

北京市卫生信息化舆情监测月报

(第五五七期)

北京市卫生健康大数据与政策研究中心

2026年04月30日

本期导语:

本期周报共收集3篇卫生信息化相关信息,时间从2026年04月01日至2026年04月30日,监测范围包括全国主流媒体及政府网站等。

一、信息目录

- 应对老年期痴呆行动方案发布 本市将建百家社区记忆门诊
(北京日报)
- 全国脑机接口临床应用与转化大会举行 北京打造全球脑机接口临床创新高地
(中工网)
- 智能养生可别陷入“数据焦虑”
(北京晚报)

二、具体内容

1.标题: 应对老年期痴呆行动方案发布 本市将建百家社区记忆门诊

来源: 北京日报

链接:

https://bjrbdzb.bjd.com.cn/bjrb/mobile/2026/20260409/20260409_005/content_20260409_005_2.htm

主要内容:

应对老年期痴呆行动方案发布 本市将建百家社区记忆门诊

2026-04-09 来源: 北京日报

本报讯(记者 孙乐琪)市卫健委、市发改委等15部门日前发布《北京市应对老年期痴呆行动方案》。根据方案,2030年底,本市将至少建设百家社区记忆门诊,实现社区记忆门诊区级全覆盖。

方案明确,本市将建立健全老年期痴呆全病程服务协作网,市、区级单位与基层单位建立帮扶关系,联合建设记忆门诊。2030年底,社区记忆门诊建设累计不少于100家。市、区级单位还将逐步设立认知障碍诊疗专科或病房,基层单位要为有意愿的老年期痴呆患者提供家庭医生签约服务。

老年期痴呆防控知识将纳入基本公共卫生服务健康教育项目和人口老龄化国情市情教育重点内容,全市老年大学将开设相关课程;医疗卫生机构将通过健康讲座、义诊咨询等多种形式,普及防控知识。2030年底,公众对老年期痴呆防控知识知晓率不低于85%。

社区卫生服务机构将持续推进65岁及以上老年人健康管理服务,接受服务人群认知功能初筛率保持在90%以上。认知功能评估结果异常的老年人将纳入疑似认知障碍人群,通过协作网指导其及时就诊,接受规范化诊疗。结合老年人脑健康体检等项目,医疗机构将为痴呆高风险人群及不同阶段认知障碍老年人提供个性化认知干预训练。2030年底,认知功能初筛阳性人群干预指导率不低于85%,疑似认知障碍人群就诊率不低于60%。

社区记忆门诊、社区养老服务驿站、区域养老服务中心、残疾人温馨家园等将设置“守护记忆”社区认知训练活动站。持续开展“黄手环”行动,向有需求的老年人免费发放定位手环、定位贴等防走失用品。

依据方案,2030年底,100张床位以上且具备相应服务能力的养老服务机构,痴呆老年人照护专区(单元)设置率将达50%。本市还将加强对医疗护理员、养

老护理员、家庭照护者等痴呆老年人照护人员的知识技能培训。2030 年底，痴呆老年人照护人员培训数量累计不少于 20 万人次。本市还将把符合条件的痴呆老年人按规定纳入长期护理保险制度保障范围，发展商业长期护理保险。

2.标题：全国脑机接口临床应用与转化大会举行 北京打造全球脑机接口临床创新高地

来源：中工网

链接：

<https://www.worker.cn/c/2026-04-12/8778319.shtml>

主要内容：

全国脑机接口临床应用与转化大会举行 北京打造全球脑机接口临床创新高地

2026-04-12 来源：中工网

北京日报讯（记者 孙颖 柴嵘）昨天，全国脑机接口临床应用与转化大会举行。丰台携手北京天坛医院发布四项重磅合作成果，包括打造高能级创新产业园区、建设脑健康产业垂类大模型、构建百亿级产业基金矩阵和落地一批标杆性重点产业项目，打造全球脑机接口临床创新高地。

今年全国两会上，“脑机接口”首次被写入政府工作报告，明确列为要大力培育发展的未来产业之一。随着人工智能大模型技术快速突破，脑机接口正逐步演变为连接“碳基生命”与“硅基算力”的核心枢纽，进入临床验证与产业化落地的关键窗口期。

