УДК 617.7-76

ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА О ПРАВИЛАХ ЭКСПЛУАТАЦИИ КОНТАКТНЫХ ЛИНЗ И ИХ СОБЛЮДЕНИЕ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ

Мардамшина Н.А.,

Студентка 4 курса педиатрического факультета,

ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет»,

Ижевск, Россия

Рашитова А.Р.,

Студентка 4 курса педиатрического факультета,

ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет»,

Ижевск, Россия

Толмачев Д.А.,

Доктор медицинских наук, доцент кафедры общественного здоровья и здравоохранения,

ФГБОУ ВО «Ижевский государственный медицинский университет»,

Ижевск, Россия

Аннотация

В данной работе проводится исследование осведомленности студентов медицинского университета о правилах эксплуатации контактных линз и соблюдение данных правил в повседневной жизни. В процессе исследования был проведен анонимный опрос среди студентов Ижевского ГМУ 4 курса, в котором приняли участие 168 человек, использующих контактные линзы в повседневной жизни. В процессе исследования мы выявили, что студенты медицинского вуза подвержены к несоблюдению основных гигиенических правил ношения линз в основном из-за усталости, забывчивости, стремления сэкономить на растворе или линзе, недооценки рисков возникновения осложнений. На основании полученных данных нами были предложены

профилактические рекомендации по соблюдению правил эксплуатации контактных линз для студентов медицинских университетов.

Ключевые слова: контактные линзы, студенты, гигиена, осложнения, офтальмология, глаза.

AWARENESS OF MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS ABOUT THE RULES OF USE OF CONTACT LENSES AND THEIR OBSERVANCE IN EVERYDAY LIFE

Mardamshina N.A.,
4th year student of the Pediatric Faculty,
Izhevsk State Medical University,
Izhevsk, Russia
Rashitova A.R.,
4th year student of the Pediatric Faculty,
Izhevsk State Medical University,
Izhevsk, Russia
Tolmachev D.A.,
Doctor of Medical Sciences, Associate Professor of the Department of Public Health and Public Health,
Izhevsk State Medical University,
Izhevsk, Russia

Annotation

In this paper, a study is conducted on the awareness of medical university students about the rules of use of contact lenses and compliance with these rules in everyday life. In the course of the research, an anonymous survey was conducted among 4th-year students of Izhevsk State Medical University, which was attended by 168 people who use contact lenses in everyday life. In the course of the research, we found that

medical university students are prone to non-compliance with the basic hygiene rules of wearing lenses mainly due to fatigue, forgetfulness, the desire to save on a solution or lens, underestimating the risks of complications. Based on the data obtained, we have proposed preventive recommendations on compliance with the rules of use of contact lenses for students of medical universities.

Keywords: contact lenses, students, hygiene, complications, ophthalmology, eyes.

Актуальность

В современных условиях проблема сохранения зрения у студентов приобретает особую значимость, что обусловлено возрастающей зрительной нагрузкой в процессе обучения[4,5]. Офтальмологическая статистика свидетельствует о прогрессирующем росте аномалий рефракции среди студентов. Контактная коррекция зрения становится все более популярным методом среди молодого поколения. Это обусловлено рядом преимуществ контактных линз перед очковой коррекцией: максимальная коррекция зрения, отсутствие ограничений обзора, эстетическая составляющая[5]. Однако результаты современных исследований показывают низкий уровень грамотности студентов в вопросах эксплуатации контактных линз. Выявлено, что большенство пользователей осуществляет самостоятельный подбор линз без консультации специалиста, нарушают сроки эксплуатации оптических изделий, а также пренебрегают базовыми правилами гигиены.

