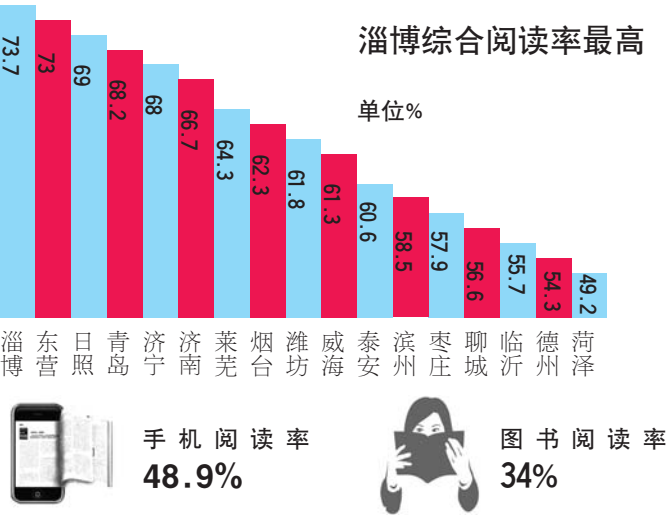


我省近一半人用手机阅读

新闻时政类内容最受欢迎



本报济南7月20日讯(本报记者 华章) 20日上午,记者从山东省政府新闻办新闻发布会上获悉,2016年山东省公众阅读状况调查出炉。结果显示,我省居民的阅读方式出现重大变化,数字化阅读率涨势迅猛,首次超过纸质阅读率,尤其是手机阅读率高达48.9%。

据介绍,2016年全省居民的综合阅读率为62.4%,比2015年上涨7.7%;总体阅读时长为77.65分钟,比2015年增加13.34分钟,增长20.7%;居民的阅读方式出现重大变化,数字化阅读率涨势迅猛,首次

超过纸质阅读率,达到52%,尤其是手机阅读率高达48.9%,增长12.4%;纸质阅读率为48.4%,从高到低依次为图书(34%)、报纸(28.9%)、期刊(19.3%)。

山东居民的阅读内容和阅读目的相对稳定,新闻时政类仍是居民最喜欢阅读的内容,所占比例为65%;“兴趣爱好、休闲娱乐”依旧是居民首要的阅读目的,占到73.5%。全民阅读活动的知晓度和参与度分别为25.2%和5.5%,较上年有所提升;参与者的满意度与上年基本持平,高达95.6%。

从总体阅读状况来看,在全省17市中,淄博市、东营市和日照市的综合阅读率位居前三,依次是73.7%、73%和69%,其平均每天的阅读时长也排在前列,均高于85分钟;聊城市、临沂市、德州市、菏泽市四个城市公众的综合阅读率排在后四位,依次是56.6%、55.7%、54.3%、49.2%,其平均每天阅读时长均不足70分钟。从纸质阅读率看,淄博、青岛、济南在全省位居前三;而在数字化阅读率上,东营、日照、济宁三市则排前三名。

孩子咳嗽呕吐,他还沉迷于手机游戏

低头族爸爸成了家里的“隐形人”

近日,关于“低头族”的新闻屡次见诸报端。就在18日中午12点左右,泰山玉皇顶无字碑附近,一名50岁女性游客下山时因为看手机脚下踩空滚落台阶摔伤,引发舆论关注。现在,“低头族”越来越普遍,可就在他们每天的“低头”生活中,手机已经在他们和家人以及他们和健康之间筑起了一道隔离墙。

本报记者 林媛媛

孩子突然呕吐 他却说“先打完这局”

35岁的宋超是两个孩子的爸爸,儿子已经幼儿园大班,女儿一岁多。两个孩子都是需要人照顾的时候,虽然有父母帮忙,但是妻子陈瑛依然觉得疲惫不堪,因为沉迷于手机游戏的宋超在孩子们眼中就像一个“隐形人”。

“在生二胎之前他就是个手机迷,但是还没有现在这么严重,这两年是越来越厉害。”陈瑛说,宋超下班回家吃完晚饭之后,就一屁股坐在沙发上玩游戏,有时候孩子喊爸爸陪玩,他糊弄一会儿就溜进书房锁上门玩。“因为这事,我俩几乎天天吵架,他爸妈也没少批评他,没用。”陈瑛说,周末全家带着孩子出去玩,宋超就起一个司机的作用,到了地方就摸起手机,从来不陪孩子一起玩。“现在孩子也已经习惯了,基本上已经把他当成一个隐形人了。”

陈瑛回忆起上个月发生的一件事情,仍然怨气难平。“那天晚上我哄女儿睡觉,他坐一边打游戏,孩子睡着睡着咳嗽吐了,刚喝下去的一瓶奶全吐在了床上,孩子哇哇大哭。我抱起孩子,喊他过来收拾床,他说等他打完这一局。”这句话惹怒了陈瑛,她一把抓起宋超的手机狠狠摔在了地上,俩人大吵一架。虽然事后宋超承认错误道了歉,但是他的游戏瘾一点也没戒掉。