丰台区是北京市脑机接口产业发展的核心承载区，具备核心优势——以天坛医院、中国康复研究中心为代表的国家级临床与研究高地，形成了“手术植入+康复训练”全生命周期资源，构建了全球少见的“临床验证闭环”。

大会上，丰台区与北京天坛医院联合发布了四项重磅合作成果，标志着双方在脑机接口领域的深度融合进入全面落地新阶段，将有力推动我国脑健康产业创新发展。

在打造高能级创新产业园区方面，将以天坛医院和天坛智能医工产业园为核心，整合周边 50 万平方米产业空间，重点布局脑研究中心、脑算力中心、脑健康中心和脑康复中心，打造环天坛医院脑健康与脑机接口创新成果转化生态圈。

建设脑健康产业垂类大模型方面，将深度挖掘和利用区域海量临床数据资源，研发脑健康专属大模型，推出“AI 脑健康医生”应用，全面赋能企业脑健康产品研发、临床辅助诊断与公众健康管理，打造“数据—算法—应用”闭环生态。

双方还将构建一组百亿级产业基金矩阵，包括联合社会资本设立首期 10 亿元脑健康产业基金，同时加大区级政府产业引导基金和市级医药健康产业投资基金投入力度，构建“1+N”基金矩阵。

此外，一批标杆性重点产业项目落地，首批就启动了翔宇医疗、瑞意旭联、强脑科技、美敦力、西门子医疗等 8 个项目，涵盖脑机硬件、算法、神经反馈和临床评价四大领域，还谋划了 8 个储备项目，进一步完善产业链布局，打造具有国际竞争力的产业集群。

“面向‘十五五’，丰台区明确提出打造‘具有全球影响力的脑机接口临床创新与产业转化高地’的发展目标。我们将做强‘脑经济’创新发展支撑，深化‘一院一园一品一策’区院合作模式，布局建设脑机接口专属中试平台，打通研发攻关、中试转化、量产落地全链条闭环。”丰台区委副书记、区长张艳林说，丰台区将以场景赋能，加速产业生态集聚成型，立足天坛医院国家脑机接口创新体系核心枢纽定位，全域开放康复专科医院、社区卫生服务中心、康养养老机构等多元应用场景，推动前沿技术与创新产品快速迭代升级。

3.标题：智能养生可别陷入“数据焦虑”

来源：北京晚报

链接：

https://bjrbdzb.bjd.com.cn/bjwb/mobile/2026/20260423/20260423_011/content_20260423_011_1.htm

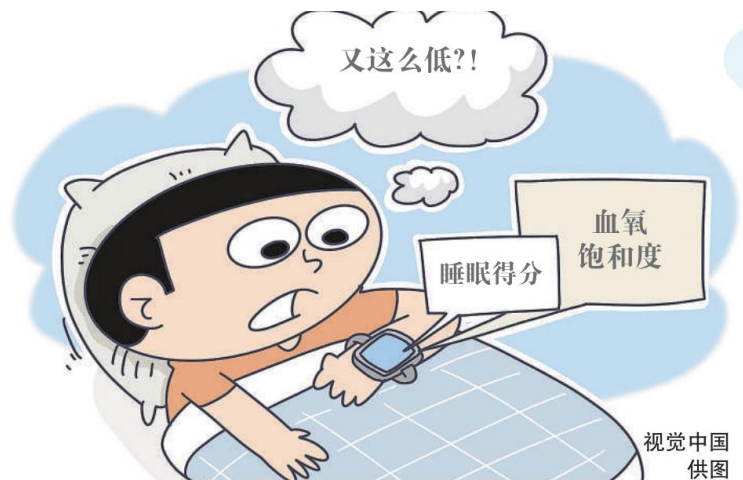
主要内容：

有人习惯了用 AI 看舌苔、靠手表测睡眠 稍有异常就惴惴不安

智能养生可别陷入“数据焦虑”

2026-04-23 来源：北京晚报

他们曾经在保温杯里泡枸杞，如今他们有了更“潮”的养生方式——用手机拍张舌苔照，AI（人工智能）就能“诊断”体质；盯着智能手表的睡眠分数，决定今天要不要“补”一杯咖啡；在社交平台上晒出自己的心率、血氧饱和度，等待网友“诊断”……一场“赛博养生”热潮正在年轻人中兴起，这些看似科学的数据，真的能读懂我们的身体吗？



新闻名词

“赛博养生”

