

不断用DeepSeek查来查去 银行高管焦虑症发作

医生：换部老式手机

“回去后就换一部老式手机，不能装APP的那种。不然，吃再多抗焦虑药物效果可能也不太好。”近日，宁波大学附属康宁医院普通精神科叶倩文医生为45岁的焦虑症患者刘先生（化姓）制定了治疗方案，换老式手机是重要一环。

使用DeepSeek成瘾 焦虑症复发

刘先生是一名银行高管。十多年前确诊焦虑症，这几年来，在药物控制下，病情平稳，工作、生活都得以正常开展。这次来就诊，他的状态却出乎叶倩文的意料——焦虑症复发了。

是没有遵医嘱吃药？还是遇到了应激事件？刘先生的妻子忍不住说：“医生，我觉得是DeepSeek让他焦虑症复发的。他每天就拿着手机，一直问一直问。工作日下班在家都起码要问几个小时，越问越焦虑。”刘先生坦言确实如此。

都用DeepSeek干什么呢？“主要是查与焦虑症相关的事。”刘先生说，以前，也会在百度上查病情相关的资料，但是输入一个关键词后，跳出来的网页有的相关，有的不相

关，指向性也不明确，看几眼就算了。后来有了医生的帮助，也很少去百度搜了。

他感慨，现在DeepSeek的功能太强大了，查得停不下来。“我把病史输进去，可以让AI出一份治疗方案，看用什么药。AI会不停让我补充细节。我就把吃过的药和自己的症状再一样样输进去，AI又会帮我深入分析，这个药可能有哪些副作用，这个症状可能是什么疾病等。”

诊室里，刘先生痛苦地抓着头发，“我也搞不清楚，我到底是不是患了焦虑症？吃的药对不对？我不是不相信医生，可是AI说的好像也很有道理，很专业。”

妻子透露，刘先生还下载了豆包、KIMI等AI工具，反复提问，反复求证。

AI可以作为参考 不要沉迷

叶倩文介绍，最近门诊中，和刘先生有类似情况的患者有不少。他们会把多年的病史等都提交给AI，反复确认治疗方案。不过，刘先生是最沉迷的一个。

“我也知道，不能再这样每天盯着AI了，对病也没帮助。”刘先生痛苦地表示，自己也知道这样不好，可就是控制不住要点开DeepSeek。

妻子关心地问，“这是不是上瘾了。”叶倩文说：“医学上并没有使用AI或搜索引擎上瘾的诊断，但刘先生的状态确实符合成瘾的三个特征。”

首先是强烈的欲望。成瘾者会对某种物质（如酒精、毒品）或行为（如赌博、购物、上网）产生强烈的欲望。这种欲望难以抗拒，即使清楚这些行为可能带来负面影响。

其次是无法控制自己。尽管成瘾行为可能对健康、工作或家庭造成负面影响，成瘾者仍然无法控制自己的行为，持续进行这些活动。

另外是戒断症状。当成瘾者尝试减少或停止使用相关物质或行为时，可能会出现一系列不适感。刘先生试图“戒断”使用AI，甚至几次删除APP，可没10分钟，又重新下载了。不然，他会坐立不安。

怎么办呢？叶倩文根据刘先生的症状，为其调整了焦虑症的用药方案，要求其

一定要遵医嘱服用。此前半个月，刘先生在AI的建议下，擅自停药了。

其次，要在认知上进行调整。AI确实有强大、智能的一面，可以作为参考，有助于加深对疾病的了解，但是不能代替专业医生的诊疗。

另外，用“减少和替代”来循序渐进地戒断成瘾行为。比如，将手机换成没法装APP的老式手机，暂时“戒断”AI使用。

叶倩文补充道，医学非常复杂，尤其是精神科疾病更是千变万化，AI不能代替医生的诊疗。以睡眠为例，几乎每个睡眠障碍患者都有不同程度、不同形式的睡眠障碍。AI可能更多地从单一症状出发，给出普遍性的治疗意见。医生则会从患者整体情况出发，制定个性化的治疗方案。

针对这个观点，该医院大模型应用服务商——浙江宁唐健康大数据科技有限公司技术总监吕传峰表示认可。他说：“目前，大模型擅长关联分析，缺乏因果关系分析能力，不可避免地存在幻觉和失真。医疗行为专业要求高，差之毫厘会谬以千里。通俗地说，大模型只能当助手，不能取代医生在诊疗环节中的作用。”

据宁波晚报

多年偏头痛病因在心脏

专家独辟蹊径“头痛医心”



