

ИЗУЧЕНИЕ РАСПРОСТРАНЕННОСТИ НАРУШЕНИЯ ЗРЕНИЯ СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ

Хвойницкая А.А., Яковлева О.А.

студенты 3 курса педиатрического факультета

Научный руководитель – ассистент Заяц О.В.

Кафедра общей гигиены и экологии

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Актуальность. Зрение в жизни человека играет огромную роль. В данный момент проблема нарушения зрения является довольно острой. По оценкам, около 1,3 млрд человек в мире живут с той или иной формой нарушения зрения [3].

Основной причиной снижения зрения у учащихся в общеобразовательной школе, вузе является близорукость. В настоящее время актуальной проблемой офтальмологии остается прогрессирующая близорукость у школьников и студентов.

Принято выделять три степени близорукости: слабую – до 3,0 Д включительно, среднюю – 3,25-6,0 Д, высокую – 6,25 Д и выше. По клиническому течению различают близорукость не прогрессирующую (стационарную) и прогрессирующую.

Клинически она проявляется снижением зрения вдаль, хорошо корригируется, требует наблюдения и профилактического лечения.

Известно, что к основным факторам риска, вызывающим миопию относятся: длительная и интенсивная нагрузка на глаза, плохая экологическая ситуация, несбалансированность питания, неконтролируемое увлечение гаджетами, раннее обучение детей – длительное рисование или чтение на близком расстоянии, недостаточный уровень освещенности, не в соответствии с требованиями санитарных норм и правил оборудованное рабочее место, неправильный режим дня, короткий срок пребывания на свежем воздухе, большие зрительные нагрузки во время учебы. Значительную роль в развитии близорукости играет и наследственный фактор: 40-50% детей наследуют близорукость, если у одного из родителей миопия, и 80% – если миопия у обоих родителей генетическая предрасположенность [1, 2].

Цель. Изучить распространенность нарушения зрения среди школьников и студентов; выявить причины, негативно отражающиеся на зрении обучающихся.

Материалы и методы исследования. Проведено социологический опрос с применением валеологической анкеты. В исследовании приняли участие 110 респондентов (55 школьники и 55 студентов).

Результаты и их обсуждение. Нарушение зрения среди обучающихся в вузе составило 67%, а среди школьников – 47%. При этом ведущим нарушением являлась близорукость: 92,3% у студентов и 87% у школьников.

Нарушение зрения чаще встречалось среди учащихся со средним баллом 8-10 баллов и проводящими за выполнением домашнего задания более 3-4 часов в день.

При изучении образа жизни школьников установлено, все учащиеся нерационально использовали перемены между занятиями: редко играли в подвижные игры (14,3%, заложенные в их телефонах). Также выяснено, что 52,7% студентов и 34,5% школьников уделяли гаджетам более 4 часов в день.



