

內地探建新型門診 適應民眾健康生活新需求 銀髮族熱捧長壽門診 一籌難求



新型門診 ①

當前，中國60歲及以上人口達3.23億人，社會老齡化程度進一步加深，政府部門已將「銀髮經濟」和「主動健康」納入發展重點。為適應民眾健康生活新需求，中國醫療體系創新求變，開啟了從「以治病為中心」向「以健康為中心」的轉型。近年來，抗衰老門診、亞健康門診、更年期門診等專病化、專科化門診快速興起，覆蓋北京、上海和廣州等多個城市，追求延長健康壽命、提升生活質量的市民們表現出極大熱情，門診名額常「秒空」，一籌難求。

大公報記者 劉凝哲、郭瀚林、姚進、孔雯瓊



▲若不清楚如何就診，在北京老年醫院，患者還可以向智能機器人尋求幫助。 大公報記者郭瀚林攝



▲2月2日，北京首家主動健康與抗衰老醫學中心在北京老年醫院啟動試運行。圖為北京老年醫院的醫生正在為患者診療。

編者按
隨着社會生活水平的提高，人民群眾對於健康的的需求逐漸提高。「十五五」規劃綱要提出，大力發展銀髮經濟，實施健康優先發展戰略，推動從以治病為中心向以健康為中心轉變，為人民群眾提供公平可及、系統連續的健康服務，提高人民健康水平。
《大公報》今起推出《新型門診》系列專題，為讀者介紹內地醫院為滿足群眾醫療需求所推出的個性化門診服務，大公報記者通過走訪北京、上海、長沙等地醫院，了解長壽門診、學習門診、中藥亞健康門診等新型門診的運營特色，探索醫療服務從「疾病治療」向「健康管理」轉型的新動向，以及適配銀髮經濟蓬勃發展的新商機。

針對抗衰老門診，醫藥衛生專家、中國非公醫療機構協會創始會長郝德明介紹，在公立醫院層面，解放軍總醫院、中南大學湘雅醫院、復旦大學附屬中山醫院等十餘所三甲醫院率先開設相關門診。非公機構層面，亨特康復、曜影醫療、復星卓爾等近50家高端醫療與專科機構積極布局。在政策層面，國務院辦公廳印發《關於發展銀髮經濟增進老年人福祉的意見》，首次在國家層面明確支持抗衰老產業發展。

全年齡抗衰老 改善亞健康

2月2日，北京首家主動健康與抗衰老醫學中心在北京老年醫院啟動試運行。工作人員袁女士表示，抗衰老醫學中心以多學科交叉為基礎，融合生物醫學、中醫藥、營養學等領域，開展抗衰相關基礎研究和醫療服務。中心主要目標患者是無重大疾病，但希望延緩生理功能衰退，提升身體素質，預防年齡相關疾病的人群，以及存在早衰風險的亞健康人群。比如，血液淨化門診針對高血脂人群，睡眠障礙門診協助緩解失眠、多夢等症狀，對反覆感冒的患者則推薦中醫治未病門診。「試運營一個月以來，甚至一些受職業病困擾的「脆皮」年輕人也前來就診。」出診醫生李紅告訴記者。

相比普通門診，抗衰老醫學中心給每位患者安排了更長的就診時間，醫生們更傾向通過溝通來了解患者的心身狀態和生活習慣。北京老年醫院正通過主打「全年齡抗衰」理念，突破傳統定位，開拓年輕群體健康市場，試運營期間還推出「0元號」供市民體驗。不過，該中心的大部分醫療服務為無法通過醫保報銷的自費項目。副院長劉小鵬介紹，該中心是國內首批公立醫院主導的抗衰老研究轉化與臨床應用平台，為公立醫院開展抗衰老服務提供了可借鑒的示範模式。

從「治已病」邁向「治未病」

2024年3月12日，全國首個抗衰老多學科診療（MDT）門診正式在長沙中南大學湘雅醫院開診。該門診是由心血管內科、內分泌科、皮膚科、婦科、老年醫學科、中醫科、健康管理中心和護理等多個學科的專家團隊組成。中南大學湘雅醫院副院長、抗衰老MDT專家、心內科教授莫龍表示，MDT門診的核心是推動健康管理從「治已病」向「治未病」的醫學轉變。莫龍認為，MDT門診核心任務包括科學評估個體衰老程度、早期預警衰老相關疾病等慢性風險，以及提供個性化衰老干預方案，「在我看來，活到九十才算「及格」。

