

## 青少年网络成瘾治疗干预手段的研究进展

徐佳颖

100088 首都医科大学附属北京安定医院精神医学科

通信作者: 徐佳颖, Email: xujiaying1105@163.com

DOI: 10.3969/j.issn.1009-6574.2024.11.011

**【摘要】** 随着现代科技的不断发展,青少年网络成瘾已逐渐成为一个全世界重点关注的社会心理问题。目前关于网络成瘾的治疗方法主要有社会心理治疗、药物治疗和其他治疗,而且由于网络成瘾的复杂性和个体差异,综合应用多种治疗手段可能更为有效。未来研究应进一步探索各种治疗方法的联合应用,以提高青少年网络成瘾的治疗效果。

**【关键词】** 青少年; 网络成瘾; 社会心理治疗; 药物治疗; 综述

### A review of the research progress of treatment interventions for adolescent internet addiction

Xu Jiaying

Department of Psychiatry, Beijing Anding Hospital, Capital Medical University, Beijing 100088, China

Corresponding author: Xu Jiaying, Email: xujiaying1105@163.com

**【Abstract】** With the continuous development of modern technology, adolescent internet addiction has gradually become a social and psychological issue that has attracted worldwide attention. At present, the main treatment methods for internet addiction include social psychological therapy, medication therapy, and other treatments. Due to the complexity and individual differences of internet addiction, the comprehensive application of multiple treatment methods may be more effective. Future research should further explore the combined application of various treatment methods to improve the treatment effectiveness of adolescent internet addiction.

**【Key words】** Adolescent; Internet addiction; Psychosocial therapy; Pharmacotherapy; Review

网络成瘾指无成瘾物质作用下,持续、反复地使用网络,对网络使用的时长、频率等不受控制,并对日常生活和个人心理生理健康产生影响,但依然无法摆脱的行为模式,这种行为至少持续12个月以上<sup>[1]</sup>。尽管世界卫生组织已经将“网络成瘾”列入精神疾病范畴,但其是否应该被定义为一种疾病尚存在争议。

一项以6468名10~18岁青少年为样本的网络成瘾流行病学调查研究显示,总体网络成瘾率为26.50%,重度成瘾率为0.96%,以男性居多(30.6%比21.2%)<sup>[2]</sup>。网络成瘾作为一种新兴的心理健康问题,目前尚未形成一套成熟且完整的治疗体系。现有的治疗方法多是从其他物质成瘾(如酒精成瘾、毒品成瘾)的治疗措施中发展演变而来<sup>[3]</sup>。当前,网络成瘾的治疗手段主要包括社会心理疗法、药物疗法以及其他疗法,如运动疗法、中医针刺疗法等,社会心理疗法,旨在通过心理辅导和行为干预,帮助患者

调整心态、改变行为模式,而药物法则主要利用药物来缓解成瘾症状。本综述对目前青少年网络成瘾治疗干预手段进行分析总结,旨在为青少年网络成瘾的治疗手段提供一定的研究方向。

#### 一、社会心理疗法

1. 认知行为疗法: 认知行为疗法是由Beck在20世纪60年代提出的一种心理治疗方案,它基于精神障碍和心理困扰是由认知因素导致的观点,通过改变患者对事物、他人和自己不正确的认知进而达到治疗精神类疾病的效果<sup>[3]</sup>。认知行为疗法已被用于多种精神疾病和心理障碍,如抑郁症、焦虑障碍及物质滥用如大麻、吸烟、酗酒等<sup>[4]</sup>。

近几年,由于认知行为疗法便于操作、实惠经济的特性和其对于物质成瘾治疗的效果良好,认知行为疗法多次应用于网络成瘾的治疗,尤其是与校园教育结合,用于治疗青少年网络成瘾。通过认知行为疗法,心理医生能够区分病态的和非病态的互

联网使用,能在减轻患者成瘾症状的同时正确使用互联网,而不是完全逃避互联网<sup>[5]</sup>。除了组建同龄人小团体,鼓励参加志愿者或社会实践活动,参加群体社交活动等,还注重轻松、安全、支持的治疗氛围的营造和针对不同青少年个体进行的个性化治疗<sup>[6]</sup>。

有研究显示,一般的说服教育和心理咨询治疗对网络成瘾的治疗有一定作用,而认知行为疗法是在一般治疗的基础上在上网成瘾自评量表总分、抑郁、强迫等方面有了更加明显的提升。经过认知行为治疗的被试者上网成瘾自评量表、抑郁自评量表和焦虑自评量表的评分都较治疗之前有明显的下降<sup>[7]</sup>。

