

隨着發展一日千里的互聯網變得普及，部分青少年不知不覺間已沉迷電子遊戲或上網，情況甚為嚴重。就讓我來說明一下沉迷互聯網的弊端吧。

長期使用或沉迷互聯網會令人們的視力永久受損，例如每天都看着電子產品的螢幕，就可能要配戴眼鏡，更嚴重的結果更需要做激光矯視。

另外，沉迷互聯網會影響學習表現，令學生們的成績下滑、強差人意。到了要默書、小測和考試的時候，他們又會沒精打采，因為他們的心力都已經投放在了電子產品上。老師經常跟我們說：「讀書時讀書，遊戲時遊戲。」我就想起了要好好分配學習和使用互聯網的時間。

總括而言，我們在求學時期應該專注學習，不要沉迷互聯網。