



# “孩子通宵打游戏，整天不出门”

**专家提醒：警惕游戏成瘾，早发现早干预早治疗最重要**

“谁来拯救我的孩子？我的孩子正在被手机游戏废掉！”在济南远大中医脑康医院戒瘾科诊室内，一位满脸愁容的家长，向戒瘾科郭树杰主任诉说着。

## “不让我玩 我就浑身不舒服”

16岁的俊俊来自河北，从小学三年级的时候，就开始喜欢上了各种手机小游戏，两年前接触一款游戏后更加沉迷，每天少则玩四五个小时，近段时间甚至一天连续玩10多个小时。

“只要爸爸妈妈不让我玩，我就浑身不舒服。”俊俊说。同时，他的脾气也变得越来越暴躁，成绩

严重下滑。现在对任何事情都不感兴趣，课本和作业都不想碰了。母亲对俊俊的状态十分担忧，感到这样下去的话，开学后也无法继续上学了，便来到这里求医。

暑假期间，像俊俊这样的沉迷网络游戏不能自拔的“熊孩子”，让不少家长感到发愁。济南远大中医脑康医院戒瘾专家郭树杰主任告诉笔者，游戏障碍(俗称游戏成瘾)已经被世界卫生组织列为“成瘾性”精神类疾病。在她接诊的游戏成瘾患者中，出现情

绪障碍、双相情感障碍、抑郁、焦虑、不典型精神障碍，还有精神分裂症等各种精神疾病症状的不在少数。

### 早发现早干预 早治疗十分重要

郭树杰介绍，游戏成瘾的发展大致可分为4个阶段：第一阶段，患者开始有些沉迷于游戏，但学习没有受到明显影响；第二阶段，玩游戏开始有些失控，还能坚持学习，但学习成绩、效率开始下降；第三阶段，沉溺于网络游戏并严重影响学习和睡眠，精神不振；第四阶段则已不想学习，对游戏之外的任何事情都不感兴趣，晚上玩游戏至第二天凌晨甚至通宵达旦，甚至可以整天不出门，不与人

交往。

郭树杰主任特别指出，如果孩子处于游戏成瘾的第一、二阶段，家长联合戒瘾科医生合理干预，会有很大的希望成功；如果发展到第三阶段，虽然有点晚，但家长联合有成瘾医学背景的行为医学专家连续进行一段时间的治疗和行为矫治训练，也有扭转的可能；如若发展到第四阶段才开始干预，难度堪比戒毒，须强力的家庭配合资深的成瘾医学专家才能有所希望。

郭树杰告诫广大家有游戏成瘾倾向孩子的家长，一旦发现孩子有沉迷于网络游戏的苗头就要立即干预，及时向有成瘾医学背景的心理医生求助。切不可拖延至游戏成瘾的第四阶段才来求治！

### 身心同步、科学规范 戒治效果好

济南远大中医脑康医院戒瘾科，是济南心理卫生协会临床合作单位，通过对症治疗，辅以爱心感化、耐心磨练、信心激励，以及系统的体能及身心训练、人性化的管理、针对性的教育，再结合科学的、合理的、实用的心理及行为矫正，使青少年戒网瘾、断心瘾、不复发。

郭树杰主任希望所有游戏成瘾的孩子，在这里经过身心同步，科学规范的戒治后，都能成为一个自尊、自立、自信、自强、自爱，感恩社会、感恩父母的人。

**济南远大青少年游戏障碍关爱热线：400-1898-120**

## 齐鲁晚报中医体验团第三期走进济南杏林中医院 “跟着晚报体验中医，放心！”

齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 焦守广

7月28日下午，在齐鲁晚报·齐鲁壹点记者的带领下，齐鲁晚报中医读者体验团20余位体验员走进济南杏林中医院，体验了中医诊脉、手法外治、三伏贴等中医特色服务。

在第三期体验活动中，有初次参加体验的“新人”，也有连续报名参团的“老人”。“每次

活动都有不一样的体验，不一样的感受。跟着晚报体验中医，放心！”多次参加体验团的吴明表示，晚报组织的中医体验活动，让大家了解了中医知识，找到了适合自己的祛病良方。

在医院工作人员的带领下，体验团成员首先参观了医院的环境，了解了医院的发展历史。

济南杏林中医院院长王光福讲述了从医院“杏林”两字的来源，“估计老济南人基本都知道

杏林中医，前身为山东医科大学杏林门诊，可以说，杏林22年的历史，见证了这座城市的迅速发展和医疗水平的进步。”

医院副院长、著名骨病专家孙海岗为大家带来一堂中医科普课，“现在正值伏天，自然界万物代谢生长最旺盛的时候，我们身体也是一样，中医上讲‘反治’。同时这时也是补养的最好时节，有些疾病到了夏天可能好一些，如果这个时候我们结合药

物、手法去治疗，会事半功倍，可以根据各自体质，做一些艾灸、拔罐、推拿等治疗。”

“中医科普沙龙”结束后，20余位体验团成员先后体验了中医诊疗、手法外治、拔罐、三伏贴等中医特色服务。体验活动结束后，院方还为每一位体验员准备了中药香囊。

为了让更多读者能够了解中医，感受中医文化的魅力，齐鲁晚报成立“中医读者体验团”，

邀请中医爱好者，对中医感兴趣的读者加入，近距离了解我们博大精深的中医文化。加入中医体验团，将走进医院中医科或中医馆，近距离了解接触中医，来一场中医研学游；聆听中医专家的科普讲座，掌握权威中医知识，补一堂中医专业课。

