

ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ УЧАЩИХСЯ ЛУНИНЕЦКОЙ И СМОРГОНСКОЙ ШКОЛ О ВРЕДЕ ГАДЖЕТОВ, А ТАКЖЕ А ПРАВИЛАХ ПОЛЬЗОВАНИЯ ИМИ

Соловей Е. К., Шедко А. М.

Гродненский государственный медицинский университет

Научный руководитель: Сурмач М. Ю.

Актуальность. Социальные сети, музыка, игры и фильмы – это то, без чего не обходится ежедневная рутина не только школьников, но и взрослых людей. У гаджетов есть бесчисленное количество плюсов, но не стоит забывать и о их вреде, особенно на еще не до конца сформированный организм и психику подростка [1].

Цель. Главной целью нашего исследования стало выяснение о знаниях старшеклассников о правилах пользования гаджетами и о их вреде для здоровья. Главной целью нашего исследования стало выяснение о знаниях старшеклассников о правилах пользования гаджетами и о их вреде для здоровья.

Методы исследования. Для данной работы нами была специально разработана анкета. Опрос проводился в Google-форме, далее результаты анкетирования мы переносили в таблицы Excel, где далее уже и проводился последующий анализ статистических данных. Анкетирование проводилось среди учащихся 10-11 классов Сморгонской и Лунинецкой школ, в котором приняло участие 103 человека. Распределение респондентов по полу было следующим – 51,5% девушки и юноши – 48,5%.

Результаты и их обсуждение. В первом вопросе нашего анонимного анкетирования, мы решили поинтересоваться у школьников: «к чему, по их мнению, может привести чрезмерное использование гаджетов (более 1 часа в день)?». В результате обработки анкет было установлено, что 16,5% школьников считают, что длительное использование гаджетов может повлечь за собой боли в спине, так ответили 6% от общего числа мальчиков и 26,42% девочек ($\chi^2=6,37$, $p=0,006$). Вариант ответа «головные боли» выбрал каждый пятый школьник, из которых абсолютное большинство мальчиков 80% и 32,1% девочек ($\chi^2=9,188$, $p=0,003$). Длительное использование гаджетов, по мнению 27,18% школьников, 44% мальчиков и 11,32% девочек может привести к снижению остроты зрения ($\chi^2=7,781$, $p=0,006$), а, по мнению 8% мальчиков ($\chi^2=4,411$, $p=0,036$), к «импотенции», и 1 мальчик считает – к «улучшению настроения» ($\chi^2=1,070$, $p=0,301$). Отдали свой голос за ответ «снижение памяти и внимания» 6% мальчиков и каждая четвертая девочка (26,41%) ($\chi^2=7,781$, $p=0,006$), 10,6% школьников, из которых 22% мальчиков и 3,77% девочек ($\chi^2=7,75$, $p=0,006$), придерживаются мнения, что гаджеты не могут привлечь за

собой никаких проблем и 4% юношей ($\chi^2=2,162$, $p=0,142$) ответили «ко всему вышеперечисленному».

Следующий вопрос затронул тему, о правильном положении тела, при использовании компьютера. 35,9% школьников, из которых каждый второй являлся юношей и каждая пятая девушкой, не знают, как же правильно сидеть за компьютером, остальные ребята, 50% от общего числа школьников и 77,35% от общего числа школьниц знают ($\chi^2=8,366$, $p=0,004$). Конечно же знание правильного положения важно, но еще более важным является применение своих знаний на практике, и мы решили уточнить у ребят, а как же они сами работают за компьютером. Только 26% мальчиков и 7,54% девочек ($\chi^2=6,37$, $p=0,012$) из всех школьников всегда следят за правильным положением своего тела при использовании компьютера, 36,8% человек, из которых больше половины мальчиков (56%) и 18,87% девочек ($\chi^2=15,236$, $p=0,001$), стараются поддерживать правильную позу; каждый четвертый школьник от общего числа, 12% мальчиков и 37,73% девочек, ($\chi^2=9,03$, $p=0,003$) не обращают внимание на свое положение и 21,36% школьников, 6% мальчиков и 35,85% девочек ($\chi^2=15,236$, $p=0,001$), признаются, что сидят сгорбившись и опираются на локти.

