

УДК 617.753

ОФТАЛЬМОЛОГИЧЕСКИЙ СТАТУС СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

Замалетдинова Л.И.

обучающийся на 4 курсе лечебного факультета

ФГБОУ ВО Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Осипова А.О.

обучающийся на 4 курсе лечебного факультета

ФГБОУ ВО Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Толмачев Д.А

доктор медицинских наук, доцент кафедры общественного здоровья и здравоохранения

ФГБОУ ВО Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Аннотация. В статье представлен анализ распространенности заболеваний зрения среди студентов-медиков. Установлен относительно высокий показатель заболеваемости болезнями глаза и его придаточного аппарата. Выявлены причины и методы профилактики и коррекции зрения среди четверокурсников.

Ключевые слова: органы зрения, учебный процесс, студенты, близорукость, анкетирование.

OPHTHALMOLOGICAL STATUS OF MEDICAL STUDENTS

Zamaletdinova L.I.

Student

Izhevsk State Medical Academy

Izhevsk, Russia

Osipova A.O.

Student

Izhevsk State Medical Academy

Izhevsk, Russia

Tolmachev D.A.

Doctor of Medical Sciences, Associate Professor of the Department of Public Health and Health Service

Izhevsk State Medical Academy Izhevsk, Russia

Annotation. The article presents an analysis of the prevalence of visual diseases among medical students. A relatively high incidence of diseases of the eye and its accessory apparatus has been found out. The causes and methods of prevention and correction of vision among fourth-year students have been identified.

Key words: organs of vision, learning process, students, myopia, survey.

Цель: Проанализировать влияние обучения на развитие заболеваний органов зрения у студентов 4 курса ФГБОУ ВО "Ижевская государственная медицинская академия".

Задачи:

- 1) Провести анкетирование среди студентов 4 курса
- 2) Выявить основные заболевания органов зрения среди студентов
- 3) Выявить основные причины нарушения зрения у студентов
- 4) Проанализировать полученные данные и сделать выводы

Введение

По данным Государственного доклада «О состоянии санитарно-эпидемиологического благополучия населения в Удмуртской Республике в 2022 году» болезни органов зрения в структуре общей заболеваемости составляют 6,0%, что занимает 3 место среди остальных патологий [6]. Главнейшими из

Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМИ Эл № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

причин являются длительное перенапряжение глаз, неправильное освещение рабочего места, плохая общая освещенность помещения, чрезмерное увлечение телевизором, компьютером, гаджетами, неправильно подобранные очки или линзы. Недостаток микроэлементов в рационе питания также может способствовать ухудшению зрения. [4-5].

По данным Всемирной организации здравоохранения 800 млн людей на планете страдают близорукостью. Людей, носящих очки, с каждым годом становится всё больше. [1-3].

Материалы и методы:

Проведено анонимное анкетирование среди студентов 4 курса.

Разработанная нами анкета включала вопросы о наличии заболеваний органов зрения, условиях обучения, причинах патологий, их профилактики и взаимосвязи с учебным процессом.

Результаты исследования и их обсуждение:

Анкета:

1. Встречаемость заболеваний органов зрения представлена на рисунке 1.

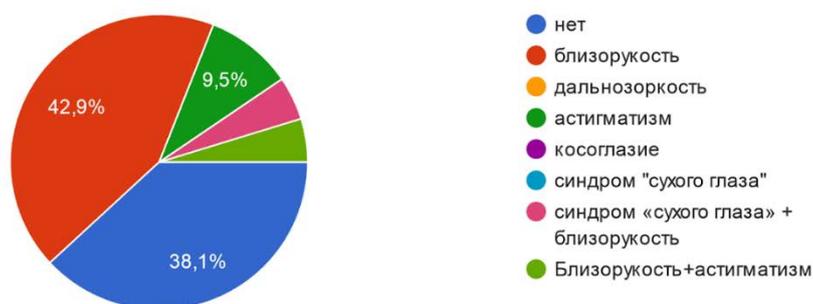


Рис.1 Встречаемость заболеваний органов зрения. Прим. Авторская разработка

Почти две трети студентов (61,9%) имеют заболевания системы органов зрения, такие как близорукость (42,9%), астигматизм (9,5%), или сочетанные патологии (9,5%), а остальные студенты (38,1%) не отмечают патологий.