“跟他吵架吵多了,我也麻木了,有时候想随便他吧。”陈瑛说,可是最近儿子老是趴在爸爸身边看他玩手机,她非常担心孩子也养成坏习惯,所以她对宋超提出要求,不许在孩子面前玩手机。“他答应了,这几天表现比较好,周末还陪着儿子做了幼儿园布置的手

工作业,但是昨天晚上一起来就把自己锁在书房了。”陈瑛说自己对丈夫已经心灰意冷,不再抱啥希望。

六旬老人玩手机 宅在家里不出门

家住济南阳光100社区年近六旬的王来新最近也加入了“低头一族”。每天买完早饭回家之后,家人还都没有起床,王来新就会在沙发上坐下,打开手机看新闻,这一刻就是他一天“低头族”生活的开始。吃过早饭,儿子儿媳去上班,老伴带孙女下楼玩,王来新收拾完餐桌,又坐在沙发上看手机,一直到中午11点开始准备午餐。午餐后,老伴带孙女午休,没有午休习惯的他仍然会通过看手机打发时间。晚饭后,全家人出去散步,他还是会选择留在家里看手机。

“他以前在老家的时候可不这样,喜欢运动,尤其是喜欢打乒乓球,来济南之后就迷上了手机。”王来新的老伴告诉记者,为了照顾刚出生的小孙女,一年前老两口来到济南,王来新的手机瘾就是从那时候开始养成的。“以前在家的时

候,他每天都约着球友去打乒乓球,来济南之后,小区里没有打乒乓球的地方,也没有认识的人,他就不愿意出去了。”

为了防止孩子养成看电视的习惯,儿媳妇提出只要孩子在家就不开电视。因为王来新多年来习惯看央视的国际新闻,儿子就给他换了智能手机,下载几个新闻客户端,教他上网看新闻,慢慢地王来新就迷上了用手机看新闻。他说,“用手机看新闻比电视还方便,电视是播啥看啥,手机想看啥有啥。”在王来新的手机上,光新闻客户端就有6个。“用得最多的就是两三个,每天都得看好几遍。”王来新说。



济南一商场餐厅门口,前来等位的市民排起了长龙,等候中的人们几乎都在玩手机。 本报记者 王媛 摄

手机“老少通吃”

10岁娃过个暑假成高度近视

每年寒暑假,医院中有几个科室的门诊会明显比平时更加火爆,其中之一便是眼科矫正近视。由于多种因素叠加,青少年近视眼发生率不断上升,而且越来越向低龄化发展,而近年来手机、平板电脑的普及更加剧了这一趋势。

本报见习记者 张如意
本报记者 陈晓丽

“每到寒暑假临近开学的时候,我们医院儿童眼病门诊患者都非常多,有时一天门诊量能达到200多人,近视差不多占其中50%左右。”济南市眼科医院主任医师杨璐告诉记者,他们此前曾在门诊接诊过一名10岁的小学生,一个暑假过后视力就下降了200多度。

“这种情况很大程度上和不良用眼习惯有关。假期中很多孩子只能通过看电视、玩电脑,玩手机等方式消磨时间,长时间近距离用眼,眼的调节与辐辏过度,睫状肌长期处于紧张痉挛状态,就会造成严重的视觉疲劳。”杨璐解释说。

“我们现在一上午差不多就有五六个孩子查出是视疲劳。”济南市儿童医院眼科副主任黄

静称,对儿童来说,10至15岁是近视发病年龄的高峰,由于眼部发育尚未完全,近视发展速度较快,不注意保护可能发展为高度近视,严重者甚至会造成眼部组织损伤、眼内炎症等。

杨璐提醒家长,如果发现孩子的近视度数增长,应到医院进行眼视光检测,区别近视度数中的真性成分和假性成分,“大部分情况下,近期疲劳用眼造成的假性近视,可以通过调节恢复,盲目配镜会导致假性近视演变为真性近视。”

“看手机、电脑多了还容易引起视频终端综合征,也可以称之为干眼症,主要表现为眼球表面干燥,出现充血、眼睛疲劳、视力降低、视物模糊等不适感觉,严重的还伴有头痛甚至恶心呕吐。”黄静表示。据介绍,白领和大学生是干眼症的高发人群。“长时间盯着手机或电脑

屏幕,注意力集中,眨眼次数就会减少。我们正常眨眼睛是一个生理反射,眼球接触空气时会因为水分蒸发变得干燥,眨眼睛时分泌的泪液则会湿润整个眼球。眨眼次数减少,水分不能及时补充,就会感觉眼睛干涩。”黄静解释说。

“颈椎是脊柱中体积最小,灵活性最大,活动频率最高,负重最大的7块骨头。”山东省电力中心医院脊柱外科主任于明光介绍,长时间保持低头的姿势对颈椎的压力相当大。“总是低头看手机,长时间保持同一个姿势,颈项韧带容易慢性劳损、发炎、钙化。”于明光说,随之颈椎的曲度会变直,导致颈部的椎间盘、关节囊等发生改变,形成颈椎间盘突出、颈椎管狭窄等。而颈椎病的间断发作由轻到重,严重的甚至可以导致瘫痪。