

《宁波老年》的一项调查显示—— 七成老年朋友用的不再是“淘汰机”



老年朋友参与智能手机培训(资料图片)。

今年,老年人智能手机操作技能普及工程再次被列入宁波市民生实事项目,全社会正共同努力,为打破老年人与数字生活的壁垒而努力。宁波市科协联合多方力量,搭建了更为便民的服务渠道,在宁波大市范围内共设置了271个线下教学点,招募617名讲师及志愿者,截至目前,已培训了11万人次。

回收1213份调查问卷

为了让老年朋友更好地融入数字生活,帮助老年朋友跨越“数字鸿沟”,重阳节前,《宁波老年》编辑部发放了《关于老年人使用智能手机的现状调查》问卷。截至目前,共收到1213份答卷。“您每天玩多长时间手机?”“您使用智能手机是否熟练?”“您最常使用的APP客户端有哪些?”通过一个个问题,了解老年朋友使用智能手机的需求。

通过调查,我们发现,与前几年使用智能手机仅满足微信、淘宝等功能的需求不同,如今老年朋友对智能手机的要求更加多元化,除了不再使用子女淘汰下来的旧机之外,他们更想学会使用智慧出行、智慧就医等各类服务功能。同时,短视频、社区团购等客户端也成为老年朋友新的热门选择。

七成老年朋友使用新机

此次调查对象的年龄50岁至65岁占大多数,比例为61.86%;65岁至80岁占37.76%;80岁以上占0.38%。这一数据表明,使用智能手机的老年朋友多为较为年轻的老齡群体。

数据显示,71.89%的老年人智能手机是自己购买的新机,不再使用子女升级换代淘汰的智能机。

这一数据与以往“老年人普遍使用子女淘汰机”的印象截然相反。这说明在使用了一段时间智能手机之后,老年朋友对智能手机的操作有了更高的要求,子女用过的旧机也难以满足他们的需求。同时,各类品牌智能机推出了更多不同价位的智能机,这也给老年朋友在选择手机时,有了更多余地。

少数人每天使用手机超7小时

也正是由于手机功能的日趋完善,老年朋友也有“玩机成瘾”的。调查显示,有5%的老年朋友每天使用手机7小时以上。三成左右的被调查者认为,自己使用手机的时间在逐步增加。

调查显示,微信、QQ等社交通讯类APP是老年朋友使用最多的客户端,购物APP紧随其后,排在第三位的是支付宝。在短视频风靡的当下,抖音、快手等短视频平台也已成为老年朋友最常打开的客户端之一。

值得一提的是,近95%的老年朋友认为智能手机已经对生活的方方面面造成了影响,如果离开了智能手机,就会感到不适,这意味着他们对智能手机已经有了较高的依赖感。

六成人仍不能熟练使用智能机

虽然智能手机给老年朋友提供了不少便利,但调查发现,64%的老年朋友只会熟练操作智能手机部分功能。这部分老年朋友通过智能手机,能熟练完成与家人传递信息,与孙辈互动,点赞、评论好友朋友圈、投票等日常操作。而网上挂号、互联网打车、网络购物等进阶操作,则需在旁人的协助下完成。同时,他们也很少在手机里玩游戏,面对繁杂的游戏界面感到无从下手。

为跟上智能手机时代,老年朋友倾向于向同龄人、子女辈请教。有老人表示,她遇到手机问题,会第一时间致电子女或向好友询问。

提议增设“老年人”模式

学习使用智能手机时,老年朋友会遇到各式各样的问题,比如手机音量放到最大还是听不清,或者字体太小,其中最为突出的问题是智能手机功能复杂,不明白如何使用。有调查对象在问卷中留言:“视频制作学了几个月还是没学会”“与电脑连接的功能不太了解”“换了一个品牌就不会操作了”等。面对满心疑惑,又缺乏帮助的情况,老年朋友担心使用时容易上当受骗。

对此,针对“使用智能手机有什么看法和需求”这一问题,老年朋友提出了自己的看法。70%的调查者提议给智能手机增设“老年人”模式,多一些简单易懂、操作简便的操作程序,可以学得轻松些;也有人表示,一些网络平台的购物信息真实性尚存在一定问题,容易产生误导,需有关部门加强网络管理。

据宁波老年大学管理中心高晓燕老师介绍,该校信息技术系的课程针对老年朋友的学习特点采用进阶式教学,也会在复习、巩固的基础上,进一步考虑老年朋友学习手机功能的需求设置。

记者 丁晓虹 徐丽文

这五大致盲性眼病 您都了解吗?

