

## 科技改变生活

从最原始的农业化时代，到工业化时代，到现今的信息化时代，我们的生活水平不断提高，科技水平也在不断进步，电子产品成了我们生活中不可或缺的一部分。自十九世纪以来，科技就逐渐进入大众视野，随着人类文明的发展，科技逐渐在人类的日常生活中“安营扎寨”。

人类生活中已经开始离不开科技了。生活中，处处都有科技产品的身影，它们让人类的生活更加方便。

吃饭时不想走路去外面吃，也不想自己亲自动手做，到这时就可以用手机点外卖。想和家人，朋友联络感情或者聊天时，就可以用手机打电话或发信息，如果想看到对方，可以用视频聊天。想买电影票，预定饭馆，打车，等等，都可以在网上进行。

不过，随着时间的推移，有越来越多的人对科技产生了无名的依赖感，对手机等先进产品更是爱不释手。吃饭点外卖，聊天用电话，无聊玩游戏……，遇到任何新鲜事或者在现实生活中有任何好玩的亦或是任何事，都会在手机分享自己的喜怒哀乐，总之科技现在给我们提供了稳定的生活。普遍提高了人们的生活水平与幸福感，所谓幸福感，指的是人们结合社会标准在自身的生活质量，生活水平方面的科学评估，包含人们对日常生活的满意程度与评价，由此产生了积极情感的心理状态。

而且科技产品还可以用来缓解冲突和矛盾。任何人都会出现一些人际交往中的困惑，有的问题甚至会出现当面交流的窘迫。这时候就完全可以利用手机的功能，比如可以先发个短信问候一下，再打电话婉转地用抱歉语气表示心迹。这种效果往往比登门拜访效果要好

不得不说，科技带给我们的便利是巨大的，弊端同样也不可忽视。

科技产品会产生一些电磁辐射，这对我们人类是存在危害的。长期处于高电磁辐射的环境中，会使血液、淋巴液和细胞原生质发生改变，影响人体的循环系统、免疫、激素分泌、生殖和代谢功能，严重的还会加速人体的癌细胞增殖，诱发癌症、糖尿病及遗传性疾病等，对儿童还可能诱发白血病。手机等电子产品让我们容易得颈椎病，长时间的坐着和一成不变的坐姿严重伤害我们的身体。它还容易使我们近视，长时间盯着一处，眼睛酸涩，损害我们的视力。

总之，科技无疑是有效的，它也确实推进了人类的进步，但固然也会给我们带来各种各样的困扰，问题不可被扭转但可以被避免，因此，如何去使用它，如何去控制将会是人们努力的方向。