

УДК 004:612.84-057.875(476.2)

**ВЛИЯНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ УСТРОЙСТВ НА ЗРЕНИЕ СТУДЕНТОВ
ГОМЕЛЬСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Казыра К. И., Загорский В. А

Научный руководитель: ассистент Е. Н. Щербакова

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

Введение

В настоящее время современный человек не может представить свою жизнь без электронных устройств. Появление этих технологий повлияло на наш мир. А именно, это лучшие устройства для работы, учебы студентов, общения и развлечения. Частота использования студентами информационных технологий с каждым годом повышается. Однако компьютеризация обучения и другая деятельности студентов имеет помимо достоинств и ряд отрицательных моментов, которые в последствие могут стать неблагоприятными для нашего организма [1].

Наиболее важным органом чувств человека являются глаза. Зрение воспроизводит и дает нам около 85–90 % информации, из внешнего мира. Зрение позволяет нам получать представления о форме, размерах, расположении и цвете предметов, а так же необходимо нам в любой сфере деятельности: учёбы, повседневной жизни, отдыха. Каждый человек должен оберегать и следить за своим зрением.

Современные исследования показывают, что 95 % младенцев рождается с нормальным зрением и без дефектов глаз. Но очень малый процент их достигает пожилого возраста со зрением, которое можно считать нормальным [2].

Глаз человека является парным, сложно устроенным орган. Глаз состоит из нескольких частей: оптической и световоспринимающей. Роговица, хрусталик, стекловидное тело — являются оптической частью нашего глаза. Её функция — это проведение света. Сетчатка является световоспринимающей частью глаза. Она предназначена для восприятия зрительной информации. Строение глаза может напоминать строение фотоаппарата. Глаз состоит из 2 линз: роговица и хрусталик. С начала изображение захватывают линзы, а затем, как на фотоаппарате, оно передается на фиксирующее устройство (сетчатку) [3].

Цель

Изучить влияние компьютеров и сотовых телефонов на нарушение зрения студентов.

Материал и методы исследования

Тема о влиянии электронных устройств на зрение студентов актуальна на сегодняшний день, в следствии отсутствия специализированных опросов, был разработан опрос студентами Гомельского государственного медицинского университета В. А. Загорским, К. И. Казыра по данной теме. Были задействованы студенты в возрасте от 17 до 25 лет, проведены беседы с большим количеством студентов для детального изучения их заболеваний глаз. В опросе приняло участие 215 студентов Гомельского государственного медицинского университета.

Результаты исследования и их обсуждение

В ходе исследования мы затронули студентов всех шести курсов. Около 29,4 % (63) это студенты, которые входят в группу от 17–18 лет, но самый большой процент пришелся на возрастную группу от 19 до 21 года (65 %) (139), а также по 2,8 % (6) пришлось на возрастные группы до 23 и 25 лет соответственно.

Выявлено, что студенты университета, в большинстве случаев пользуются на протяжении дня и мобильными телефонами, и стационарными компьютерами или же ноутбуками, однако большинство студентов (95,8 %) (206) проводят больше своего времени в мобильном устройстве, нежели в компьютере или ноутбуке.

В результате исследования мы выяснили, что около 14,9 % (32) студентов используют электронные приспособления около 1–3 ч в день, большая часть студентов (36,3 %) (78) используют устройства 3–5 ч в день, 27,4 % (59) студентов проводят свое время за девайсами от 5 до 7 ч в день, и около 20,9 % (45) студентов тратят на устройства более 8 ч в день, что является половиной времени бодрствования.

Мы выяснили что, около 52,1 % (112) студентов учат и читают учебные материалы, почти по всем предметам, с помощью экранов различных устройств, около 32,1 % (69) студентов используют электронные устройства, но не для всех учебных дисциплин, и лишь 7,9 % (17) студентов используют девайсы редко или же совсем не используют (7,4 %) (16).

Как показывает исследование, студенты испытывают некоторые проблемы, связанные с головной болью, галлюцинациями, мигренью в конце рабочего дня. Около 7,9 % (17) студентов сталкиваются с этими проблемами почти каждый день, 16,3 % (35) студентов испытывают эти проблемы несколько реже, и около 75,8 % (163) студентов не испытывают никаких проблем или же испытывают, но очень редко (1 раз в 6 месяцев или реже).

Если же говорить о нарушениях зрения, то около 46 % (99) студентов страдают от близорукости, 6 % (13) студентов имеют дальновзоркость и у около 3,7 % (8) студентов ухудшилось их цветовосприятие. Никаких проблем со зрением не имеют около 47 % (101) процентов студентов. В большинстве случаев 97,2 % (209) студентов не переносили никаких хирургических вмешательств для коррекции зрения.

Кроме того, около 6,5 % (14) студентов испытывают постоянные проблемы со сном (бессонницу, постоянные кошмары или же систематические недосыпания), 21,4 % (46) студентов испытывают эти проблемы, но в меньшей степени, у 30,7 % (66) студентов встречались случаи бессонницы, но очень редко. И около 40,9 % (88) студентов не испытывают этих проблем ни в какой степени.

Выводы

Обработав полученные данные, выяснилось, что студенты проводят большее количество времени используя электронные устройства для изучения и освоения учебной программы. Из-за этого у студентов выявлены нарушения остроты зрения, появления бессонницы, частых мигреней и систематического недосыпания. Студентам университета следует меньше проводить времени за электронными приспособлениями и стараться изучать учебные дисциплины, с помощью печатных вариантов книг. Также рекомендуется читать только в хорошо освещенных местах, и уделять время прогулке на свежем воздухе.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Файзрахманова, М. Р.* Влияние смартфонов на функции зрения: сб. науч. ст. / М. Р. Файзрахманова, Н. С. Ефимова // Юный ученый. — 2017. — № 5 (14). — С. 117–121. — URL: <https://moluch.ru/young/archive/14/1070/>.
2. *Иванова, А. В.* Влияние гаджетов на здоровье подростков / А. В. Иванова, Е. С. Гоголева. // Юный ученый. — 2020. — № 2.1 (32.1). — С. 24–26. — URL: <https://moluch.ru/young/archive/32/1918/>.

УДК 616-089.844:608.1

МОРАЛЬНО-ЭТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПЛАСТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ

Каспиров Р. А., Данич А. А.

Научный руководитель: к.м.н., доцент Л. Г. Соболева

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Пластическая хирургия — это раздел хирургии, занимающийся оперативными вмешательствами, направленными на устранение деформаций и дефектов какого-либо органа, ткани или поверхности человеческого тела [1].