

《論智能手機的好與壞》 6B 陳滋澄

現時，智能手機在社會上非常流行，並漸漸融入每一個人的生活裏。它可以幫助我們網上購物、學習等，令我們生活更方便，不過一旦沉迷，卻會後患無窮。

首先，君不見現在在食肆內，大多數的人都是「低頭族」，即使是在家庭聚會和用膳，不少人都只會顧着看智能手機，機不離手。其次，如果以此為習慣可能會導致頸椎和手部疼痛，甚至會患上「青光眼」、「白內障」等眼部疾病。還有，人們如果只顧看手機而沒有注意馬路安全 可以引致意外的發生。

再者，使用智能手機就猶如吸毒，會令人上癮，而一旦上癮，就會欲罷不能，很難回頭，就像一個跌進深谷裏的人，永遠不能爬上來。

此外，在二零一八年美國訪問了一百萬名青少年，自從手機普及後，他們的幸福指數不斷下降。香港中文大學曾訪問過約三千名中學生及家長，其中百分之十五的家庭因智能手機的問題而出現語言及肢體衝突，可見為了手機而影響家庭和人際關係，這樣值得嗎？

古語有云：「水能載舟，亦能覆舟」。手機也如此，用之恰當則利，反之則害。即使能方便生活，要是沉迷，最終也會自食其果。