

罗永浩自曝患ADHD,药效“时好时坏”

专家解读:治疗并非需要终身服药,关键在于“功能适配”

热搜·话题



罗永浩的十字路口

19小时前 来自 微博网页版 已编辑

趁着今晚突然很想说,就赶紧说了,因为ADHD的关系,1.我的发布会没有一场是彩排过的,全是没有彩排直接上去硬讲。2.幻灯片从来没有提前做完过,都是做到开场前,还有百分之三十左右的页面需要再调整。有好几场甚至是把全场的幻灯片切成前后两大段,交待同事后半应如何处理后拿着前半提心吊胆上台。3.多年以来,看起来没出大问题的,全是靠体力、经验和时灵时不灵的药物支撑。4.现在我体力已经不太行了,比如连续两三天不睡觉心脏会明显不适,而且脑子不工作,吃了十几年的专注达也已经吃最大剂量也不太管用了。5.为我的发布会做幕后的同事,工作难度全程都是地狱级数的,每次结束后都需要疗伤。6.如果ADHD换药失败,或是不能用锻炼彻底改善体能问题,我不会再举办这种大型活动了,会害人害己。7.今晚除了愧疚,剩下的部分大都是幸福的。8.终于说了,开心。

罗永浩的微博发文

12月31日凌晨,罗永浩在微博上发文回应“科技春晚”迟到40分钟,自曝与ADHD(注意缺陷与多动障碍)抗争多年,且药物治疗效果反复,如果换药失败,将不会再举办大型活动。一时间,关于ADHD的相关话题引起广泛的关注和探讨。它是单纯的“注意力问题”吗?治疗为何如此艰难?记者就此采访了南京医科大学附属逸夫医院心理科主任张丽萍。

扬子晚报/紫牛新闻记者 许倩倩

多在幼年起病,半数患者可在青春后期缓解

罗永浩在文中表示,因为患有ADHD(注意缺陷与多动障碍)的关系,他的发布会全是没有彩排直接上去硬讲。多年以来,全靠体力、经验和时灵时不灵的药物支撑。但现在体力不如从前,吃了十几年的药物,已经吃到最大剂量也不太管用。

ADHD是一种常见的神经发育障碍,主要表现为注意力不集中、多动和冲动行为。

“但其实它通常被视为一种儿童期障碍,多是脑额叶功能发育迟缓所致。”张丽萍说,当孩子7岁左右进入开始学习的小学环境时,症状便会充分暴露,比如其他孩子能认真听课时,ADHD患儿可能离座、分

心、冲动,如果在家庭、学校等两个以上的场景下持续存在类似情况,便应考虑此诊断。

然而,像罗永浩这样的成年患者,其“病史”往往需要回溯,因为这并不是成年后“新得”的病。“过去,这些孩子可能被贴上‘顽皮’‘不专心’‘学习态度差’等标签,其背后的神经发育性原因往往被忽视。”张丽萍坦言。一般来说,大约有一半患者的相关症状可在青春后期(大约14岁左右)自行缓解,也有一半的患者症状会持续到成年。

未必需要终身用药,治疗不是“治愈”而是“适配”

ADHD的治疗目标并非“根除”或“治愈”,而是缓解症状、改善功能。

张丽萍介绍,在儿童期,行为治疗、药物治疗和家庭教育多管齐下,首要目标是帮助孩子应对学业挑战,减少因行为问题导致的社交挫败和自尊受损。“当父母理解孩子的行为源于额叶功能发育稍缓,而非故意对抗,就能以更科学、更支持的方式应对,这是至关重要的一环。”

而成人ADHD则极少以“纯净”的状态存在。长期的学业挫败、人际冲突、社会评价压力,使患者共患其他精神障碍的风险极高。“焦虑、抑郁、双相障碍、社交恐惧……这些‘共病’往往比ADHD本身更早成为患者求医的主诉。”张丽萍指

出,这时单一针对ADHD的药物治疗,若未能同时处理共存的情绪问题,效果自然大打折扣,也就可能出现如罗永浩所说的‘时好时坏’的情况。‘换药’也就需要在复杂‘共病’的前提下,艰难探索更优方案。”

ADHD患者成年后的治疗需求,更多取决于“环境要求”和“个人期望”。“如果不是教学、科研等对执行能力要求极高的职业场景,ADHD带来的日常困扰完全可以进行自我调整,不一定需要药物介入。如果患者本人因症状感到显著痛苦,或严重影响到其自我目标的实现,那么寻求治疗仍然是合理且必要的。”张丽萍说。

热搜·提醒

一个开“智驾”不看路 一个因牙疼停车,撞了

扬子晚报讯(记者 郭一鹏)高速上,一名司机因为牙疼得厉害,直接将车停在快车道上,另一名司机则开启了“智驾”放心“托管”,结果两车发生了撞击,所幸车上人员无碍。2025年12月31日,公安部交通管理局通报了这一起案例,恰逢元旦小长假来临,驾车出行增多,希望广大驾驶人能够确保行车安全。

2025年12月10日,福银高速江西九江境内,张某驾驶小汽车在快车道上行驶时,突然发现有一辆小车停在路面,便急忙向右打方向避让,但因发现时距离已经太近,还是发生了碰撞。经交警调查,张某在开车时开启了“智驾”功能,便没太注意路面,发现前车后再接管车辆为时已晚。而前车驾驶人郑某称牙疼得“无法继续驾驶”,便就地在快车道上靠着中央护栏停了车……最终,张某因分心驾驶、郑某因在高速上违法停车,分别承担同等责任。

