

Выводы

Чтобы снизить риск возникновения последствий от воздействия пассивного курения, необходимо повышать осведомленность населения о его негативном влиянии на здоровье человека. Для данного влияния на население подойдут следующие меры: чтение лекции о вреде курения не только для курящих людей, но и о вреде пассивного курения. Данную лекцию необходимо читать в учебных заведениях, на рабочих местах. Также следует проводить агитационно-информационные просветительские воздействия, а именно, размещать наглядные брошюры, плакаты в местах массового скопления людей, интернет-сайтах.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Румянцев, А. Ш. Курение и почки / А. Ш. Румянцев, М. Л. Лындина, А. Н. Шишкин // Нефрология. Санкт-Петербург. – 2018. – 20 с.
2. Амлаев, К. Р. Электронное издание на основе: Медицинская профилактика / К. Р. Амлаев. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. – 184 с.
3. Электронное издание на основе: Основы формирования здоровья детей: учебник/ А. С. Калмыкова [и др.]. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 384 с.

УДК 617.7:378.147.091.33-027.22

Ю. А. Дведари

*Научный руководитель: ассистент учебного центра практической подготовки
и симуляционного обучения Е. В. Врублевский*

*Учреждение образования
«Гомельский государственный медицинский университет»
г. Гомель, Республика Беларусь*

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СИМУЛЯЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ В ОФТАЛЬМОЛОГИИ

Введение

Симуляционное обучение в офтальмологии позволяет улучшить результаты при подготовке офтальмологов и становится новым инструментом для достижения лучших результатов в медицинских и хирургических процедурах, тем самым улучшая результаты и качество лечения.

В настоящее время информационные технологии являются лучшими устройствами для работы, учебы студентов, общения. Частота их использования студентами с каждым годом повышается. Однако компьютеризация обучения и другая деятельность студентов имеет помимо достоинств и ряд отрицательных моментов, которые впоследствии могут стать неблагоприятными для нашего организма [1].

Нарушение зрения оказывает серьезное отрицательное воздействие на качество жизни людей как молодого, так и пожилого возраста. Хорошее зрение необходимо человеку для любой деятельности, и каждый должен понимать, как важно оберегать и сохранять зрение [2].

Цель

Оценить влияние различных факторов на состояние органа зрения студентов УО «Гомельский государственный медицинский университет».

Материал и методы исследования

Исследование проводилось по результатам добровольного анкетного опроса людей по специально разработанному опроснику в начале и в конце семестра. В начале семестра в анкетировании приняли участие 115 респондентов, а в конце – 113. Полученные данные подвергли статистическому анализу. Статистическая обработка данных была произведена при помощи программы Google Forms.

Результаты исследования и их обсуждение

В результате обработки и сравнения полученных данных мы выяснили, что среди опрошенных студентов ГомГМУ на вопрос «Следите ли Вы за своим зрением?» в начале семестра 53 % выбрали вариант «Да», 33 % с «Редко», а 14 % – «Нет», в конце семестра 54 % – «Да», 24 % – «Редко» и 22 % – «Нет» (рисунок 1).

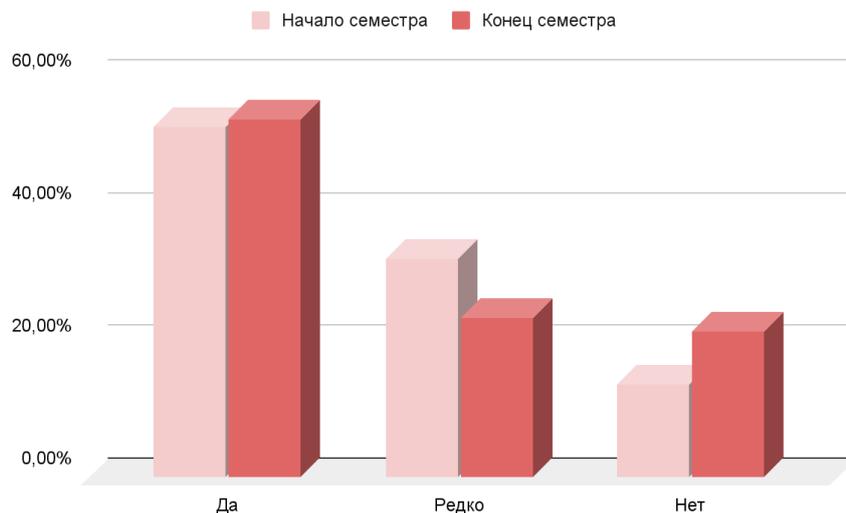


Рисунок 1 – Следите ли Вы за своим зрением?