痛。他曾到多家医院求治，服用过多种药物均未能解除病痛。

周厚广教授特别使用了一种名叫“发泡试验”的检查方法，即：在肘部静脉注射有微气泡的盐水，利用心超观察气泡是否通过心脏从右心房进入左心房。他介绍，如果在检查中发现有微泡信号从右心房进入左心房且超过一定数量，就判定为发泡实验阳性，提示左右心房之间可能有短路或暗道。

这位专家介绍，发泡实验结果显示阳性，经食管心超进一步检查后，医生发现，该名偏头痛患者左右心房之间有一个近6毫米的缝隙，即“卵圆孔未闭”。

“小洞不补，大脑吃苦。”周厚广教授说，心房之间的小洞不补上，偏头痛就无法治愈。他解释，“卵圆孔未闭”患者的静脉血不经过肺部循环直接进入动脉血，容易引起偏头痛，甚至会引发脑梗。把这个“卵圆孔”封堵之后，偏头痛发作就会明显减少，脑梗的风险也会大大降低。在接受复旦大学附属华山医院心内科施海明教授手术治疗后，老人康复出院。

对于“头痛医心”，周厚广教授表示，人体是一个整体。心脑血管之间，各器官之间，外观与大脑之间，都存在着复杂而奇妙的神经网络和内在联系，只有明察秋毫，才能防大患于未然。

据中新网

一位多年被偏头痛困扰的六旬老人，病因竟是“卵圆孔未闭”。近日在接受了“经皮卵圆孔未闭封堵术”后，老人的偏头痛也好了。

复旦大学附属华山医院老年医学科副主任、博士生导师周厚广教授当日对记者坦言，对临床医生来说，更要善于从身体的各个系统去寻找疾病的根源。

偏头痛是一种常见病，俗称“头风”，症状表现为单侧或双侧头部节律性跳动感，就像血管在脑袋里咚咚跳。周厚广教授介绍，上述病例罹患偏头痛多年，头痛前常伴胸闷等症状，夜间胸闷尤其明显；头痛发作严重时还伴有恶心呕吐、腹痛腹泻等情况，自觉记忆力也下降了。患者表示，饮用咖啡或食用蛋糕后容易诱发头

一周4天火锅，患上口腔癌？

专家提醒：口腔溃疡经久不愈，要及时就医

火锅是不少人的最爱，浓烈香料带来的丰富口感和热辣滚烫的满足感让人欲罢不能。王女士（化姓）就是火锅爱好者之一，一周甚至能吃上4天。然而近期，她口腔里长出了许多“小白斑”。开始以为是辛辣刺激吃多了，导致口腔溃疡，但“溃疡”久治不愈，反复生长。王女士到南京市第二医院寻求帮助，谁知一查，“口腔溃疡”竟是口腔癌。

记者了解到，到院时，王女士舌、颊、上腭等有多处白斑，像粗糙的“白纸片”。南京市第二医院肿瘤二科主任徐瀚峰介绍，火锅浓汤的温度可高达120℃，而我们口腔一般耐受的温度在60℃以下。吃火锅时，很容易烫伤口腔黏膜。此外，火锅中含有大量辛辣刺激的调味料，也会对口腔黏膜产生刺激。在烫和辣的反复刺激下，口腔黏膜会发生增生，进而呈现出白斑。“口腔黏膜白斑属于癌前病变，如果白斑出现在舌腹（舌头背面）、口底、软腭部、口角的颊三角区这几个危险区域，癌变的几率更高，大约超过50%的患者会转化为口腔癌。”

另外，黏膜在刺激下还会增厚，

这样对热和辛辣的刺激会越来越不敏感，人越来越不怕烫、辣，从而吃得更烫、更辣，形成恶性循环。

徐瀚峰介绍，病区里每年收治近百例口腔癌的患者。这些患者口腔癌的发生不仅与吃火锅有关，还有多种其他因素，“比如，男性患者长期吸烟、经常喝酒等，都是比较明显的诱因。另外，长期吃槟榔也是口腔癌的高发因素。槟榔中的槟榔碱是明确的致癌物质。一些地区有喜食槟榔的饮食习惯，当地的口腔癌发病率就明显高一些。”

口腔溃疡十分常见，但一般都可以在1~3周内自愈。而口腔癌导致的溃疡，不仅会经久不愈，甚至还会越长越大、越长越多，常常会出现疼痛、出血、局部肿块。专家提醒，如果口腔溃疡反复发生、经久不愈，一定要及时到医院诊治，避免贻误病情。

同时，保持良好的健康生活方式，戒烟限酒、少食用烫食、避免嚼食槟榔，均衡营养，注意保持口腔清洁。如果家族中有口腔癌患者，要定期进行口腔检查，预防疾病的发生。

据扬子晚报