Особую тревогу вызывает тот факт, что среди студентов-медиков, которые в будущем сами будут консультировать пациентов, выявлены серьезные нарушения правил использования контактных линз. При офтальмологическом обследовании у носителей линз обнаружены различные патологические изменения:

- Хронические воспаления конъюнктивы

- Синдром "сухого глаза"
- Аллергические реакции

Профессиональная ответственность будущих врачей требует особого внимания к данной проблеме. Студенты-медики должны служить примером в вопросах охраны зрения и соблюдения медицинских рекомендаций, поскольку они сами в будущем будут консультировать пациентов по вопросам контактной коррекции. Таким образом, исследование осведомленности студентов медицинского университета о правилах эксплуатации контактных линз и их соблюдения в повседневной жизни представляется крайне актуальным для:

- Профилактики офтальмологических осложнений
- Повышения качества подготовки будущих специалистов
- Формирования культуры безопасного использования средств коррекции зрения.

Цель исследования: проанализировать уровень осведомленности студентов медицинского университета о правилах эксплуатации контактных линз и соблюдения этих правил в повседневной жизни.

Материалы и методы исследования: Исследование основано на опросе 168 студентов 4-го курса Ижевского государственного медицинского университета. Анкетирование проводилось анонимно и на добровольной основе. Проведена статистическая обработка данных для определения соблюдения правил использования контактных линз в повседневной жизни.

Результаты исследования:

Таблица 1. Ключевые показатели студентов, использующих контактные линзы

Вопрос	Ответы	Количество студентов, %
Степень миопии	Слабая	39,5
	Средняя	48,4
	Высокая	12,1

Стаж ношения контактных линз	Менее 1 года	11,8
	1-3 года	24,5
	Более 3 лет	63,7
Типы контактных линз по срокам ношения	Однодневные	15,2
	Двухнедельные	37,2
	Месячные	41,3
	Квартальные	6,3
Подбор новых контактных линз	С помощью врача	52,8
	Самостоятельно	47,2

Ключевые показатели студентов, использующих контактные линзы, указаны в таблице 1. У всех обследованных студентов, пользующихся КЛ(контактные линзы), была установлена миопия различных степеней (слабой — 39,5%, средней — 48,4%, высокой — 12,1%). Стаж ношения КЛ у 63,7% учащихся срок ношения составил более 3 лет. Следующий параметр исследования касался материала, из которых были изготовлены КЛ. Обращает на себя внимание высокий процент самостоятельного выбора КЛ студентами (47,2%), что опасно в плане отрицательного влияния на зрительные функции, так как подбор КЛ должен осуществлять врач. Большая часть студентов (78,5%) используют для коррекции зрения КЛ с достаточно продолжительным режимом ношения (двухнедельные и месячные), что в условиях несоблюдения сроков эксплуатации КЛ и правил гигиены становится опасным провоцирующим фактором в плане развития патологии со стороны переднего отрезка глаза.

Таблица 2. Виды нарушений правил эксплуатации контактных линз.

Виды нарушений правил эксплуатации КЛ	Количество студентов, %
Несоблюдение сроков ношения	64,6
Не снимают перед сном	23,4
Не моют руки перед использованием КЛ	48,3
Используют несвежий раствор	13,7

Не снимают КЛ перез занятием спортом	78,9

При анализе нарушений правил ношения КЛ студентами (таб.2) были выявлены следующие серьёзные нарушения: 64,6% будущих врачей не соблюдают сроки эксплуатации КЛ (47,8% иногда пользуются КЛ дольше, 17,8% — постоянно), многие не соблюдают правила гигиены при ношении КЛ (23,4% не снимают КЛ перед сном, 48,3% не моют руки перед использованием КЛ, 13,7% пользуются несвежим раствором для КЛ, 78,9% забывают снимать КЛ во время занятий спортом).

Таблица 3. Осложнения возникшие у студентов, не соблюдавших правила эксплуатации при ношении контактных линз.