10月15日是“国际盲人节”。据调查,白内障、青光眼、糖尿病视网膜病变、高度近视眼底病变、老年性黄斑变性是五大致盲性眼病。

宁波博视眼科医院院长俞存介绍,这些致盲眼病患者在科学、及时的治疗下,是能够保留有用视力、避免致盲的。早发现、早治疗是大多数致盲眼病的治疗原则。

●**老年性白内障** 随着人眼晶状体老化或者其他原因,原本透明的晶状体逐渐变得浑浊,阻碍了光线进入眼内,造成视力下降甚至失明,这就是白内障。

常见人群:老年性白内障多见于50岁以上的中老年人,随着年龄增加发病率明显升高,到了一定年龄阶段几乎人人都会出现白内障。

治疗:白内障是全球第一大致盲性眼病,只有通过手术,将已经浑浊的晶状体替换为透明的人工晶状体才能根治。

●**青光眼** 青光眼是一种慢性疾病,是由于眼睛内部的各种压力过高,导致压迫视网膜的神经、视神经,从而引起视力下降、视力损伤、视野缺损。

常见人群:600度以上的高度近视或远视、有青光眼家族史、心血管系统疾病、糖尿病、45岁以上,这5类人群属于高风险人群。

治疗:在感到眼睛发胀、视物易疲劳时,及时到医院测量眼压,以便及早发现,及时治疗。

●**糖尿病视网膜病变** 糖尿病患者因高血糖而导致全身组织器官的微血管发生病变。在眼部,高血糖会阻塞视网膜内的微小血管,导致视网膜出血、渗出,黄斑水肿,严重时致玻璃体积血、视网膜脱离,甚至失明等。

常见人群:糖尿病患者患病时间越长,视网膜病变概率也就越大。

治疗:多数患者早期无明显症状,到了晚期才发生严重的视力下降。一旦患上糖尿病,不管视力是否下降,都应定期到医疗机构检查眼底,控制血糖、血压和血脂。

●**高度近视眼底病变** 高度近视是指近视度数大于600度。高度近视有一定的并发症,如视网膜变性、视网膜裂孔、视网膜萎缩、视网膜出血等,这些并发症都会造成视力严重下降。

常见人群:超过600度的高度近视者。度数越高,眼底病变风险越大。

治疗:避免眼外伤。高度近视患者应每年检查一次眼睛,度数越高及中老年患者,增加检查频次。

●**老年性黄斑变性** 老年性黄斑变性也称年龄相关性黄斑变性,可分为干性和湿性两种。黄斑是正常视网膜的一部分,位于视网膜中心区域,是人视觉最关键的部位。它和它临近的组织,若出现病变,哪怕是微小的,也会导致中心视力急剧下降、视物变形等症状。

常见人群:多发于45岁以上的中老年人,年龄越大患病可能性越高,且年龄越大,病情可能越严重。

治疗:通过阿姆斯勒表,就能自查;40岁以上的人,建议每年常规体检时做一次眼底检查。

记者 陈韬

专家介绍

俞存 宁波博视眼科医院院长

从事眼科医疗、教学及防盲工作30余年。在治疗复杂、疑难白内障方面有极为丰富的临床经验。至今共为近1.3万例白内障患者及8000例玻璃体视网膜患者进行手术。

张福民 宁波博视眼科医院主任医师

从事眼科临床工作近40年,宁波市医疗界眼科老专家,对于眼底病、青光眼、干眼病、白内障等有丰富的临床经验。

毛春亮 宁波博视眼科医院副主任医师

主要从事白内障及玻璃体手术治疗、视网膜疾病激光治疗等。对各种类型白内障、糖尿病视网膜病变、老年性黄斑变性等有深入研究。