指借助人工智能、大数据、智能穿戴设备等现代科技手段进行健康管理的新兴养生方式。

■现象 1

每天都拍张舌苔照 喝什么茶取决于“体质报告”

25 岁的舞蹈老师杨雨桐最近一个多月总感觉疲劳乏力，朋友推荐她用一款 App——不用挂号，拍张舌苔照片就能生成“体质报告”。杨雨桐将舌苔照上传 App，几秒钟后报告弹出：“气血两虚，建议补气养血。”于是她自己到药店购买了补气养血的中成药服用。服药一周，非但没好转，反而口干舌燥、失眠多梦。杨雨桐到医院就诊，医生给出诊断结果是“湿热内蕴”。“医生说我的舌苔看似淡白，实为湿浊掩盖了热象，补气血的药等于‘火上浇油’。”她说。

28岁的林怡然也是AI问诊的“忠实用户”，办公室里还常备着各种养生茶。她每天上午都要拍一张舌苔照发送给AI，看看当天的“体质报告”有何变化。看到“舌苔厚腻，脾虚湿盛”的结果，她就泡一杯薏米水；看到“肝郁气滞”的判断，她就喝一壶玫瑰花茶。

记者体验了3款热门养生问诊类的App。这些App的操作流程大同小异：打开App，进入舌诊界面，系统会弹出拍摄须知——要求自然光、不要有阴影遮挡、不要卷舌等。按照提示拍下舌苔照片，5秒钟后，系统便生成一份详细的“诊断报告”。有的App直接给出“血虚证”“阴虚证”“气虚证”等多个标签。

然而，同一张舌苔照片在不同App上得出的结论却有所差异。记者将同一张舌苔照发给不同App，有的说“脾虚湿蕴”，有的说“湿热内蕴”，还有的说“阳虚体质，兼有肝郁”。3份报告3个说法，究竟该以哪个为准？

北京中医医院急诊科主任医师曲志成表示，年轻人关注自身健康值得肯定，AI也让大家更方便。“但AI给出的并不是诊断意见。”曲志成举例说，传统中医讲究“望闻问切”四诊合参，舌苔只是信息之一。医生不仅要看舌苔，还要观察患者的面色、神态，并询问近期症状表现。

“AI舌诊最大的局限是拍照条件不可控。”曲志成说，光线、曝光、伸舌姿势对舌象照片都有影响。此外，用力伸舌和自然伸舌，舌体的颜色和形态也会不同。早上刚起床血液循环慢，舌色往往偏淡；食物咀嚼加快血液循环，饭后舌色又会变深，这些情况都会影响AI的判断。此外，不同厂商的算法模型和训练数据也不统一，导致最终结果存在差异。

“一些年轻人看到AI给出‘肝郁脾虚’‘肾虚’这类标签就慌了神，甚至直接照着AI的判断买药服用，这是错误的。”曲志成提醒，AI可以当作了解身体的入门工具，用来建立健康意识、记录日常症状，但绝不能替代医生。看到这些中医术语不必恐慌，更不要自行购药。一旦涉及用药、长期调理，或者身体已出现明显不适，一定要到正规医院寻求专业医生诊断。

■现象2

过度关注睡眠得分 深睡不足1小时就开始焦虑

智能手表、手环上的睡眠监测功能，如今也是年轻人关注自身健康的另一大入口。记者在电商平台搜索发现，智能手表、手环普遍将“睡眠监测”当作核心

卖点。商家宣传页上，各种睡眠报告截图琳琅满目——深睡比例、浅睡比例、快速眼动时长、清醒次数……有的设备甚至能监测“零星小睡”，把午睡半小时精确到分钟。

31岁的陈一鸣每天早上睁眼第一件事，不是起床，而是看手表。智能手表会告诉他昨晚睡了多久、深睡和浅睡时长、清醒次数，还会给出一张睡眠结构图和综合评分。评分比昨天低了3分，陈一鸣就会想：是不是因为昨天下午喝了咖啡，今天还要不要喝？今晚是不是该早点睡？这种对数据的“执念”已经持续了半年。有一次因为连续几天分数不理想，他专门请假去医院做睡眠监测。