專科化門診 減少誤診精準治療

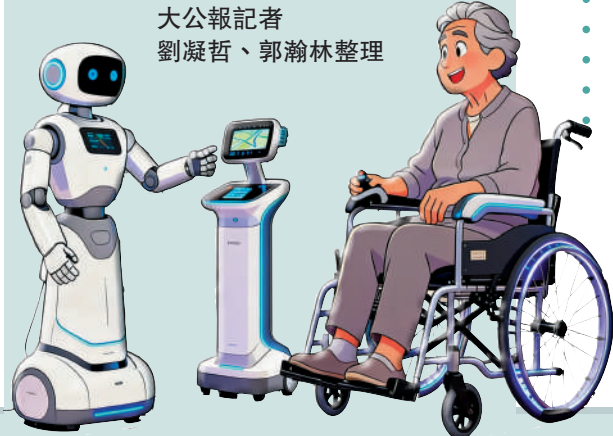
女性更年期、絕經算不算病？上海復旦大學附屬婦產科醫院鄒世恩主任表示：「很多更年期女性會出現心慌、胸悶、出汗、關節酸痛，這些都是雌激素下降引起的功能性症狀，很容易被誤認為是其他系統的疾病。」據悉，復旦婦產科醫院之前就有圍絕經期門診，為了讓患者便於理解，去年更名為更年期門診。鄒世恩表示，更年期門診是新型門診，亦是一種專科化門診。

鄒世恩說起他印象很深的一個案例。一位更年期患者，她最早在多家醫院反覆就診：心慌胸悶就去查心電圖，沒問題；肩膀關節痛就去骨科，也沒問題；月經不調又做了各種檢

查，甚至做了宮腔鏡，依然沒發現問題。直到她找到了一位長期看更年期的主任醫生，一下子就判斷出了問題，給她用藥後症狀迅速緩解。這樣的案例，其實並不少見。此前，絕經期、更年期問題，都混在普通婦科門診裏一起看。「這樣一來，病人就很容易錯過更年期干預的黃金時期。等她真正找到專科醫生時，可能已經過了最適合用藥的時間，風險反而更高。」在鄒世恩看來，很多新型門診也是朝着專病化、專科化發展，能減少誤診和延誤。

國內公立醫院 長壽門診開設情況	
解放軍總醫院（301醫院）	
開設時間	2023年11月
特點	國內首家以衰老生物學轉化醫學為核心知識體系的抗衰老門診，開展臨床前藥物、基因治療、免疫治療和細胞治療
中南大學湘雅醫院	
開設時間	2024年3月
特點	全國首個抗衰老多學科診療（MDT）門診，由心血管內科、內分泌科、皮膚科等10餘個科室的專家團隊，打破傳統醫療科室之間的壁壘
廣東醫科大學附屬醫院	
開設時間	2024年8月
特點	國內首個「老年健康長壽多學科團隊診療門診」，為患者提供一站式健康評估和個性化治療方案
山東省中醫院老年醫學中心	
開設時間	2024年11月
特點	以中藥、針灸等中西醫結合手段，幫助中青年群體預防高血壓、糖尿病等慢性病，減少未來老年階段的患病風險
北京老年醫院 主動健康與抗衰老醫學中心	
開設時間	2026年2月
特點	設有科研轉化核心區域，規劃了超過500平方米的研究型病房區域，希望打通科研成果向臨床應用轉化的「最後一公里」

大公報記者 劉凝哲、郭瀚林整理



精細化分科 全生命周期健康管理

守護健康

近年來，不少醫院出現了一批名字更直白的新型門診，類似更年期門診、減肥門診、中藥亞健康門診等等。它們並非「新病種」，卻正在改變傳統就醫邏輯，這些新型門診的出現，既是醫學精細化發展的結果，也是公眾健康意識提升的反映。