2. На рисунке 2 представлено время появления признаков нарушения зрения.



Рис.2 Время появления признаков нарушения зрения. Прим. Авторская разработка

В школе проявилось у 66,7% студентов, в детстве и в ВУЗе по 4,8%, у остальных (23,7%) нет проблем со зрением.

3. На рисунке 3 представлен возможные причины ухудшения зрения.

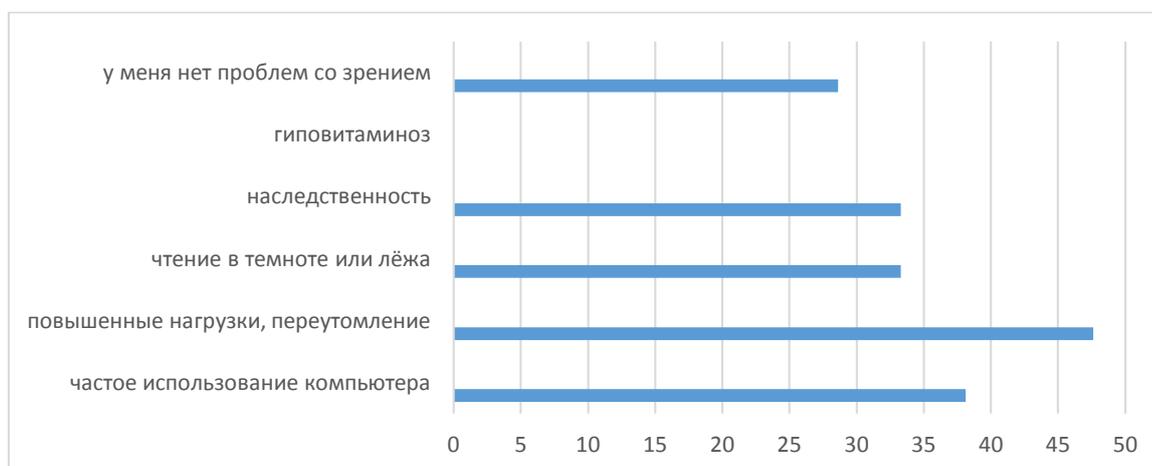


Рис.3 Возможные причины ухудшения зрения на 100 опрошенных. Прим. Авторская разработка.

Среди 100 опрошенных студентов 47,6 выделяют повышенные нагрузки, переутомление, частое использование компьютера - 38,1, чтение в темноте или лёжа и наследственность встречается в равных количествах – 33,3, нет проблем со зрением – 28,6.

4. На рисунке 4 представлена встречаемость усталости глаз после учебы у студентов.

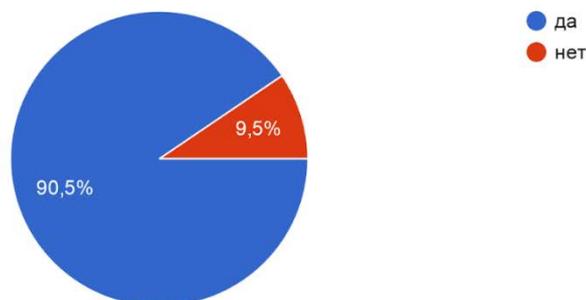


Рис.4. Встречаемость усталости глаз после учебы у студентов. Прим. Авторская разработка

Большинство студентов (90,5%) замечали усталость глаз после учебы, остальные (9,5%) – нет.

5. Рисунок 5 отражает сколько времени проводят студенты за компьютером.