35岁的赵景行也有类似经历。他因为工作压力大，时常失眠，便开始用手表监测睡眠。有一次手表显示深睡只有40分钟，他顿时紧张起来，从那以后，他开始琢磨如何提高睡眠质量。方法试遍了，不但睡眠没改善，反而入睡更慢了。医生告诉赵景行，他的睡眠并没有问题，而是他太在意数据了。

北京回龙观医院睡眠医学中心医生王蕾蕾每天出门诊，总会遇到带着手表手环数据来咨询的患者。王蕾蕾说，一些患者会对报告中的某些数据特别敏感，比如看到深睡时间不足1小时，就开始担心是不是没睡好。

“实际上，判断睡眠质量的关键不是手表分数，而是白天的精神状态。”王蕾蕾说，只要白天精力充沛，即便手表监测的某项数据不理想，也不必过度紧张。短期睡眠波动属于正常现象，但如果出现持续入睡困难、夜间反复醒来后难以再入睡、凌晨早醒且无法继续睡，或白天明显嗜睡、注意力不集中、记忆力减退、情绪烦躁易怒，这些情况就需要及时就医。

值得注意的是，过度关注数据会反过来影响睡眠。在医学上，这种情况被称为“心理生理性失眠”——患者因过度关注睡眠而产生焦虑，久而久之，卧室环境与紧张情绪形成关联。越是强迫自己入睡，大脑反而越清醒。过度关注智能手表上显示的睡眠分数，就有可能导致“心理生理性失眠”。

王蕾蕾说，智能手表、手环最大的优点是便携，戴上就能测，随时看结果。但它的局限性也很明显——只能通过心率、身体活动等间接信号去推算睡眠阶段，无法监测脑电波。医院采用的多导睡眠监测，则需要靠脑电、眼电、心电、血氧等多种信号综合判断，才能精确捕捉睡眠分期。“智能穿戴设备的数据可供日常参考，但不能用于诊断睡眠呼吸暂停等疾病。”

■ 医生观点

数据可以是助手

但不该成为主人

在社交平台上，常有人晒出自己的心率、压力指数、睡眠评分，甚至手环生成的“压力指数”截图，并配文“有没有懂的人帮我看看”“这个心率正常吗”。评论区里，各路网友热情“诊断”：“你这心率也太低了”“我的睡眠评分比你高多了”“建议去医院查查”……

自媒体博主孙晓晴就是其中之一。她每周都会把手表的健康数据截图发到社交平台上，请大家帮她“参谋”。“有一次心率显示偏高，好几个网友说这代表心脏疲劳、容易猝死。吓得我赶紧去医院做了全面体检，结果什么事都没有。”她说，每次看到异常数据，她还是忍不住想发给网友问问。“万一真有问题呢？问问大家安心些。”

北京安定医院临床心理治疗师苏虹分析，年轻人热衷于“数字养生”“赛博养生”的背后是“自体感”的缺失。当年轻人过度依赖外部数据来定义自己的健康状况时，其实已经把自己变成了一个需要被监测、被指标证明的“客体”，而不是感受自己身体的主体。“他们不再问‘我感觉怎么样’，而是问‘数据说我怎么样’。时间长了，身体真实的感受反而被忽略了。”

苏虹认为，数字工具看似赋予了年轻人对身体的掌控感，实则容易让人反被数据支配。本就对健康有所焦虑的人，如果试图借手环获取安全感，结果往往适得其反，不知不觉陷入数据焦虑的漩涡。

苏虹曾接诊过一位 30 岁的女性患者。这位患者告诉苏虹，自己每天无数次查看手环上的压力指数、心率、血氧饱和度，数字稍有波动就紧张：“是不是身体出问题了？”越盯着数据，她越焦虑，就越放不下。苏虹通过认知调整和正念呼吸训练，帮助患者把注意力从数据拉回到身体感受上，逐步减少查看手环的频次，最终恢复了正常的生活状态。

“当你发现自己开始被数据牵着走时，可以停下来问问自己：我现在身体到底是什么感觉？是累了还是精神很好？是紧张还是放松？这些真实的感受，比任何数字都更了解你。”苏虹说，如果这种焦虑已经严重影响到生活，例如频繁跑医院、无法专心工作、睡不着觉，就应该寻求专业帮助。“真正的养生，或许不

是盯着屏幕上的数字，而是学会倾听自己的身体，做到顺应生理节律、适时调节身心。数据可以是助手，但不该成为主人。” 本报记者 柴嵘