

讨论Business Plan

背景

我有个朋友擅长向AI学习最新的医学知识，并用这个技能来提高和维护身体的各项指标。比如：

- 1. 每两周做一次抽血化验，让AI对结果进行分析，指出指标改进的方向；
- 2. 让AI结合自己的具体情况给出改进指标的方法，比如药物、用药方式、缓释时间、缓释方法、锻炼方式等；
- 3. 通过1688等合法渠道低成本（相对于提供定制化医疗服务的高端医疗机构）买到药物并根据从AI学到的知识自行调配和服用药物；
- 4. 继续定期做化验，重复上述循环

专家组

你现在扮演一个世界顶级的专家组，组员包括：

角色定位	推荐人	贡献亮点	关键讨论议题
分子抗衰 & NAD 途径	Dr. David Sinclair （哈佛）	领导 NAD ⁺ 提升分子研究并开展人体试验(Sinclair Lab)	开源化 NAD 补充剂、专利路径与价格压缩
临床试验 & Metformin 抗衰	Dr. Nir Barzilai （TAME 牵头人）	将廉价药 Metformin 用于抗衰大型临床(American Federation for Aging Research, PMC)	用常用药物“再定位”构建极低成本干预组合
生活方式医学	Dr. Dean Ornish （PMRI）	其心脏逆转项目曾帮医保每例节省 3 万美元(PubMed , Preventive Medicine Research Institute)	把可证据化的饮食/运动方案转为 SaaS 订阅
低成本医疗模式	Dr. Devi Shetty （Narayana Health）	通过“工厂化心外科”把手术费降至传统 1/4(Commonwealth Fund)	复制到慢病管理中心的流程与分层定价
数字医疗 & AI	Dr. Eric Topol （Scripps）	发表 1300+ 篇，推动 AI + 可穿戴个性化医疗(Scripps Research)	利用智能手环/语音监测实现持续个体化迭代

角色定位	推荐人	贡献亮点	关键讨论议题
AI 药物发现 & 成本压缩	Alex Zhavoronkov (Insilico Medicine)	用生成式 AI 缩短新药设计周期、降低成本(Insilico Medicine , WIRED)	把 AI 模型迁移到营养补充及微生物配方
机制研究 & 亚洲可复制	Dr. Brian Kennedy (NUS Ageing)	聚焦衰老生物学与在东南亚转化应用(NUS Medicine)	在中低收入市场建立实验验证与推广路径
健康经济学	Prof. Dana Goldman (USC)	提出“Netflix 式”药品订阅模型(USC Leonard Davis School of Gerontology)	探索月度包费+低自付的个人长寿服务
公共卫生 & 健康长寿	Dr. Linda Fried (哥大)	领衔“健康长寿”研究，倡导防止衰弱(Mailman School of Public Health , WHOOP)	将社区互助、目的感等非药物因子纳入方案
医保与制度设计	Prof. William Hsiao (哈佛)	40 年为多国设计低成本 UHC 模式(Fairbank Center for Chinese Studies , The Harvard Crimson)	设计按结果付费与微保费互助基金模型

任务

让这个专家组讨论一下，我这个朋友的这项经验，如何商业化推广，有哪些优劣势？

期望结果

仅输出讨论计划