Вид осложнения	Количество студентов, %
Проявления синдрома «сухого глаза»	37,2
Хронический коньюктивит	13,8
Аллергический коньюктивит	6,9
Нет осложнений	42,1

КЛ представляют собой фактор риска возникновения патологических явлений со стороны органа зрения, а серьёзные нарушения правил их эксплуатации могут привести к ещё большему количеству осложнений. У студентов в 57,9% случаев были выявлены осложнения со стороны переднего отрезка глаза (таблица 3). У 13,8% пациентов диагностирован хронический конъюнктивит, у 37,2% - признаки синдрома «сухого глаза», у 6,9%- аллергический конъюнктивит.

Выводы: Анализ полученных результатов свидетельствует о пренебрежении студентами-медиками правилами безопасного использования контактных линз: 64,6% превышают сроки ношения контактных линз и многие не соблюдают элементарные правила гигиены ношения линз (23,4% не снимают КЛ перед сном, 48,3% не моют руки перед использованием КЛ, 13,7% пользуются несвежим раствором для КЛ, 78,9% забывают снимать КЛ во время

занятий спортом). Осложнения, возникшие при ношении контактных линз (хронический конъюнктивит, начальные проявления синдрома «сухого глаза», аллергический конъюнктивит), чаще развивались у студентов, не соблюдавших гигиену и правила эксплуатации линз. В группе студентов, соблюдавших правила ношения контактных линз, осложнений не выявлено.

Рекомендации: На основании результатов проведенного обследования, выявившего нарушения гигиенических норм при использовании контактных линз, представляется целесообразным разработать и реализовать комплексную образовательную программу.

Предлагаем внедрение следующих образовательных мероприятий:

1. Организация факультативных курсов по двум ключевым направлениям:

- Профилактика нарушений зрения - программа, направленная на предотвращение возникновения и развития аномалий рефракции у студентов в процессе обучения
- Гигиена контактной коррекции - курс, посвященный правилам использования контактных линз при нарушениях рефракции

2. Для эффективной реализации образовательной программы рекомендуется разработать следующие информационные материалы:

- Серия обучающих видеороликов
- Комплект методических пособий
- Комплект информационных памяток
- Серия тематических буклетов

Данные материалы должны охватывать все аспекты безопасной эксплуатации контактных линз и профилактики нарушений зрения среди студенческой аудитории.

Внедрение предложенной программы позволит повысить уровень грамотности студентов в вопросах контактной коррекции зрения и сформировать правильные гигиенические привычки при использовании контактных линз.

Библиографический список:

1. Основы клинической офтальмологии : учебное пособие / Е. В. Козина, П. М. Балашова, В. Т. Гололобов [и др.]. — Красноярск : КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого, 2018. — 288 с.
2. Офтальмология : учебник / под ред. Е. А. Егорова. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 2023 с.
3. Нугуманова А.М, Самойлов А.Н., Хамитова Г.Х. Изучение контактной коррекции у студентов-медиков./ Нугуманова А.М, Самойлов А.Н., Хамитова Г.Х.// Казанский медицинский журнал. - 2012. - том 93, №6
4. Замалетдинова Л.И., Осипова О.А., Толмачов Д.А. Офтальмологический статус студентов меликов./Замалетдинова Л.И., Осипова О.А., Толмачов Д.А.//Дневник науки. - 2024. - №9
5. Мерясева М.А., АглиуллинаД.Р., Толмачов Д.А. Состояние зрения у студентов медицинской академии./Мерясева М.А., АглиуллинаД.Р., Толмачов Д.А.//Дневник науки. - 2020. - №11
6. Комкова О.Г., Снигирева Т.А., Баранова Л.В. Структурирование как метод повышения качества формирования знаний студентов / О.Г. Комкова, Т.А Снигерева, Л.В. Баранова.// Вестник Воронежского Государственного Технического университета. - 2010. - Т.6.№10
7. Комкова О.Г., Казарин Д. Д . Связь нарушений пищевого поведения с клинико-психологическими характеристиками и академической успеваемостью студентов 4 курса ИГМА / О.Г. Комкова, Д. Д. Казарин. // В сборнике: Актуальные вопросы современного медицинского образования:

традиции и инновации. Материалы IV Международной научно-практической конференции. Ижевск,2024.