此外,将认知行为疗法与专业媒体技术使用的人工干预结合,研究基于学校和行为认知疗法的指示性预防干预的长期效果,发现尽管在最初成瘾症状略有增加,但在随访过程中青少年网络成瘾的自发症状减轻,复发率减低,稳定性增加,且被试者有着较高的满意度<sup>[8]</sup>。

认知行为疗法是将认知疗法和行为疗法相结合,通过改善患者认知改变其否定情绪和上网合理化的想法,加上行为疗法纠正沉迷上网的行为,减少强迫行为,同时对网络成瘾相伴的抑郁、焦虑情绪起到很好的缓解作用。也有研究显示,尽管认知行为疗法能够很好地减少负面情绪,加强时间管理,促进网络成瘾的戒断,但相较于其他的社会心理治疗,其网络成瘾改善与其他社会心理疗法相比优势不明显<sup>[9]</sup>。

2. 现实疗法:现实疗法是一种以人本主义为基础的心理治疗方法,被广泛应用于毒品成瘾的戒断治疗。它强调通过调动患者的积极性和自主性,改变患者错误的选择和想法,帮助患者自主承担起原来不能承担的责任,积极解决问题<sup>[10]</sup>。有研究表明,将现实疗法应用于网络成瘾的治疗,可以明显改善患者的成瘾症状,提高患者的自信心和自尊心<sup>[11]</sup>。但现实疗法在网络成瘾的应用尚且过少,缺少足够的实证研究证据。

3. 接受与承诺疗法:接受与承诺疗法是由 Hayes 在 20 世纪 90 年代基于行为认知疗法提出的新型的心理治疗方法,是认知行为疗法的重要发展。Twohig 和 Crosby<sup>[12]</sup>进行了一项不良网络色情观看的治疗,研究结果显示,经过接受与承诺疗法的被试者强迫性症状有所减少,生活质量提高,观看不良色情作品的时间明显减少。但由于缺少对照组的研究支持,该疗法的治疗效果仍需更多的试验证明。

接受与承诺疗法在网络成瘾治疗上的应用较少,所进行的研究报道也较少,是未来的一个新兴的研究方向。

4. 家庭疗法:在青少年的成长过程中,家庭关系对个人的人格形成起着至关重要的作用,而青少年时期是一个人情绪和社会心理认知发生转变的关键时期,在这个阶段,他们对于自我的调节能力较弱,容易受到外来因素的影响,导致网络成瘾等不良行为<sup>[13]</sup>。家庭疗法可通过协调家庭各成员的人际关系,促进家庭各成员的心理健康。功能不健全的家庭关系,尤其是家庭中孩子对母亲照顾的低感知反而会加重青少年的心理压力,加重网络成瘾的风险。以加强亲子关系、沟通和理解为目的的家庭干预是预防青少年网络成瘾的一个方向<sup>[14]</sup>,并且以家庭为基础的干预在减少网络成瘾方面比只涉及青少年自身的团体治疗更有效<sup>[15]</sup>。团体家庭疗法似乎在减轻网络成瘾症状上有一定效果,但存在较大的异质性,仍需要更多的研究证实<sup>[16]</sup>。

## 二、药物治疗

1. 抗抑郁药:许多网络成瘾问题与抑郁或焦虑有关,患者存在兴趣缺失、睡眠障碍等表现。相关临床研究表明,社会心理障碍对网络成瘾行为存在影响<sup>[17]</sup>,医生治疗时应针对这些社会心理障碍按照相应治疗规范一同治疗,从疾病的共病性着手,通过应用抗抑郁药改善抑郁情绪,进而改善网瘾症状<sup>[18]</sup>。

目前,安非他酮和西酞普兰是研究较多的抗抑郁药物<sup>[19]</sup>。安非他酮作为一种被证实对吸烟成瘾有较好疗效的药物<sup>[20]</sup>,在网络成瘾方面的治疗效果也受到许多关注。有研究显示,安非他酮不但能够调节多巴胺和肾上腺素的分泌,还可以减少脑内默认网络模式和显著性网络模式之间的连接,对于网络成瘾的强迫性上网行为具有显著疗效<sup>[21]</sup>。研究还发现,安非他酮治疗能够改善相关不良行为,减轻对网络的渴求和在游戏上耗费的时间<sup>[22]</sup>。然而,目前关于安非他酮在我国本土网络成瘾患者中的研究仍显不足,且性别差异对疗效的影响也需进一步探讨<sup>[19,23]</sup>。