体验团不定期开团，想加入齐鲁晚报中医体验团，跟随齐鲁晚报记者参加体验的市民朋友，可加微信337170880报名。

## 艺术酿造赋能消费升级

# 青岛啤酒“百年之旅”超高端系列荣耀上市

物以稀为贵，品以疏为珍。一瓶酒，以匠心传承百年，以艺术开启纪元。7月31日，青岛啤酒重磅发布“百年之旅”、“琥珀拉格”等系列艺术酿造新品，开启青岛啤酒艺术酿造魅力质量的新篇章。

青岛啤酒“百年之旅”新品问世，被业界视作青岛啤酒呼应高端化、场景化消费升级的标志性之举，有效满足了消费者从使用产品到享受生活，从物质满足到精神愉悦的消费需求。

发布会现场，中国轻工业联合会副会长陶小年，中国轻工业联合会执行秘书长陈建国，中国酒业协会秘书长何勇，青岛啤酒集团党委书记、董事长黄克兴，与合作伙伴、媒体和消费者代表共同见证了青岛啤酒“百年之旅”的上市发布。

了每一位与会鉴赏者藏而实腴的全新体验。

青岛啤酒“百年之旅”独一无二的琥珀原色酒液，醇金光泽让人耳目一新。据了解，其EBC20(European Brewing Convention 欧洲酿造协定)色度，填补了国内深色啤酒色调调控的技术空白。

从珍稀原料选取，到酿造技艺打磨；从酒体琥珀原色的锤炼，到世界级设计师包装设计；再至消费场景的精心打造……青岛啤酒用多层面的“独一无二”，赋予了“百年之旅”的稀缺禀赋。

原料选用上，由酿酒大师选定全球仅200公顷的专属特色大麦产地；从全球麦芽风味库上百种优选风味麦芽的数万款组合中，确定四款麦芽黄金比例组合；欧洲王室专用“贵族酒花”多款品种神秘配方、青岛啤酒百年始祖酵母……所有原料无不精益求精，无与伦比。

生产酿造上，青啤回归古法的两罐式低温长时慢酿发酵工艺，酿造时间延长20%，德国顶级制麦大师恪守家族传统工艺烘焙；30年经验高级技师精准手工投料；独家赋予头道麦汁6轮品评测试；酒花大师风味加持；酿酒大师亲调，多维度解析酒液色度与色彩……极致的匠心追逐，让百年之旅被赋予艺术标签。

### 追寻酿酒大师的艺术哲学

“它是一款内外兼修的艺术品，看上去简约低调，但内在却是口感高度协调的集大成者，集合了中外大师天团的历代传承经验，让人震撼其中。”资深啤酒客吕先生，在活动现场被青岛啤酒“百年之旅”所折服。

据了解，围绕打造消费者心目中“顶级好啤酒”的目标，青岛啤酒组成了近百人的顶级研发团队，国家级酿酒大师领衔研发、



酿造，国家级品酒师全程品评把控，国家级重点实验室博士团队顶级配方解析。研发历程逾2年，历经52轮次测试酿造实验、900多轮次专家品评、126次口味优化、成品经历1800道检验关口……每一串数字的背后都彰显了“百年之旅”酿造团队臻于化境的至真追求，是极致匠心的至诚份量。

青岛啤酒“百年之旅”等系列艺术酿造新品是青岛啤酒117年来打磨极致匠心，打造“魅力质量”的里程碑之作；是充分发挥国家重点实验室的研发优势，高度整合上下游产业链稀缺要素，创新协同的突破之作；这也是青岛啤酒呼应消费升级新需求、驱动高质量发展的创新之作。

### 品味场景重构的鼎级生活

“青岛啤酒‘百年之旅’是青岛啤酒用百年匠心铸就的一张重磅名片，引领了中国啤酒行业的超高端产品发展。”中国酒业协会秘书长兼啤酒分会理事长何勇认为，消费升级所带来的消费结构转型持续引导啤酒市场结构和产品结构转变速度加快，啤酒消费正在从价格到品质、从大众化到个性化、从社交分享到个人享受、从豪饮到自酌等多层面发生转变。在生活品质不断升级的今天，品质尖货的“悦己型”消费盛行，新、奇、特、稀，成为啤酒产品的未来标签。

“境界比边界更重要。作为行业引领品牌，要通过自己的创新，为行业撑出空间；要用独一无二的极致产品，为消费者创造价值；要用高端产品引领行业，为市场打开向上空间。”人文财经观察家秦朔表示：市场发展的正道是提升与扩大每个消费层级的价值，此次青啤百年之旅具备了高端产品必备三要素：卓越功能、非凡体验、文化符号，满足了新消费群体潮流与分享的选择标准。

“当下，产品被重塑，消费场景在崛起，产品的文化属性、场景化精神享受得到消费者的重视。”青岛啤酒集团党委书记、董事长黄克兴认为，青岛啤酒将以艺术酿造为新起点，在与时代的深入互动中，以坚守匠心的定力、激发创新的活力、深化品牌的魅力，用青岛啤酒高质量跨越式发展的全新姿态，持续向全社会输送具有时代特征的品牌精神，持续引领行业高质量发展开辟新思路，为美好生活贡献新方案。



### 解码百年之旅的味蕾魅力

酒体香醇、惊艳舌尖、琥珀原色、设计臻美……青岛啤酒“百年之旅”作为青岛啤酒倾力打造的内外兼修的艺术啤酒，带给