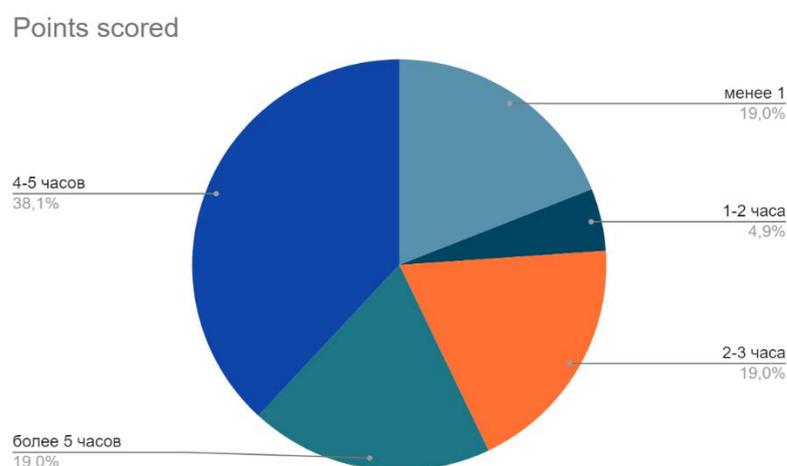


Рис.5 Время, которое студенты проводят за компьютером.

Прим. Авторская разработка

Практически каждый третий 38,1% опрошенных проводят за компьютером 4-5 часов; 2-3 часа, менее 1 и более 5 часов занимаются по 19,0%, 1-2 часа – 4,9 % студентов.

6. Какие симптомы вы отмечаете, работая за компьютером? Ответы на данный вопрос наглядно отображены на рисунке 6.



Рис.6 Симптомы, наблюдаемые при работе за компьютером на 100 опрошенных. Прим. Авторская разработка

Среди 100 опрошенных 81,0 отмечают ощущение сухости в глазах, покраснение глаз – 61,9 на 100 анкетированных, раздражение глаз – 47,6 на 100 опрошенных, слезотечение – 42,9 на 100 анкетированных, головная боль – 33,3 на 100 анкетированных, расплывчатость наблюдаемых предметов – 28,6 на 100 анкетированных, повышенная чувствительность к яркому свету и ощущение жжения в глазах встречаются в равных частях – 23,8 на 100 анкетированных, замедленная фокусировка зрения – 19,0 на 100 анкетированных, боли при движении глаз, ощущение инородного тела в глазах, двоение предметов встречаются одинаково – 4,8 на 100 опрошенных.

7. На рисунке 7 представлены источники освещения на рабочем месте.

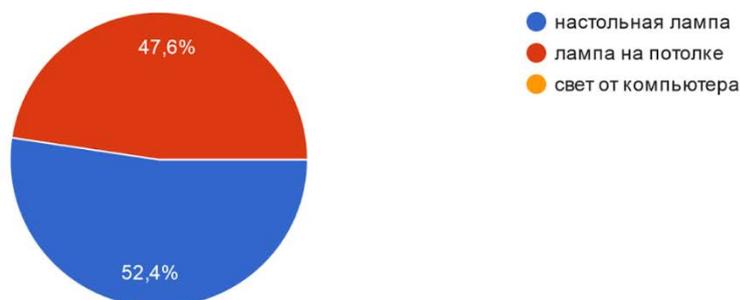


Рис.7 Источники освещения на рабочем месте. Прим. Авторская разработка

52,4% студентов используют для освещения рабочего места настольную лампу, 47,6% используют лампу на потолке.

8. На рисунке 8 представлены способы профилактики заболеваний глаз.



Рис.8 Способы профилактики заболеваний глаз на 100 опрошенных.

Прим. Авторская разработка

Среди 100 опрошенных студентов 47,6 не используют меры профилактики, но 38,1 проводят гимнастику для глаз, 23,8 принимают витамины, продукты с высоким содержанием витаминов – 19,1, проходят курс лечения – 14,3.

9. На рисунке 9 представлены способы коррекции зрения.