除了安非他酮,西酞普兰也是治疗网络成瘾的重要药物之一。作为一种 SSRI,西酞普兰在治疗网络成瘾方面同样展现出显著效果。尽管在减少冲动和改善注意力方面,西酞普兰可能稍逊于安非他酮<sup>[22]</sup>,但其作用机制仍值得深入研究。此外,有关青少年网络成瘾的研究现状与观点表明,舍曲林在治疗网络成瘾方面也取得了积极成果,舍曲林能有

效减少患者的上网时间,并缓解抑郁和焦虑情绪,为治疗网络成瘾提供了新的选择<sup>[23]</sup>。

2. 精神兴奋剂—哌醋甲酯: 研究显示: 4.4% ~ 83.3%的网络成瘾青少年同时患有注意缺陷多动障碍(attention-deficit hyperactivity disorder, ADHD),即多动症。这类患者往往对生活中的事物感到无聊和厌倦,厌恶延迟的奖赏。而网络的丰富性和即时性为他们提供了源源不断的刺激和即时的奖赏反应,使他们沉迷其中。面对现实生活中的挫折和不如意,许多患者转而向网络寻求慰藉,网络的虚拟性成为他们的避风港。然而,由于ADHD导致的注意力不集中和自我控制能力不足,他们更容易陷入网络成瘾的泥沼。哌醋甲酯作为治疗ADHD的有效药物,常用于治疗网络成瘾与ADHD的共病,也在一定程度上缓解了患者对网络的依赖,网络成瘾评分下降,上网时间也明显减少,为他们重新回归现实、掌控自己的生活提供了可能<sup>[24]</sup>,这可能与ADHD和网络成瘾都存在多巴胺水平降低有关<sup>[25]</sup>。

3. 其他: 除了以上药物外,还有其他一些药物也被用于网络成瘾的治疗探索,如富马酸喹硫平<sup>[26]</sup>,但由于缺乏足够的实验数据支持,尚不具有很好的说服力。

### 三、其他疗法

1. 体育疗法: 网络成瘾患者以青少年居多,对于青少年网络成瘾者的治疗不应仅仅停留在临床治疗尤其是药物治疗上,而是需要全社会的共同努力。体育不但能够促进青少年的身体健康,有利于其生长发育,而且能够调节青少年的心理健康<sup>[27-28]</sup>。较长运动时间( $\geq 90$  min)、低运动频率( $< 3$ 次/周)、长运动周期( $> 12$ 周)的有氧运动改善效果更好<sup>[29]</sup>。因为一个人的时间和精力是有限的,当青少年在体育锻炼上花费了足够多的时间时,他们就没有更多的时间投入到网络游戏中去<sup>[30]</sup>,这在某种程度上也能对网络成瘾起到一定的控制作用。

除了一般的体育锻炼之外,也有研究认为户外拓展运动对于治疗网络成瘾的干预效果更佳<sup>[31]</sup>。户外拓展运动是一种全身心投入进去的全方位体验,不但有着一般体育锻炼的肢体活动,还需要切身的体验学习,在这个过程中逐渐完善身心健康。但该研究只进行了8周的户外拓展训练,并不能有效地证明对网络成瘾的长期治疗和防止复发的效果。目前已有许多高校开展了相关课程,但具体的治疗效果仍需要更深入的研究证实。

关于体育疗法治疗网络成瘾的相关研究报道近

几年较少,大多数文献都缺少足够的时效性,目前仍需更多新的相关研究报道。

2. 针刺疗法: 网络成瘾作为一种现代社会关注的问题行为,在中医的历史治疗上并没有出现相关治疗方案。但网络成瘾作为某种意义上的强迫行为、成瘾行为,可化用中医对治疗成瘾性疾病的治疗手段<sup>[32-33]</sup>。网络成瘾从中医机制探讨认为其是由于脏腑气机紊乱导致的“神”的异常<sup>[34]</sup>,心主神明,肝主疏泄,而根据中医上肝肾同源、心肾相关的理念,可以通过刺激相关穴位进行网络成瘾的治疗,如夹脊穴<sup>[35]</sup>和太阴穴<sup>[36]</sup>等。有研究表明,针刺疗法联合显示认知疗法对于网络成瘾的治疗能够有更好的效果<sup>[37]</sup>。但由于针刺试验的特殊性,该试验并未进行双盲试验,无法很好地证明是否为针刺相关穴位导致的治疗效果<sup>[38]</sup>。在此基础上,中西医结合治疗,并采用心理认知疗法从心理上进行干预,可以取得更好的治疗效果<sup>[39]</sup>。

