

---

# 研究发现使用互联网或能提升50岁以上人群幸福感

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/30401.html>

**本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！**

研究发现使用互联网或能提升50岁以上人群幸福感。香港大学数据科学研究院和药理及药剂学系副教授张清鹏与合作者研究发现，在23个国家50岁以上人群中，使用互联网或与更高的生活满意度、自我报告健康状况更佳和较少抑郁症状相关。研究结果对公共卫生政策和实践有潜在影响，特别是在老龄化和精神卫生服务有限的国家。相关研究11月19日发表于《自然-人类行为》。

在2019年，全球55岁及以上的人群中约有14%遭遇了精神健康问题，如抑郁。过去的研究认为使用互联网与较差的精神健康相关，特别是在较年轻的人群中。但互联网也是健康信息和社会联系的一个来源，这对中年及以上人群的幸福感和生活满意度很重要。迄今为止，我们对互联网使用和全球中老年人群的幸福感和生活满意度之间的关联所知较少。

张清鹏与合作者分析了美国、英国、中国、墨西哥和巴西等23个国家87559名年逾50的人的数据，追踪时间中位数为6年。他们发现使用互联网——包括收发电子邮件、购物、预订旅行以及搜索信息——与较高的生活满意度、较少的抑郁症状以及较好的自我报告健康状况相关。在美国、英国和中国，使用互联网的参与者比不用的人抑郁症状更少。但在各国，互联网的使用频率与心理状况较差的风险之间没有可靠的联系。

研究者提出，50岁以上的人使用互联网可以促进社交互动，降低孤独感（这是这一人群的一个主要公共卫生问题），并使他们能够接触到信息和服务，这又能反过来提供情绪支持和医学建议。但他们承认还需要进一步研究来确定使用互联网和这些人群的幸福感和生活满意度是否存在因果联系，并研究如年龄、性别和使用互联网频率等人口统计学因素的作用。（来源：中国科学报 冯维维）

相关论文信息：<https://doi.org/10.1038/s41562-024-02048-7>

作者：张清鹏等 来源：《自然—人类行为》

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发