「很多新型門診都是從傳統門診中分化出來的亞專科門診，亞專科分化的越細，醫生在某一領域的研究就越深入，對疑難問題的處理能力也越強，這是一個必然趨勢。」上海復旦大學附屬婦產科醫院鄒世恩主任表示，專科門診背後，體現的是人們對「全生命周期健康管理」的理念轉變。如今，越來越多醫生開始強

調，改善生活質量本身，就是健康的重要組成部分。

對患者而言，這種變化直接提高了就醫效率。以更年期女性為例，常見的心慌、出汗、失眠、關節痛等症狀，橫跨心血管、骨科、神經等多個系統，極易被當作「零散問題」處理。而在新型亞專科門診，這些症狀會被放回同一條主線——卵巢功能衰退、雌激素下降，從而系統干預。

從生活細節入手 查明病因

在復旦大學附屬中山醫院，這裏的新型門診中藥膏方亞健康門診人氣頗高，許多年輕白領也來就診。大公報記者與一名候診的患者攀談得知，他今年剛過30歲，長期加班睡眠不足導致疲勞、頭疼、睡眠障礙等，也曾去過許多不同的傳統門診，內科外科跑了一個遍，卻又查不出明確疾病。後來刷手機看到中山醫院有中藥亞健康門診，這裏醫生會根據體質、作息、壓力狀態進行綜合評估，通過中藥膏方、飲食和生活方式調整，進行長期干預。這種門診的興起，本質上也是從「治病」走向「防病」的體現。



▲復旦大學附屬中山醫院的中醫科裏，很多人衝着新型門診中藥膏方亞健康門診而來。 大公報記者孔雯瓊攝

大公報記者孔雯瓊

抗衰老診療 AI大數據模型「把脈」

科技賦能

2024年3月12日，全國首個抗衰老多學科診療（MDT）門診正式在長沙中南大學湘雅醫院開診。門診建設以循證醫學為依據，結合目前最新的大數據模型從而建立新的學科體系。

中南大學湘雅醫院副院長、抗衰老MDT專家、心內科教授莫龍告訴大公報記者，精準診斷是抗衰老干預的第一步。MDT門診建設之初，抗衰老研究團隊將湘雅醫院15年健康數據聯合中南大學醫療大數據綜合匯總，獲得了120萬量級的數據，建立了「衰老多維度評估」，通過海量大數據的支持，在分子、細胞與代謝、功能與影像多個層面進行全方位檢測，如分子層面納入端粒長度測定、多模多源大數據衰老時鐘檢測（目前涵蓋1032萬數據探查後數據源）等。



莫龍教授解釋，「通過衰老檢測，我們不僅要看一個人的「時序年齡」（身份證年齡），更要通過問卷、多組學檢驗數據及多維度儀器測量等手段，再加上AI大數據模型提供了人力所不可及的海量數據支持，從而更為準確的評估其衰老程度、衰老速率和「生物學年齡」。」 大公報記者姚進

莫龍副院長帶領團隊為患者看診。

規範行業技術應用 科學認知衰老

專家解讀

中國非公醫療機構協會創始會長郝德明（圖）表示，抗衰老與長壽醫學是「健康中國」戰略的重要組成，順應了醫療服務從「疾病治療」向「健康管理」轉型。

當前的重點任務，是規範行業技術應用，並教育民眾科學認知衰老、引導消費者理性選擇。郝德明指出，衰老是機體多系統功能漸進性衰退、內環境穩態下降、疾病易感性增加的自然生物學過程，本身並非疾病。科學干預的核心目標是延長健康壽命、壓縮帶病生存期、提升生命質量，而非追求「逆齡」「長生不老」。

他談到，公立醫院以綜合實力為支撐，學科齊全、標準嚴謹，而非公立機構可以提供個性化、全周期、高端化服務。公眾在選擇方案時，要注意避開選擇誤區：一看需求定位，基礎健康維護與慢病管理優先公立三甲，如需深度評估、全周期私人化管理，可選擇正規私立機構；二查資質合規，核實醫療機構執業許可證是否含「老年病科」、「預防保健科」；三辨宣傳真偽，警惕「逆齡十年」「一針見效」等誇大表述，拒絕偽科學營銷。 大公報記者劉凝哲、郭瀚林