Помимо работы за компьютером, школьники очень часто пользуются и другими гаджетами, поэтому мы заинтересовались, а в каком положении тела они пользуются данными устройствами.

Отмечено, что практически половина школьников, 34% мальчиков и больше половины девочек (56,60% от общего числа школьниц) ($\chi^2=5,299$, $p=0,001$), другими гаджетами пользуются лежа, каждый пятый школьник, из которых 30% мальчиков и 11,32% девочек ($\chi^2=5,531$, $p=0,019$), в это время передвигаются по комнате, также 13,59% школьников, каждый пятый мальчик и 3,77% девочек ($\chi^2=7,750$, $p=0,006$) выбрали ответ «сидя за столом», каждый четвертый школьник, среди которых 10% мальчиков и практически каждая вторая девочка (43,4%) ($\chi^2=14,496$, $p=0,001$), обычно сидят на диване или кровати, и 1 девочка выбрала комбинированный вариант ответа: «лежа на кровати и перемещаясь по комнате», «лежа или сидя на кровати (диване)», и 4% мальчиков, проголосовали за ответы: «сидя за столом или на кровати(диване)».

Выводы. Каждый второй юноша и каждая пятая девушка не знают правил правильного положения работы за компьютером, что является очень важным аспектом, ведь от правильного положения зависит формирование осанки, правильное формирование зрения и так далее. Также каждый четвертый школьник вообще не обращает никакого внимания на свою посадку, а каждый пятый школьник, признается, что они сидят сгорбившись, при работе за компьютером. Но помимо компьютера в жизни подростка существуют и другие гаджеты, но и здесь тенденция не утешительная, ведь практически половина школьников пользуются гаджетами в положении лежа, а это также влечет за собой негативные последствия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Здоровье подростков [Электронный ресурс] // WorldofHealthOrganization. – Режим доступа: <https://www.who.int/ru/news/item/24-04-2019-to-grow-up-healthy-children-need-to-sit-less-and-play-more>. – Дата доступа: 01.03.2023.

ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ РАЙОННОГО ЦЕНТРА О ПРОБЛЕМЕ РАДИАЦИОННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОХОЖДЕНИИ ДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕДИЦИНСКИХ ПРОЦЕДУР, СВЯЗАННЫХ С ОБЛУЧЕНИЕМ

Соловей К. К.

Гродненский государственный медицинский университет

Научный руководитель: канд. биол. наук, доц. Зиматкина Т. И.

Актуальность. В современной медицинской практике активно используются различные методы лучевой диагностики. В учреждениях здравоохранения работает множество рентгенодиагностических и флюорографических кабинетов, отделов рентгеновской компьютерной томографии, радионуклидных лабораторий [1]. Благодаря высокой информативности и достоверности данных методов увеличивается вероятность постановки диагноза при появлении первых симптомов. Необходимо помнить, что некоторые методы лучевой диагностики обладают негативным воздействием на живой организм. Целесообразность выбора метода исследования в каждом конкретном случае должен решаться с точки зрения тезиса «ПОЛЬЗА-ВРЕД».

Цель. Изучить осведомленность населения о проблеме радиационной безопасности при прохождении диагностических медицинских процедур, связанных с облучением.

Методы исследования. Для данной исследовательской работы нами была разработана анкета. В опросе на условиях добровольного согласия приняли участие 112 респондентов районного центра Гродненской области в возрасте 19-25 лет, количество респондентов женского пола – 65,1%, парней- 34,9%. Средний возраст респондентов составил $21,33 \pm 1,34$ лет. Анкетирование проводилось с помощью Google -Формы. Данные были обработаны статистически в программе Microsoft Excel.

Результаты и их обсуждение. В результате исследования было установлено, что большинство респондентов (54,4%) оценивают свой уровень здоровья как удовлетворительный, 42,9% – хороший, а 3,3% – плохой. Основными методами диагностики, по мнению 95% респондентов, являются методы на основе использования рентгеновских лучей, 5% отдают свое