

你嘗過通宵達旦、廢寢忘餐地玩智能手機嗎？你知道智能手機的多少的害處呢？如果你沒有嘗試過，又知道不多關於智能手機的害處，就要認真看看這篇文章。

我認為青少年使用智能手機對他們是會造成不良影響的。



青少年經常玩智能手機，就會很容易導致沉迷。一旦上癮便會引致很多問題出現，例如：經常獨自一人在房中玩智能手機，大大減少了與家人的溝通時間，令家庭關係變差。有些青少年因受家長阻止使用智能手機而大發脾氣，破壞了彼此之間的關係。

此外，青少年經常低頭玩智能手機，對健康也會有很大的傷害。青少年使用智能手機，上網、玩電子遊戲和瀏覽網頁等等，這樣就成為了「低頭族」。經常低頭使用手機會影響我們的頸椎，令健康受損。

由此看來，使用智能手機對青少年造成很多不良影響。俗語說：「勤有功，戲無益」，在求學時期，我們應把精神專注在學業上。