

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ КОМПЬЮТЕРНОГО ЗРИТЕЛЬНОГО СИНДРОМА СРЕДИ СТУДЕНТОВ В СВЯЗИ С ДИСТАНЦИОННОЙ ФОРМОЙ ОБУЧЕНИЯ

*Алтайский государственный медицинский университет, кафедра
оториноларингологии с курсом офтальмологии, г. Барнаул*

Шершнёва К. С., Эйхман Д. О.

PREVALENCE OF COMPUTER VISION SYNDROME AMONG STUDENTS DUE TO DISTANCE LEARNING

*Altai State Medical University, Department of Otorhinolaryngology with a Course of
Ophthalmology, Barnaul*

Shershneva K. S., Eichman D. O.

Актуальность. Компьютерный зрительный синдром (КЗС) является распространенной и неизученной проблемой современности вследствие активного пользования общественностью персональным компьютером (ПК). Данный синдром снижает качество жизни пациентов и влияет на их трудоспособность, что не может оставаться без внимания.

Цель исследования. Определить распространенность компьютерного зрительного синдрома среди студентов в связи с дистанционной формой обучения. Выявить, какие симптомы являются наиболее выраженными при данном синдроме. Узнать, воздействие каких дополнительных факторов способствует развитию синдрома.

Материалы и методы

В ходе исследования было проведено анкетирование среди студентов различных возрастных категорий, находившихся в режиме дистанционного обучения на протяжении 8 месяцев. Для обработки полученных результатов были использованы методы сравнения, описания, статистики.

Результаты и их обсуждение

В анкетировании среди студентов приняли участие 51 человек. По результатам исследования мы выяснили, что в период дистанционного обучения время работы за персональным компьютером составило: у 8% студентов - 1-2 часа, у 33% - 3-5 часов, у 33% - 6-8 часов, у 26% - 9-12 часов, что является значительным показателем и фактором риска развития КЗС. Гимнастику для глаз во время работы за ПК не выполняет 68% опрошенных, и 32% выполняют гимнастику для глаз. Аномалии рефракции отсутствуют у 45% опрошенных, миопия у 49% опрошенных, астигматизм у 6%. Коррекцию зрения не использует 53% анкетированных, очки для коррекции применяет 24%, линзы – 4%, очки и линзы использует - 20%.

До начала дистанционного обучения среди студентов распространенность симптомов КЗС: усталость глаз при работе за ПК у 12% анкетированных; двоение в глазах – у 2%; сухость в глазах – у 8%; снижение остроты зрения – у 11%; жжение и резь в глазах - у 3%; покраснение - у 7%; слезоточивость - у 4%; чувствительность к яркому свету - у 6%; мушки в глазах – у 3%; головная боль при длительной работе - у 10%; боли в области шеи или спины – у 12%; повышенная утомляемость – у 12%; дискомфорт при чтении – у 5%.

На период длительного дистанционного обучения усталость глаз при работе за ПК у 20% анкетированных; двоение в глазах – у 3%; сухость в глазах – у 13%; снижение остроты зрения – у 12%; жжение и резь в глазах- у 4%; покраснение- у 9%; слезоточивость - у 8%; чувствительность к яркому свету - у 9%; мушки в глазах – у 3%; головная боль при длительной работе - у 19%; боли в области шеи или спины – у 16%; повышенная утомляемость – у 17%; дискомфорт при чтении – у 8%.

Выводы

По результатам исследования мы подтвердили увеличение численности студентов с симптомами КЗС за период дистанционного обучения, чему способствовало увеличение времени работы за ПК.

Список литературы:

1. Жукова О.В., Егорова А.В. Компьютерная аккомодография. В кн.: Катаргина Л.А., ред. Аккомодация: руководство для врачей. Москва. Апрель. 2012:63–6.
2. Овечкин И.Г., Рагимова Н.Р. Исследование динамики функционального состояния сенсорного отдела зрительного анализатора в процессе профессиональной деятельности на персональном компьютере. *Офтальмология*. 2010;7(4):32–35.
3. Ефимова Е.Л., Бржеский В.В., Александрова А.С. Характеристика зрительных расстройств при использовании электронных учебников и возможности их коррекции. *Российский офтальмологический журнал*. 2015;2: 27–33.
4. Коротких С.А., Никифорова А.А., Андреева М.С. Компьютерный зрительный синдром: исследование распространенности и факторов. *Современная оптометрия*. 2017;2:30–34.

Как цитировать:

Шершнёва К.С., Эйхман Д.О. (2022). Распространенность компьютерного зрительного синдрома среди студентов в связи с дистанционной формой обучения. *Scientist*, 19 (1), 22-24.