“通过以上案例,可以给广大驾驶人两个方面的提醒!”一名事故交警介绍,像郑某这种情况,应该在第一时间将车辆开至应急车道,在确保安全的前提下,规范放置三角警示牌;二是不能过度依赖“智驾”,安全驾驶的根本仍在于驾驶人本人。

热搜·国际

美国女铁人被鲨鱼叼走,一周后确认身亡 生前喜欢研究鲨鱼,曾为其辩护

美国资深女子铁人三项选手艾瑞卡·福克斯近日与俱乐部成员一起游泳时被鲨鱼叼走失踪,经过数日搜救,12月27日下午在海岸附近找到她的遗体。她生前喜欢研究鲨鱼,并且一直为这种生物辩护,认为鲨鱼袭击人类并非出于恶意。

55岁的艾瑞卡·福克斯是加州居民,也是一名开放水域游泳爱好者和铁人三项运动员。她与朋友创立了一个开放水域游泳俱乐部,每周日在海中游泳,已有20多年历史。

12月21日,艾瑞卡·福

斯在加州蒙特雷湾与游泳俱乐部成员进行每周例行游泳时失踪。据岸上目击者报告说,事发时曾看到巨大水花,并有鲨鱼叼着疑似人类肢体浮出水面,随后迅速潜入深海。

当地立即开始进行大规模搜救,出动直升机及潜水员,直到12月27日才在圣克鲁兹县的偏远海滩发现一具浮尸,经家属和官方确认系艾瑞卡·福克斯。她身上还穿着潜水服,并佩戴鲨鱼驱赶环,然而并未能阻止鲨鱼袭击。

艾瑞卡·福克斯知道海中存在大白鲨的风险,但坚持在

海洋中游泳。其丈夫表示:“她不想活在恐惧中,她充分地享受生活。”

福克斯生前非常热衷于研究鲨鱼,并公开为这种生物辩护。据朋友和同行游泳者回忆,她反对将鲨鱼袭击事件称为“鲨鱼攻击”,而倾向于称其为“事件”或“咬伤”,认为这是动物的自然行为,并非出于恶意。2022年曾有位其游泳俱乐部的成员被鲨鱼咬伤,之后她甚至为鲨鱼辩护,强调风险虽存在但极低,并继续她的游泳习惯。

扬子晚报/紫牛新闻记者 宋世锋

北欧邮政停止在丹麦提供送信服务

在丹麦承担邮政业务的北欧邮政公司2025年12月30日投递了最后一批信件。依照德新社的说法,丹麦由此成为欧洲首个停止信件投递公共服务的国家。不过,今后丹麦民众仍可通过物流企业寄信。

2025年12月30日,北欧邮政公司向位于丹麦首都哥本哈根的ENIGMA通信博

物馆投递了最后一封信,它将作为永久展品陈列于此。

据德新社报道,丹麦是世界上数字化程度最高的国家之一,2000年以来,北欧邮政公司在丹麦的信件投递量锐减90%。这家邮政公司去年宣布,2025年12月31日起彻底在丹麦停止信件投递服务,今后将重点经营包裹投递业务。自2025年12月中旬

起,公众可在线购买1000个“退役”邮筒,每个邮筒售价在230至320美元之间,所得款项将捐给慈善机构。短短数日内,所有邮筒均告售罄。

2026年1月起,又有200个邮筒将被拍卖,其中包括一些由丹麦艺术家设计的款式。剩余“退役”邮筒可能作为丹麦城市街头景观的一部分,由博物馆收藏。 新华社



体彩“超级大乐透”(第25150期)

中奖号码:前区:13 14 15 28 31 后区:01 05

奖等	级别	中奖注数	每注奖金
一等奖	基本	4注	10000000元
	追加	0注	0元
二等奖	基本	148注	101123元
	追加	29注	80898元
三等奖		404注	10000元
四等奖		826注	3000元

体彩“排列3”(第25351期)

中奖号码:6 1 7

奖等	本地中奖注数	每注奖金
直选	766注	1040元
组选3	0注	346元
组选6	2990注	173元

体彩“排列5”(第25351期)

中奖号码:6 1 7 2 9

奖等	中奖注数	每注奖金
一等奖	99注	100000元

福彩“七乐彩”(第2025150期)

中奖号码:3 9 16 17 20 26 28

特别号码:23

奖等	中奖注数	每注奖额
一等奖	1注	605012元
二等奖	8注	10803元
三等奖	135注	1280元

本期销售总额2993518元。

福彩“东方6+1”(第2025150期)

中奖号码:0 8 4 8 7 0 + 2

奖等	中奖注数	每注奖额
一等奖	0注	0元
二等奖	0注	0元
三等奖	0注	10000元

福彩“15选5”(第2025351期)

中奖号码:3 6 9 13 14

奖等	中奖注数	每注奖额
特别奖	0注	0元
一等奖	132注	1731元
二等奖	5244注	10元

本期销售总额669126元。

福彩3D(第2025351期)

中奖号码:4 5 2

奖等	中奖注数	每注金额
单选	3102注	1040元
组选3	0注	346元
组选6	5539注	173元
1D	246注	10元
2D	78注	104元

本期销售总额4682606元。

福彩“刮刮乐”

2025年12月30日江苏中奖注数 215731注,中奖金额8046271元。

福彩“快乐8”(第2025351期)

中奖号码:5 12 14 17 19 21 24 25 31 32 39 42 46 49 50 52 57 63 68 72

(彩票开奖信息最终结果以彩票中心开奖公告为准。)