

現代社會科技發達，有不同類型的遊戲機。大部份青少年一旦迷上玩遊戲機，就會每天瘋狂地玩，有些更會通宵達旦地玩。遊戲機可以為我們帶來歡樂，但過分沉迷就會對我們的健康造成不良的影響。

首先，青少年終日沉迷在遊戲機中會影響他們的學業，使他們的成績一落千丈；青少年因晚睡而導致上課不專心和集中力不足，便會無法吸收上課時所學到的知識。在健康方面，青少年會因為長期看着屏幕，令眼睛疲勞，甚至患上一些眼睛的疾病，最普遍的莫過於近視了。另外，某些青少年會因為玩遊戲機而與家人的關係變得疏遠。有些家長看見子女沉迷玩遊戲時便會勸止他們，爭執就會因此發生。

總括而言，遊戲機既有趣又刺激，但過份沉迷就會有樂極生悲的後果，所以要適可而止。