3. 经颅磁刺激: 网络成瘾与其他的成瘾疾病在神经机制上有着一定的相似部分,经颅磁刺激治疗其他物质成瘾的方法可能对网络成瘾也有一定疗效。有研究发现,rTMS联合疏肝解郁胶囊可以有效改善青少年的网络成瘾问题,治疗后其时间管理能力提高,耗费在上网的时间显著减少。采用rTMS刺激相应脑区可以提高大脑皮质的兴奋性,降低成瘾性。网络成瘾者常伴有抑郁、焦虑等情绪异常,疏肝解郁胶囊能够有效缓解其焦躁情绪,提高患者配合度和治疗的依从性<sup>[40]</sup>。除舒肝解郁胶囊之外,在此基础上rTMS联合其他药物治疗也可以获得很好的效果,如舍曲林等<sup>[41]</sup>。

### 四、现有治疗方法的优缺点

青少年网络成瘾治疗干预手段的研究进展一直是社会关注的热点问题。随着科技的快速发展,网络成瘾对青少年的影响日益显著,基于此,有效的治疗方法成为研究的重要方向。研究表明,综合治疗对于网络成瘾患者的治疗效果更佳,尤其将认知行为疗法与rTMS相结合的临床效果最佳<sup>[42]</sup>。而对于单一疗法治疗,家庭干预有着更佳的治疗效果,这可能与家庭对患者的心理发展有着重要影响有关<sup>[43]</sup>。而人际关系虽然同样是青少年成瘾行为发生的重要因素,但人际关系干预疗法的治疗效果并不理想,可能与现有相关研究不足有一定关系,需要进一步的深入研究。相比较而言,药物治疗对于网络成瘾的治疗效果最差,大多作为心理治疗的辅助手段,两者结合进行综合治疗<sup>[44]</sup>。

青少年面临的累积生态风险,如家庭、学校、社会等多方面的压力,可能导致他们寻求网络世界中的安慰和满足。因此,在治疗过程中,需要关注青少年的心理需要满足和积极结果预期,以减轻他们的心理压力,降低网络成瘾的风险<sup>[45]</sup>。同时,家庭、学校和社会应共同努力,为青少年创造一个健康的成长环境。在家庭方面,家长应关注孩子的心理需求,加强与孩子的沟通,帮助青少年建立正确的网络使用观念;在学校方面,教师应关注学生的学习和生活状态,及时发现并干预网络成瘾问题;在社会方面,应加强对网络环境的监管,减少不良信息的传播<sup>[46]</sup>。关于具体的治疗方案的选择,团体治疗能够为青少年提供一个相互支持、相互影响的环境,帮助他们认识到自身的问题,并通过集体的力量来克服网络成瘾<sup>[47]</sup>,以解决方案为中心的小组咨询治疗在干预结束和后期随访过程中各种评分和脑电图指标都显示出有较好的疗效<sup>[48]</sup>。这种方法注重青少年的心理需求,强调个体的主观体验,因此,具有较高的针对性和有效性。

总之,青少年网络成瘾治疗干预手段的研究已经取得了一定的进展,不同学者从多个角度对这一问题进行了深入探讨,并提出了多种有效的治疗方法。然而,对于网络成瘾的治疗仍需要进一步加强研究和实践,不断完善和优化治疗手段,以更好地帮助青少年摆脱网络成瘾的困扰。

### 五、前景与展望

目前关于网络成瘾尚缺乏一套系统的诊断和治疗方案及标准,目前的各个治疗措施之间也没有足够的研究进行比较,无法得出一个较为成熟的诊疗体系。随着网络成瘾的重视度逐渐提高,如今心理学家和医疗专家不断提出许多新兴的治疗方案,但网络成瘾的治疗和预防不但需要临床的治疗手段,还需要在日常生活中从素质教育方面进一步预防。

我国目前关于青少年网络成瘾的干预和治疗方法多是引用国外的治疗手段,对目前已有的经验和方法进行总结,并结合我国青少年网络成瘾的流行病学特点,有利于形成符合我国特点的诊断和干预方法,对患有网络成瘾的青少年给予生理、心理、社会上全方位的帮助。

**利益冲突** 文章所有作者共同认可文章无相关利益冲突

**作者贡献声明** 文章撰写及资料整理为徐佳颖

### 参 考 文 献

[1] 《中国青少年健康教育核心信息及释义(2018版)》发布[J]. 教育发展研究, 2018, 38(20): 16.

