)

先诊疗后付费 惠民政策暖人心

近日,在云南省巍山县人民医院内科楼“一站式”结算窗口,为婆婆办理出院手续的南诏镇南山村村民徐平波切身感受到了“先诊疗后付费”的便捷。2023年起,巍山县所有定点医疗机构全面推行此政策,参保居民因病住院无需交纳住院押金,出院时,通过医保等“一站式”结算,患者只需支付自付部分。图为医务人员向徐平波和婆婆讲解相关政策。 饶国生 摄



■给您提个醒

冬季御寒 避开这些“温暖陷阱”

近期,全国大部分地区降温明显,人们也把各种御寒措施都“武装”上了。殊不知,有些御寒措施并不科学,甚至还有可能危害健康。因此,大家在防寒保暖的同时,也要避开御寒误区。

误区一 喝酒可以驱寒 冬季,有些户外工作人员为了抵御寒冷,会采取喝酒御寒的方式。其实,人们之所以在喝酒后能感到“暖”,主要是酒精对中枢神经起到了暂时性麻痹作用,产生了一种错觉。

误区二 穿厚衣服蒙头睡觉 有些人因为室内太冷,认为穿着衣服入睡会比较暖和。但是,过厚的衣物会影响体表的血液循环和皮肤的新陈代谢,睡觉时穿得太多会使被窝内的湿度相对增加,不利于保暖。另外,睡觉时蒙着头也有害健康。

误区三 穿得越多越暖和 外出时,很多人即使裹了厚厚的衣服,却仍感觉凉飕飕的。其实,学会正确利用衣服之间的空气层来隔热,就能更舒适、更保暖。内衣穿贴身的,中间穿宽松柔软的,外衣的手腕、脚踝位置都要收口,防止热量流失。

误区四 用很热的水泡脚 很多人觉得泡脚水越热效果越好,认为泡到脚发红是“血液循环畅通”的表现。事实上,皮肤通红是因为毛细血管高温扩张导致,这样不仅会使皮肤干燥,还会因为引起体内血液循环过快,造成脑部供血不足,出现头痛头晕等症状。成年人泡脚的最佳水温在38℃至43℃,儿童对温度极其敏感,老年人对温度感觉迟钝,二者泡脚的最佳水温在35℃至40℃,并应由家人先试水温,防止发生烫伤。

(北京青年报,2024.12.17文/陶琳)

■健康新知

30天不玩手机,身体发生了神奇的变化

在现代社会,手机已经成为了我们生活中不可或缺的一部分。据《中国网络视听发展研究报告(2024)》显示,2023年,中国人均手机上网的单日时长为7小时15分钟,几乎相当于一个标准工作日。研究发现,手机过度使用与睡眠质量下降、焦虑、抑郁、肥胖等问题密切相关。那么,如果我们能戒掉手机,30天后身体会发生什么变化?一位视频博主@goal guys(以下简称G)记录了自己30天不玩手机的过程。

在最初的几天,G体验到了明显的戒断反应。没有了手机带来的娱乐刺激,他感到焦虑、不安和烦躁,生怕错过什么重要信息。最难忍受的,是他竟然体验到了“无聊”——在公交车上45分钟的路程变得格外漫长。平时,手机填满了每一个空隙,但没有手机时,他才意识到自己从未真正感受过无

聊。这种无聊感持续了几天,但随着时间的推移,他逐渐适应了没有手机的生活,内心的焦虑感也开始减轻。

最惊人的变化发生在第15天。当G没有手机的干扰后,他的睡眠质量显著提高——他一次性睡了9小时,这在他之前的生活中是难以想象的。研究表明,手机屏幕发出的蓝光抑制了褪黑素的分泌,影响了正常的睡眠规律,导致许多人出现睡眠不足和疲劳的症状。通过30天不玩手机,G的睡眠质量有了质的飞跃,恢复了正常的作息,白天精力充沛。

睡眠的改善给G带来了另一个意想不到的收获——专注力和创造力的提升。没有手机的干扰,他能够专心工作4到5小时,几乎每天都能在截止时间前完成任务。工作效率的提升让他减少了加班时间,享受到了更多的业余时间。他甚至惊讶地发现自己在一个小时内读

完了5本书。

虽然现代人已经离不开手机,但如果你也厌倦了手机对时间的侵占,或许可以从以下几点入手,减少手机使用时间。

1. 将手机静音并放在看不见的地方 研究表明,手机的声音或震动会分散注意力,降低专注能力。将手机放在远离自己视线的地方,有助于提高工作效率。

2. 将手机设置为灰度模式 这种简单的设置可以立刻帮助减少手机使用时长,研究发现这种方法能减少50分钟的使用时间。

3. 关闭个性化推荐功能 社交媒体和应用的个性化推荐会吸引你不断刷下去。关闭这些功能,可以减少无意义的浏览,让你重新掌控时间。

4. 培养新的习惯 如果完全戒掉手机不太现实,可以通过培养其他有益的兴趣爱好,逐渐减少手机的使用。每天花时间做一些有意义的事,逐步建立新的生活节奏。

(丁香医生,2024.12.15)