

# КОМПЬЮТЕРНЫЙ ЗРИТЕЛЬНЫЙ СИНДРОМ У ДЕТЕЙ



Гараева Н.О., Щеглова Т.С.

Научный руководитель: к.м.н., доцент Штыкова О.Н.

Компьютерный зрительный синдром (КЗС) -одно из трех составляющих компьютерного синдрома, который включает в себя изменения опорно-двигательного аппарата, синдром запястного канала и сам компьютерный зрительный синдром, связанный с длительной работой за персональным компьютером.

**Цель:** Изучить влияние компьютера на состояние ребёнка. Выявить признаки КЗС.

## ПРИЧИНЫ КЗС:

1. Напряжение глаз, так как изображение на мониторе состоит из пикселей ;
2. Частый перевод взгляда с клавиатуры на экран, находящиеся на разном расстоянии и освещены неодинаково;
3. Редкое моргание из-за фиксации взгляда на мониторе, что приводит к пересыханию слёзной плёнки и развитию синдрома сухого глаза.

## Результаты исследования

### ВРЕМЯПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ (%)



### НАБЛЮДАЛИ ЛИ ДЕТИ ПРИЗНАКИ КЗС?



КЛИНИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ	
<b>ГЛАЗНЫЕ:</b> ПОКРАСНЕНИЕ ГЛАЗ, БОЛИ ПРИ ДВИЖЕНИИ ГЛАЗНЫХ ЯБЛОК, БОЛИ В ОБЛАСТИ ЛБА И ГЛАЗНИЦ, ЧУВСТВО ЖЖЕНИЯ В ГЛАЗАХ	<b>ЗРИТЕЛЬНЫЕ:</b> УХУДШЕНИЕ ЗРЕНИЯ, НАРУШЕНИЕ АККОМОДАЦИИ, ДВОЕНИЕ В ГЛАЗАХ
<b>ОБЩИЕ:</b> ГОЛОВНЫЕ БОЛИ, БОЛИ В ОБЛАСТИ ШЕЙНО-ВОРОТНИКОВОЙ ЗОНЫ, ГОЛОВОКРУЖЕНИЯ	<b>ОБЩИЕ:</b> ПОЯВЛЕНИЕ БЫСТРОЙ УТОМЛЯЕМОСТИ, УХУДШЕНИЕ УСПЕВАЕМОСТИ

## МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Чтобы выявить КЗС у школьников, было проанкетировано 95 детей в возрасте 11-17 лет, с 5 по 11 классы. Обследованные дети были разделены на 3 группы:

- 1 группа- 5-6 классы: 29 человек
- 2 группа- 8 классы: 19 человек
- 3 группа- 9-11 классы: 47 человек

**Закключение:** Таким образом, чем старше ребёнок, тем больше времени он проводит за компьютером, в социальных сетях , и чаще наблюдаются клинические проявления КЗС. Компьютер хоть и облегчает детям жизнь, но в то же время может иметь серьёзные последствия и, как следствие, пагубно сказаться на здоровье. Следовательно, каждому ученику необходимо сделать компьютер не средством развлечения, а инструментом для обучения, в этом им должны помочь родители, школа и врач-педиатр.

