

# 「低頭族」學童 八成肩頸痛

## 日玩手機4句鐘 專家：長遠影響脊椎發育

香港文匯報訊(記者 陳錦燕) 智能電話、平板電腦等電子產品風靡全球，近年來連學童也加入「低頭一族」。一項調查發現，逾80%年齡介乎10歲至15歲學童有使用智能手機，當中30%學童每日用1小時至4小時玩手機，近80%學童在玩手機時感到不適，如頸痛、肩痛及手指痛等。物理治療師指出，學童長時間使用電子產品，長遠會影響脊椎發育，建議家長鼓勵子女，使用電子產品滿45分鐘，就要做伸展運動，以防止痛症出現。

理大與香港物理治療學會在2011年至2012年及今年，分別對465名年齡介乎18歲至50歲成年人，以及582位年齡介乎10歲至15歲的學童，研究他們使用手提電子產品的習慣及對健康的影響。

### 軟骨未完全成熟易變形

調查顯示，84%學童有定期使用智能手機，與90%成人使用智能手機的比例相當接近。其中有30%的學童每日花1小時至4小時玩手機。

研究亦顯示，不少成年人及學童，因為長時間使用電子產品，包括智能手機、平板電腦及遊戲機，導致頸痛、肩痛、手腕及手指種種不適。當中有70%成年人出現頸痛癢狀，有肩痛及手指不適的人分別佔65%和46%。而學童當中，有高達80%人表示在玩電子遊戲時

感到頸痛，34%人出現肩痛，逾半學童指感到手指痛。

理大康復治療科學系副教授司徒佩玉表示，雖然調查中使用智能手機的學童群組數字，較成人組別為低，但這些學童都處於發育期中，情況不容忽視。她指，近年來智能手機普及度甚高，連學童也能手執一部智能手機，但學童過分沉迷電子遊戲，長時間使用手機，會影響未來成長。她解釋說，因為學童處於發育時期，骨頭內的軟骨等細胞組織未完全成熟，特別容易受傷，若長期低頭玩手機，會造成脊椎變形。

香港物理治療學會會長潘綺紅指出，新型號的智能手機，多數需要用手指在屏幕中快速滑動，同時需低頭注視，若長時間維持此舉，會令手指及肩頸出現痛症。國際有標準指，若使用電子產品超過4小時，身體部位出現不適的可能性則會增加，勸家長留意子女，



物理治療師建議學童低頭玩電腦、智能手機滿45分鐘，就應暫停，並做伸展運動。 陳錦燕攝

切勿沉迷使用電子產品，又提醒市民，每用45分鐘電子產品，就要做伸展運動活動筋骨，或可在用電子產品時，將手機置於桌面玩遊戲；而在沒有桌子的情況下，則可用布袋墊高手機屏幕，令屏幕盡量抬高，防止低頭以致肩頸痛。

# 盛品儒辭任執董 亞視發公告致敬

香港文匯報訊(記者 文森) 亞洲電視昨早發表公告，確認自上周六接到亞視執行董事盛品儒簽署文件後，即辭去其執行董事職務，並已任命雷競斌接任，又指公司對盛品儒致以崇高敬意。各團體昨日繼續聲援及支持亞視，亞洲會向盛品儒發出感謝函，萬分感謝他為亞視「犧牲小我、成就大我」。有網民則掛起橫額支持亞視，表示不滿通訊局懲罰亞視，要求局方需持平。通訊局表示會繼續密切監察亞視是否按指示執行有關裁決。

通訊事務管理局上月底公開調查報告，批評主要投資者王征操控亞視，而盛品儒更連公司的機密都給予他，認為盛品儒不再適合擔任亞視執行董事，勒令盛品儒今天前需辭職，否則亞視或會被吊銷牌照。上周三出席集會時，表示仍未定去留的盛品儒，終在昨日通訊局給予的最後限期前宣布辭職。

### 上周六辭職 雷競斌接任

亞視昨天早上發出簡短公告，指公司在上周六收到盛品儒簽署的文件，確認即日起辭去執行董事職務，同時任命雷競斌接任職務。亞視在聲明中表示，對盛品儒致以崇高敬意，並感謝各界多日來的聲援及支持。但聲明中並沒有交代他會否擔任其他亞視職務。通訊事務管理局發言人指，知悉亞視公告，會繼續密切監察亞視是否按指示執行有關裁決。