The core information and interpretation of Chinese adolescent health education (2018 edition) was released [J]. Research on Educational Development, 2018, 38(20): 16.

[2] Xin M, Xing J, Pengfei W, et al. Online activities, prevalence of Internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China[J]. Addict Behav Rep, 2018, 7: 14-18. DOI: 10.1016/j.abrep.2017.10.003.

[3] Chang CH, Chang YC, Yang L, et al. The comparative efficacy of treatments for children and young adults with internet addiction/Internet gaming disorder: an updated Meta-analysis[J]. Int J Environ Res Public Health, 2022, 19(5): 2612. DOI: 10.3390/ijerph19052612.

[4] Hofmann SG, Asnaani A, Vonk IJ, et al. The efficacy of cognitive behavioral therapy: a review of Meta-analyses[J]. Cognit Ther Res, 2012, 36(5): 427-440. DOI: 10.1007/s10608-012-9476-1.

[5] Alavi SS, Ghanizadeh M, Mohammadi MR, et al. The effects of cognitive-behavioral group therapy for reducing symptoms of internet addiction disorder and promoting quality of life and mental health[J]. Trends Psychiatry Psychother, 2021, 43(1): 47-56. DOI: 10.47626/2237-6089-2020-0010.

[6] 明丽娟, 齐玉龙, 赵静, 等. 认知行为疗法干预医学生网络成瘾行为的效果评价[J]. 蚌埠医学院学报, 2014, 39(2): 248-251. DOI: 10.13898/j.cnki.issn.1000-2200.2014.02.045.

Ming LJ, Qi YL, Zhao J, et al. Cognitive behavioural therapy intervention effect of medical students internet addiction behavior evaluation[J]. Journal of Bengbu Medical College, 2014, 39(2): 248-251.

[7] 柴华, 肖家赋, 田颖川. 应用认知行为疗法干预新兵网络成瘾32例体会[J]. 武警后勤学院学报(医学版), 2012, 21(8): 645-647. DOI: 10.3969/j.issn.2095-3720.2012.08.024.

Chai H, Xiao JF, Tian YC. Application of cognitive behavioral therapy in the intervention of 32 recruits with internet addiction[J]. Journal of Logistics College of Armed Police Force (Medical Edition), 2012, 21(8): 645-647.

[8] Lindenberg K, Kindt S, Szász-Janocha C. Effectiveness of cognitive behavioral therapy-based intervention in preventing gaming disorder and unspecified internet use disorder in adolescents: a cluster randomized clinical trial[J]. JAMA Netw Open, 2022, 5(2): e2148995. DOI: 10.1001/jamanetworkopen.2021.48995.

[9] Nakayama H, Mihara S, Higuchi S. Treatment and risk factors of Internet use disorders[J]. Psychiatry Clin Neurosci, 2017, 71(7): 492-505. DOI: 10.1111/pcn.12493.

[10] Karimyar Jahromi M, Mosallanejad L. The impact of reality therapy on metacognition, stress and hope in addicts[J]. Glob J Health Sci, 2014, 6(6): 281-287. DOI: 10.5539/gjhs.v6n6p281.

[11] 苏斌原, 李江雪, 叶婷婷, 等. 青少年网络成瘾治疗研究的新进展[J]. 广州大学学报(社会科学版), 2014(12): 23-29.

Su BY, Li JX, Ye TT, et al. New progress in the treatment of adolescent Internet addiction [J]. Journal of Guangzhou University (Social Science Edition), 2014(12): 23-29.

[12] Twohig MP, Crosby JM. Acceptance and commitment therapy as a treatment for problematic internet pornography viewing[J]. Behav Ther, 2010, 41(3): 285-295. DOI: 10.1016/j.beth.2009.06.002.

[13] Trumello C, Babore A, Candelori C, et al. Relationship with parents, emotion regulation, and callous-unemotional traits in adolescents' internet addiction[J]. Biomed Res Int, 2018, 2018: 7914261. DOI: 10.1155/2018/7914261.