Рисунок 1. – Использование гаджетов среди школьников

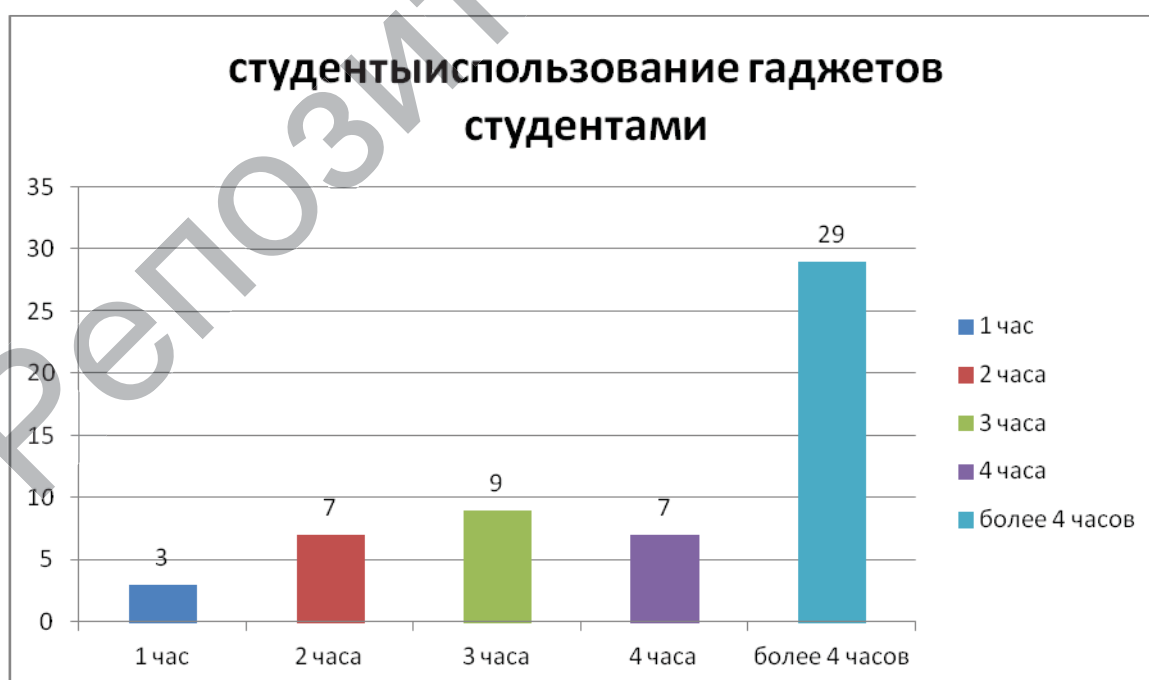


Рисунок 2. – Использование гаджетов среди студентов

Отмечен дефицит ночного сна у школьников и студентов с миопией: у 35% школьников и 32,5% студентов длительность ночного сна составила 5-6 часов. При этом у 42% респондентов с миопией отмечались нарушения сна, что указывает на возможность нарушения вегетативной регуляции [2].

При опросе школьников, установлено, что только у 45% респондентов отсутствовало приспособленное место для выполнения домашнего задания, при этом у 10% респондентов допускалось выполнения домашнего задания на полу, у 5% на подоконнике. У студентов рабочее место было оборудовано в соответствии с требованиями санитарных норм и правил.

У 58,2% студентов и у 52,7% школьников с миопией у близких родственников имелись проблемы со зрением.

Выводы. Таким образом, среди школьников и студентов отмечалось нарушение зрения на достаточно высоком уровне. Поэтому для эффективности профилактических мероприятий необходимо повышение мотивации к здоровому образу жизни не только самих учащихся, но и родителей.

Литература:

1. Служко, Е. Л. Миопия. Нарушение рефракции – это болезнь / Е. Л. Служко // Астраханский вестник экологического образования. – 2014. – № 2. – С. 160-165.
2. Кучма, В. Р. Медико-социальные аспекты формирования здоровья младших школьников / В.Р. Кучма [и др.] // Вопросы современной педиатрии. – 2009. – Т.7, № 4. – С. 9-12.
3. Здоровье населения и окружающая среда г. Гродно и Гродненского района в 2010 году. Информационно-аналитический бюллетень. – 2015. – 128 с.

ВЛИЯНИЕ ДИНАМИЧЕСКОГО МИКРОКЛИМАТА НА ЗДОРОВЬЕ РАБОТНИКОВ ПРОИЗВОДСТВ

Цымбалистый А.В.

студент 3 курса лечебного факультета

Научный руководитель – к.м.н., доцент Пац Н.В.

Кафедра общей гигиены и экологии

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Актуальность. Динамический микроклимат – микроклимат на рабочем месте (в рабочей зоне), показатели которого в течение рабочего дня, кроме периодов перерывов, выходят из рамок одного класса условий труда. Или же оцениваются одним классом условий труда, но работа осуществляется на протяжении рабочего дня как в условиях пониженных, так и повышенных температур (попеременно чередуясь) [6]. В этом случае, несмотря на то, что условия труда по фактору «микроклимат» оценены