盛品儒辭職消息一出，社會各界紛紛表示關注。亞洲會昨日發出一封致盛品儒的感謝函，指盛品儒在3年以來一直帶領亞視走良心路線，為正能量發聲，其成績有目共睹。至今的辭職是「犧牲小我、成就大我」。亞洲會表示，萬分感謝盛品儒一直以來的無私奉獻，並會永遠支持他。

### 網民維園掛橫額支持亞視

數名自稱亞視迷的網民昨日在維園拉起標有「為亞視抱不平，要求通訊局要持平」的橫額，並到灣仔行人天橋懸掛此橫額，呼籲市民支持亞視。撐亞視的網民當中，一名穿着工人服裝的梁先生指，他從事建築工作，昨日剛收工，連工作服都未來得及換，便到場支持亞視，他認為亞視一向向社會發放正能量，是一個質素高的電視台。



市民梁先生未換工作服便到場撐亞視。 劉國權攝

「傳媒監察網民自發」社交網站群組發言人李美娜認為，通訊事務局的裁決帶有政治意味，相信盛品儒是因受壓而離任。而7日的通知期太短，根本不足以搜集資料及證據推翻裁決。「我認為通訊局的做法有如先斬後奏。」

# 環署指垃圾移位 扯裂儲池致漏水



多名立法會議員昨日視察打鼓嶺堆填區，圖中綠色位置為已作修補的臨時污水儲存池。 黃偉邦攝

香港文匯報訊(記者 羅繼盛) 打鼓嶺堆填區今年7月因儲存池破裂引致污水滲漏，部分污水更流入缸窰河。多位立法會議員昨日隨環保署人員視察打鼓嶺堆填區，環保署再進一步交代事故起因，首次表示臨時污水儲存池可能因地底新填的垃圾在大雨期間移動，扯裂儲存池導致滲漏，裂縫面積為0.3米乘0.3米，現時已完成修補並重新注入污水。而環境事務委員會將於月底前召開特別會議討論事件，要求政府提供堆填區圖則和服務協議。

### 謝展寰陪9議員視察堆填區

環保署副署長謝展寰陪同9名議員視察時解釋，承辦商於7月27日發現臨時污水儲存池滲漏，故將池內污水引至堆填區內其他儲存池，因連日大雨，儲存池滿溢，部分污水流入缸窰河。肇事儲存池已完成修補，並多鋪了一層物料，情況大致受控。

助理署長陳英儀補充，被扯裂的臨時污水儲存池設在垃圾上，鋪有石仔、泥及「高密度聚乙烯」。署方估計，因新堆填的垃圾在大雨期間移動扯裂密封物料。環保署亦指，7月24日至28日期間，打鼓嶺和沙頭角地區錄得200毫米至250毫米的雨量，堆填區內大量積水，儲存池滿溢。

有關屯門堆填區附近居民稱曾受垃圾水影響。環保署稱，由2008年至今共接獲22宗懷疑堆填區出現「垃圾汁」滲漏投訴，打鼓嶺堆填區佔3宗，將軍澳有7宗，屯門則有12宗。

### 葛珮帆擔心現時系統欠保障

民建聯立法會議員葛珮帆視察後表示，署方稱今次是膠膜首次出現破裂，以往未試過在一個儲存池不能運作下遭遇大雨，形容是「人禍加天災」，她擔心現時系統未足以提供保障。

香港文化中心大劇院  
2013年9月15日晚上7時45分  
第十四屆大型中秋晚會

票價: \$420 \$320 \$220  
8月5日起在各城市電腦售票處、網上及電話購票熱線發售

節目查詢: 2880 9622  
票務查詢: 2734 9009  
網上購票: <http://www.urbtix.hk>  
信用卡電話購票: 2111 5999

特別折扣優惠  
5-10張可獲九五折優惠  
11-20張可獲九折優惠  
21-50張可獲八五折優惠  
六十歲或以上高齡人士、殘疾人士、全日制學生半價優惠  
(只限\$220門票, 優惠門票有限)

主辦單位: 中華人民共和國文化部 香港主辦單位: 中華文化城有限公司  
承辦單位: 中國歌舞劇院 電視廣播有限公司 協辦單位: 香港文匯報 北京中旭幽蘭文化有限公司  
支持單位: 中央人民政府駐香港特別行政區聯絡辦公室宣傳文體部