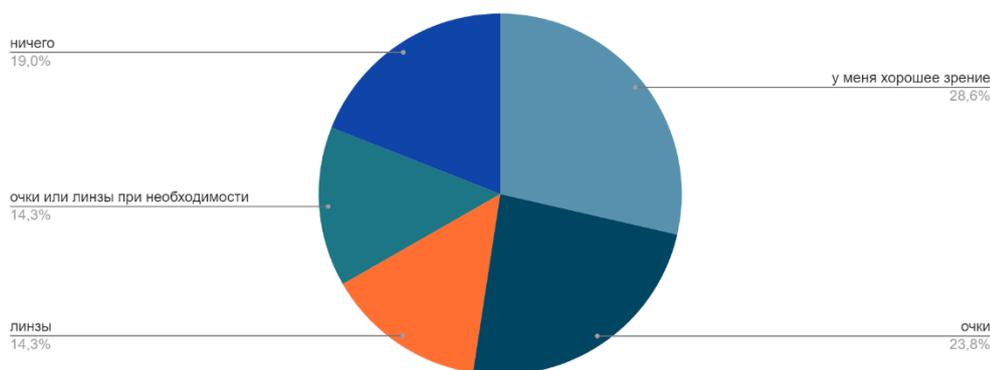


Рис.9 Способы коррекции зрения. Прим. Авторская разработка

Очки применяют для коррекции зрения 23,8% студентов, линзы и очки или линзы при необходимости – 14,3%, ничего не используют – 19,0%, хорошее зрение у 28,6% студентов.

Выводы:

Таким образом, анализ результатов проведенного исследования позволяет сделать следующие выводы: у опрошенных установлена относительно большая встречаемость заболеваний органов зрения. Большинство студентов отметили ухудшение зрения в школе. Респонденты связывают нарушение зрения с повышенной нагрузкой и переутомляемостью, частым использованием компьютера, чтением в темноте или лежа и наследственностью. Подавляющая часть опрошенных испытывают дискомфорт при работе за компьютером, например, ощущение сухости в глазах, покраснение глаз раздражение глаз, слезотечение, головная боль, расплывчатость наблюдаемых предметов, повышенная чувствительность к яркому свету, ощущение жжения в глазах и замедленная фокусировка зрения. Большая часть студентов отмечают усталость глаз после учебы. Студенты уделяют мало внимания мерам профилактики заболеваний глаз.

Нарушение правил работы за компьютером: расстояние от глаз до монитора менее 45 см, несоблюдение режима работы за компьютером (перерыв на 10-15 минут каждый час), а это может способствовать снижению зрения. При появлении минимальных признаков ухудшения зрения рекомендуется обратиться к врачу для своевременной диагностики и лечения.

Библиографический список

1. Кувшинов Ю.А. Влияние компьютера и сотового телефона на физическое и психическое здоровье студентов // Современные проблемы науки и образования. 2011. № 6.
2. Офтальмология: национальное руководство / Под ред. С.Э. Аветисова, Е.А. Егорова, Л.К. Мошетовой, В.В. Нероева, Х.П. Тахчиди. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. 944 с.

3. Иванова А.А. Учеба и здоровье глаз // Интеллектуальный потенциал XXI века: ступени познания. - г. Алма-Ата: Алматинский филиал Санкт-Петербургского гуманитарного университета профсоюзов, 2016. – С. 22-26.
4. Толмачев Д.А., Кузьмина Л.К., Никифорова Г.С. Влияние учебной нагрузки на зрение студентов медицинских // Синергия наук. 2017. № 11. – С. 689 – 693.
5. Толмачёв Д.А., Иванова А.С., Туктарова З.С. Влияние учебы на образ жизни у студентов 1 курса // Психология человека и общества. 2019. № 5(10). С. 793-797.
6. О состоянии санитарно-эпидемиологического благополучия населения в Удмуртской Республике в 2023году: Государственный доклад – Управление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Удмуртской Республике, 2024-163с.

Оригинальность 83%