- [14] Trumello C, Vismara L, Sechi C, et al. Internet addiction: the role of parental care and mental health in adolescence[J]. *Int J Environ Res Public Health*, 2021, 18(24): 12876. DOI: 10.3390/ijerph182412876.
- [15] Liu QX, Fang XY, Yan N, et al. Multi-family group therapy for adolescent Internet addiction: exploring the underlying mechanisms[J]. *Addict Behav*, 2015, 42: 1-8. DOI: 10.1016/j.addbeh.2014.10.021.
- [16] Bickham DS. Current research and viewpoints on internet addiction in adolescents[J]. *Curr Pediatr Rep*, 2021, 9(1): 1-10. DOI: 10.1007/s40124-020-00236-3.
- [17] Basenach L, Rumpf HJ, Dreier M, et al. Symptoms and functional impairments in patients with internet use disorders participating in an online short-term therapy[J]. *Compr Psychiatry*, 2024, 131: 152471. DOI: 10.1016/j.comppsy.2024.152471.
- [18] 贾梦园, 张芳华. 我国青少年网络成瘾研究20年回顾[J]. *健康教育与健康促进*, 2021, 16(6): 610-613. DOI: 10.16117/j.cnki.31-1974/r.202106610.
- Jia MY, Zhang FH. Review on the Research of Adolescent Internet addiction in Recent 20 Years[J]. *Health Education and Health Promotion*, 2021, 16(6): 610-613. DOI: 10.16117/j.cnki.31-1974/r.202106610.
- [19] Sá R, Coelho S, Parmar PK, et al. A systematic review of pharmacological treatments for internet gaming disorder[J]. *Psychiatry Investig*, 2023, 20(8): 696-706. DOI: 10.30773/pi.2022.0297.
- [20] Khan MT, Zaheer S, Amar W, et al. Effect of smoking cessation interventions on abstinence and tuberculosis treatment outcomes among newly diagnosed patients: a randomized controlled trial[J]. *Microbiol Spectr*, 2024, 12(4): e0387823. DOI: 10.1128/spectrum.03878-23.
- [21] Nam B, Bae S, Kim SM, et al. Comparing the effects of bupropion and escitalopram on excessive internet game play in patients with major depressive disorder[J]. *Clin Psychopharmacol Neurosci*, 2017, 15(4): 361-368. DOI: 10.9758/cpn.2017.15.4.361.
- [22] Song J, Park JH, Han DH, et al. Comparative study of the effects of bupropion and escitalopram on Internet gaming disorder[J]. *Psychiatry Clin Neurosci*, 2016, 70(11): 527-535. DOI: 10.1111/pcn.12429.
- [23] 周旭辉, 刘学军, 马静, 等. 舍曲林治疗青少年网络成瘾的随机、双盲、对照临床研究[J]. *中国健康心理学杂志*, 2016, 24(7): 965-968. DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2016.07.002.
- Zhou XH, Liu XJ, Ma J, et al. Sertraline treatment of adolescent Internet addiction randomized, double-blind, controlled clinical study[J]. *Chinese Journal of Health Psychology*, 2016, 24(7): 965-968.
- [24] Nakayama H, Mihara S, Higuchi S. Treatment and risk factors of Internet use disorders[J]. *Psychiatry Clin Neurosci*, 2017, 71(7): 492-505. DOI: 10.1111/pcn.12493.
- [25] 罗颖, 曾亚琦, 陈倩, 等. 游戏障碍筛查评估与治疗新进展[J]. *中国药物依赖性杂志*, 2024, 33(1): 1-6, 11. DOI: 10.13936/j.cnki.cjdd1992.2024.01.001.
- Luo Y, Zeng YQ, Chen Q, et al. Game disorder progress screening assessment and treatment[J]. *Chinese Journal of Drug Dependence*, 2024, 33(1): 1-6.
- [26] Egorov AY, Grechanyi SV. Current approaches to the treatment and correction of Internet addiction[J]. *Zh Nevrol Psikhiatr* Im S S Korsakova, 2019, 119(6): 152-159. DOI: 10.17116/jnevro2019119061152.
- [27] 刘映海. 体育干预对青少年网络成瘾的影响[J]. *天津体育学院学报*, 2013, 28(6): 483-488. DOI: 10.3969/j.issn.1005-0000.2013.06.005.
- Liu YH. Influence of sports intervention on adolescents' internet addiction[J]. *Journal of Tianjin University of Sport*, 2013, 28(6): 483-488. DOI: 10.13297/j.cnki.issn1005-0000.2013.06.001.
- [28] Zhang W, Xu R. Effect of exercise intervention on internet addiction and autonomic nervous function in college students[J]. *Biomed Res Int*, 2022, 2022: 5935353. DOI: 10.1155/2022/5935353.
- [29] 兰林玉, 许文鑫. 有氧运动改善青少年网络成瘾效果 Meta 分析[J]. *牡丹江师范学院学报(自然科学版)*, 2022(3): 52-56. DOI: 10.3969/j.issn.1003-6180.2022.03.012.
- Lan LY, Xu WX. Meta-analysis of the effect of aerobic exercise on adolescent Internet addiction[J]. *Journal of Mudanjiang Normal University (Natural Science Edition)*, 2022(3): 52-56.
- [30] 邓文才. 大学生网络成瘾性与体育成瘾性行为的比较[J]. *体育学刊*, 2003, 10(6): 70-73. DOI: 10.3969/j.issn.1006-7116.2003.06.024.
- Deng WC. A comparison between internet addiction and sports addiction among college students[J]. *Journal of Physical Education and Sports*, 2003, 10(6): 70-73.
- [31] 张雅杰. 户外拓展运动对青少年网络成瘾的干预研究[D]. 武汉: 武汉体育学院, 2009.
- [32] 顾允, 曾亮, 潘国良, 等. 电针对甲基苯丙胺成瘾者脱毒早期戒断症状及焦虑抑郁情绪的影响[J]. *上海针灸杂志*, 2023, 42(9): 923-928. DOI: 10.13460/j.issn.1005-0957.2023.09.0923.
- Gu Y, Zeng L, Pan GL, et al. Effect of electrotherapy on early withdrawal symptoms and anxiety and depression of methamphetamine addicts[J]. *Shanghai Journal of Acupuncture and Moxibustion*, 2023, 42(9): 923-928.
- [33] 丁露, 陆丽明. 针刺治疗阿片类药物成瘾的机制研究进展[J]. *中华中医药杂志*, 2024, 39(1): 304-308.
- Ding L, Lu LM. Research progress on mechanism of acupuncture therapy for opioid addiction[J]. *Chinese Journal of Traditional Chinese Medicine*, 2024, 39(1): 304-308.
- [34] 苏沛珠, 张贵锋, 黄泳, 等. 中医药干预网络成瘾的临床研究进展[J]. *甘肃中医*, 2010, 23(9): 33-35. DOI: 10.3969/j.issn.1004-6852.2010.09.014.
- [35] 赵玉霞, 章涵. 针刺对网络成瘾患者心理渴求的干预效果及对血浆 DA、 $\beta$ -EP 的影响[J]. *河南中医*. 2022, 42(2): 310-313. DOI: 10.16367/j.issn.1003-5028.2022.02.0067.
- Zhao YX, Zhang H. Effect of acupuncture on psychological craving and plasma DA,  $\beta$ -EP in patients with Internet addiction[J]. *Henan Chinese Medicine*, 2022, 42(2): 310-313.
- [36] 代宇, 朱天民, 文超, 等. 太溪穴治疗病理性网络使用的初步研究[J]. *中国全科医学*, 2017, 20(28): 3567-3572. DOI: 10.3969/j.issn.1007-9572.2017.28.023.
- Dai Yu, Zhu TM, Wen C, et al. Preliminary study on the use of pathologic network in Taixi point treatment[J]. *Chinese J General Practice*, 2017, 20(28): 3567-3572.
- [37] 谢景强, 李昊森, 齐丹, 等. 电针联合综合性接受与实现疗法对网络游戏障碍患者网络游戏渴求程度的影响[J]. *河北中医*, 2023, 45(12): 2058-2062. DOI: 10.3969/j.issn.1002-2619.2023.12.027.

