

微短剧的风吹到“银发圈”，您“上头”了吗



□洛报融媒记者 谢娜娜

27岁百亿身家霸总爱上45

1 霸总甜宠微短剧，正在冲进“银发圈”

家住洛龙区的李女士最近有些担忧，母亲常常刷手机至深夜。仔细询问才知，原来母亲开始在短视频平台追剧，经常一集连着一集播放，根本停不下来。

15秒一次反转，30秒一个冲突，3分钟演尽爱恨情仇……李女士坦言，作为年轻人，她也看微短剧，平均几分钟一集，播放到关键时刻戛然而止，确实很容易“上头”，有时候没忍住一口气追几十集，第二天上班明显精力不足。令她没想到的是，微短剧也开始冲进“银发圈”，演绎着“熟悉的剧情，陌生的年龄”。

记者在某短视频平台输入“中老年短剧”关键词，《闪婚50岁》《闪婚老伴是豪门》《五十岁保姆嫁豪门》等层出不穷，

岁女保洁？最近，一部名为《保洁老妈无极归来》的微短剧在网络上引起轰动，其离奇情节让网友大呼“离谱”。

数字化时代，微短剧作为一种新兴娱乐形式盛行，尤其是近半年来，微短剧的风吹到了“银发圈”，中老年短剧市场似乎成了新的流量风口。您是否也正在为追剧“上头”？

大多数以家庭叙事为主，包含婆媳关系、中老年相亲、离婚、闪婚、逆袭翻盘等玛丽苏剧情（过度理想化的老套故事情节），涉及甜宠、霸总、富豪等噱头，指向性明显。个别爆款短剧上线半个月，累计播放量高达5亿人次。

重“爽点”、轻逻辑，剧情千篇一律……纵观市面上流行的中老年微短剧，大多“换汤不换药”，其紧抓生活痛点、给足情绪价值、节奏反转递进、提供虚拟爽感，备受银发族追捧。据有关调研机构发布的《2024年中国微短剧行业研究报告》，40岁至59岁用户占微短剧用户的37.3%，60岁及以上用户占比为12.1%。也就是说，在微短剧用户中，40岁及以上群体占了近一半。

2 记者体验：看完一部69集微短剧至少要花28.1元

中老年人时间充裕，借助追微短剧消遣娱乐无可厚非。不过，大多数微短剧是付费观看。在社交平台上，年轻人发帖吐槽父母“平时省吃俭用，却为追剧一掷千金”等内容不在少数。

看一部微短剧需要多少钱？记者进行了体验。以某爆款微短剧为例，记者在短视频平台搜索关键词即可跳转至相关剧场，该剧共有69集，每集平均时长约2分钟，第30集起需要解锁，即付费观看，解锁剩余剧集需要花费28.1元。记者使用另一部手机搜索同一部微短剧，则以“币值”“钻值”（网站流通的虚拟货币）等计价，如

9.9元可购买990币值，从第30集开始解锁剩余剧集则需要支付41元。虽然两部手机显示的费用不一，但付款页面均明确标注有“不可退款”字样。

有年轻网友笑言，自己在短视频平台追剧，常常“东捡一集、西捡一集”，力争花最少的钱看全集。相比而言，中老年用户就没那么“幸运”了，他们对网络冲浪（在互联网获取各种信息）并非熟门熟路，不会像年轻人一样多方寻找免费观看渠道，但相对“有钱有闲”，付费能力相对更强。这可能也是微短剧市场瞄准中老年群体的原因之一。

3 关注中老年情绪值，以精品微短剧助其颐养身心

据相关报告显示，2023年中国网络微短剧市场规模已达373.9亿元，同比增长267.65%。然而，微短剧质量参差不齐，既有依托新形式涌现的短剧佳作，也有部分微短剧因低俗、狗血等面临下架。

今年5月9日，中消协发布2024年第一季度全国消协组织受理投诉情况分析时提到，一些短视频平台利用算法锁定老年人推送离奇、浮夸微短剧，以极低价格诱导其继续观看并默认开通免密支付，随后按集扣费并自动播放下一集，由于老年群体网络消费辨别能力相对较弱，容易陷入消费陷阱，微短剧市场亟待精品化、规范化。

我市社会学者安锋认为，在当今短视频时代，迎合碎片化节奏的微短剧作为一种新的艺术形式无可厚非，付费阅读、付费观看

等形式也符合市场经济规律，但微短剧的传播内容要积极健康有益，消费形式应让老百姓明明白白。尤其是中老年群体对网络的辨别能力较弱，相关部门和网络平台应加强对微短剧的监管，并加大打击力度，促使行业健康发展，使微短剧真正成为中老年人颐养身心的消遣方式。

同时，“情绪值拉满”的爽文短剧之所以能够精准“圈粉”中老年群体，也侧面反映出中老年人内心潜在的情感需求，他们的情感需要重视、慰藉和释放。

社会各界及子女应该关注中老年人的精神需求，如影视剧可以针对中老年群体推出相关题材的优质作品，为他们提供高质量的精神食粮；子女经常陪父母聊聊天，抚慰其内心的空虚和寂寞。

开展中国镇痛周科普活动，专家建议——关注慢性病疼痛，共创“无痛社区”

今年10月21日—27日是中国镇痛周，为进一步加强公众对慢性病疼痛风险的认知，更为全面地普及慢性病疼痛预防和管理相关知识，“关注慢性病疼痛，共建‘无痛’社区”科普活动近日于洛阳举行，专家就中老年人常见疼痛的类型、慢性病叠加疼痛的风险及危害、慢性病疼痛的预防和管理等话题进行分享，帮助提升居民尤其是中老年居民健康素养，积极预防、科学应对疼痛问题。

河科大一附院景华院区疼痛科主任李毓说：“带状疱疹相关疼痛是我国中老年人常见的疼痛类型之一。有的患者疼到整夜无法入睡，甚至白天不能穿衣服，晚上不敢盖被子。一般来说，50岁以上、患有慢性疾病和自身免疫力低下的人群更容易得带状疱疹，疼痛持续时间更长、更严重，治疗也更难。”

李毓提醒道：“患有慢性疾病如心血管疾病、糖尿病等疾病的广大中老年人，更要注意慢性病叠加带状疱疹疼痛风险，积极预防和管理，做好主动健康。”

秋冬季节谨防感染性疾病缠身，预防接种可有效降低疾病风



河科大一附院景华院区疼痛科主任李毓

险，中老年人可以通过预防接种方式保障身体健康。李毓建议：“一方面，可以通过清淡饮食，适度锻炼等方式提高基础抵抗力，加强疾病预防能力；另一方面，接种疫苗也是疾病预防的一种有效措施。”马上就要进入流感的流行季节，对于中老年人而言，预防管理是关键，建议老年人接种流感疫苗、肺炎疫苗和带状疱疹疫苗。在接种疫苗前需牢记三大“关键词”：年龄、保护效力、禁忌症。慢性病不是接种疫苗的禁忌症。此外，对于风湿免疫性疾病患者，建议首选接种灭活疫苗和重组蛋白疫苗。

（清风 文/图）