Норма времени проведения за компьютером в среднем составляет 2–3 часа. По результатам анкетирования время проведения за компьютером студентов ГомГМУ как в начале, так и в конце семестра в среднем составляет около 1 часа, что не превышает норму.

Также по результатам проведенного опроса мы выяснили, что опрошенные студенты пользуются другими гаджетами, помимо компьютера. И на вопрос «Выполняете ли Вы специальные упражнения для глаз в перерывах при использовании гаджетов?» в начале семестра 73,9 % дали ответ «Нет» и 26,1 % – «Да», а в конце семестра 70,8 % дали ответ «Нет» и 29,2 % – «Да» (рисунок 2).

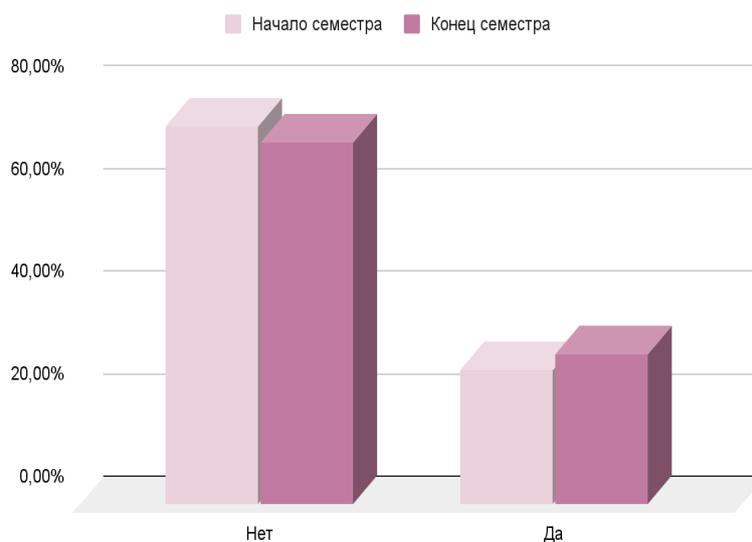


Рисунок 2 – Выполняете ли Вы специальные упражнения для глаз в перерывах при использовании гаджетов?

Как всем известно, читать в движущемся транспорте нельзя. Поездка сопровождается тряской. Хаотические амплитудные движения головой в стороны, систематические нагибания вверх-вниз создают не только сильную физическую нагрузку на постоянно опущенную шею, но и ужасно напрягают глазные мышцы. Проведя опрос, мы выяснили, что в начале семестра 80,9 % опрошенных читали с помощью гаджета в транспорте, 19,1 % – «Нет», а в конце семестра 69 % продолжают читать, а 31 % – «Нет».

На вопрос «Часто ли Вы посещаете офтальмолога?» среди опрошенных студентов в начале семестра вариант «Раз в год» выбрали 77,4 %, вариант «Нет, очень редко» – 17,4 %, «Часто» – 5,2 %. А в конце семестра «Раз в год» – 52,2 %, «Нет, очень редко» – 28,3 %, «Часто» – 19,5 % (рисунок 3).



Рисунок 3 – Часто ли Вы посещаете офтальмолога?

Также был поставлен вопрос «Имеются ли у Вас какие-либо проблемы со зрением на данный момент?», на который мы получили практически одинаковые результаты. В начале семестра 57,4 % студентов выбрали ответ «Да», а 42,6 % – «Нет», в конце семестра 57,5 % – «Да», а 42,5 % выбрали «Нет».

Выводы

В настоящее время появляется все больше и больше технологий. Непрерывная работа со смартфонами и компьютерами сказывается на состоянии органа зрения. В результате выше проведенного нами опроса, мы выяснили, что большинство студентов ГомГМУ имеют проблемы со зрением. Студентам университета следует меньше проводить времени за электронными приспособлениями, а также соблюдать правила для сохранения зрения.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Файзрахманова, М. Р. Влияние смартфонов на функции зрения: сб. науч. ст. / М. Р. Файзрахманова, Н. С. Ефимова // Юный ученый. – 2017 г. – № 5 (14). – С. 117–121.
2. Кански, Д. Клиническая офтальмология: систематизированный подход. Пер. с англ. / Д. Кански. – М.: Логосфера, 2006. – С. 744.