- Xie JQ, Li HM, Qi D, et al. Effect of electroacupuncture combined with comprehensive reception and realization therapy on online game craving in patients with Internet gaming disorder [J]. Hebei Chinese Medicine, 2023, 45(12): 2058-2062.
- [38] 张园. 湖南省四所中学青少年网络成瘾情况调查及电针百会、印堂干预青少年网络成瘾的随机、对照临床研究[D]. 湖南: 湖南中医药大学, 2017.
- [39] 庞隐. 中西医结合治疗少年网络成瘾综合征[J]. 现代中西医结合杂志. 2009, 18(4): 362-363. DOI: 10.3969/j.issn.1008-8849.2009.04.005.
- Pang Y. Treatment of juvenile internet addiction syndrome with integrated Chinese and western medicine[J]. Modern Journal of Integrated Chinese and Western Medicine, 2009, 18(4): 362-363.
- [40] 胡文芳. 重复经颅磁刺激联合舒肝解郁胶囊治疗青少年网络成瘾的临床观察[J]. 现代诊断与治疗, 2022, 33(17): 2578-2580.
- [41] 蔡文婷, 罗叶, 赖忠红, 等. 重复经颅磁刺激联合舍曲林治疗青少年网络成瘾的临床效果[J]. 中国当代医药, 2023, 30(26): 69-72. DOI: 10.3969/j.issn.1674-4721.2023.26.018.
- Cai WT, Luo Y, Lai ZH, et al. Clinical effect of repeated transcranial magnetic stimulation combined with sertraline in the treatment of adolescent Internet addiction[J]. Chinese Contemporary Medicine. 2023, 30(26): 69-72.
- [42] Zhu Y, Chen H, Li J, et al. Effects of different interventions on internet addiction: a systematic review and network meta-analysis[J]. BMC Psychiatry, 2023, 23(1): 921. DOI: 10.1186/s12888-023-05400-9.
- [43] 刘静, 刘文娟, 赵娜. 家庭功能对中学生网络成瘾现状影响的Meta分析[J]. 中国健康教育, 2017, 33(4): 349-353. DOI: 10.16168/j.cnki.issn.1002-9982.2017.04.015.
- Liu J, Liu WJ, Zhao N. On the impact of family functioning on the current state of the middle school students' internet addiction Meta analysis[J]. Journal of health education in China, 2017, 33(4): 349-353.
- [44] 乔姗姗, 李英琦, 刘丽. 青少年网络成瘾不同干预措施效果的网状Meta分析[J]. 中国学校卫生, 2020, 41(8): 1167-1173. DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2020.08.013.
- Qiao SS, Li YQ, Liu L. A network meta-analysis of the effects of different interventions on adolescent Internet addiction[J]. Chinese School Health, 2020, 41(8): 1167-1173.
- [45] 李董平, 周月月, 赵力燕, 等. 累积生态风险与青少年网络成瘾: 心理需要满足和积极结果预期的中介作用[J]. 心理学报, 2016, 48(12): 1519-1537. DOI: 10.3724/SP.J.1041.2016.01519.
- Li DP, Zhou YY, Zhao LY, et al. Cumulative ecological risk and adolescent internet addiction: the mediating role of psychological need satisfaction and positive outcome expectation[J]. Acta Psychologica Sinica, 2016, 48(12): 1519-1537.
- [46] 张轩, 曹洁, 符红川. 试析青少年网瘾的成因与矫正[J]. 南通航运职业技术学院学报, 2012, 11(4): 6-8. DOI: 10.3969/j.issn.1671-9891.2012.04.003.
- Zhang X, Cao J, Fu HC. Analysis on the causes and correction of adolescent Internet addiction[J]. Journal of Nantong Shipping Vocational and Technical College, 2012, 11(4): 6-8.
- [47] 欧阳叶. 存在主义团体治疗对青少年网络成瘾的干预分析与应用[J]. 晋城职业技术学院学报, 2020, 13(3): 64-66, 93. DOI: 10.3969/j.issn.1674-5078.2020.03.021.
- [48] Pu Y, Liu Y, Qi Y, et al. Five-week of solution-focused group counseling successfully reduces internet addiction among college students: a pilot study[J]. J Behav Addict, 2023, 12(4): 964-971. DOI: 10.1556/2006.2023.00064.

(收稿日期: 2024-04-02)

(本文编辑: 赵金鑫)

· 消息 ·

## 欢迎订阅2025年《神经疾病与精神卫生》杂志

《神经疾病与精神卫生》杂志是神经、精神科学及精神卫生领域的学术性期刊, 国内外公开发行人, 2006年被中国科学技术信息研究所收录为中国科技论文统计源期刊(中国科技核心期刊)。本刊坚持党的出版方针和卫生工作方针, 遵循学科发展规律, 以提高杂志质量、扩大社会效益为使命, 及时反映科学研究的重大进展, 更好地促进国内外学术交流。主要读者对象为广大神经科学、精神科学及精神卫生领域中从事基础、临床医学、教学、科研的工作者及学生。报道内容包括相关各学科领先的教学、科研成果及临床诊疗经验。主要栏目有专家论坛(述评)、论著、学术交流、短篇报道、综述、病例报告、会议纪要、国内外学术动态等。

《神经疾病与精神卫生》杂志国内邮发代号为82-353, 由北京市邮政局发行; 国外发行代号M1690, 由中国国际图书贸易总公司发行。每期定价15.00元, 全年180.00元。欢迎直接通过本社订阅。

银行汇款: 开户行: 中国建设银行建华支行 户名: 《神经疾病与精神卫生》杂志社

账号: 23001626251050500949

联系电话: (010)83191160