

УДК 61

***РИСК РАЗВИТИЯ СИНДРОМА «СУХОГО ГЛАЗА» У СТУДЕНТОВ
МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА.***

Хуснутдинова Р.Р.

студент,

Ижевская государственная медицинская академия,

Ижевск, Россия

Толмачева М.В.

студент,

Ижевская государственная медицинская академия,

Ижевск, Россия

Толмачев Д.А.

доктор медицинских наук, доцент,

Ижевская государственная медицинская академия,

Ижевск, Россия

Аннотация. В данной статье оценивается риск развития синдрома «сухого глаза» среди студентов Ижевской государственной медицинской академии, приводятся данные статистики, анализируются полученные результаты. В опросе приняло участие 123 человека, в возрасте от 18 до 26 лет. 53,66% опрошенных заявили об ухудшении зрения после поступления в высшее учебное заведение, 48,78% снижение связывают с учебным процессом. Контактной коррекцией зрения пользуются 21,95% студентов, 19,1% из них испытывают симптомы сухости во время их ношения. 65,85% анкетированных

длительное время (5 и более часов) уделяют чтению, работе с гаджетами и за экранами мониторов, после чего испытывают зрительный дискомфорт, сопровождающийся сухостью и покраснением глаз. Недостаток освещения рабочего места, влажности воздуха испытывают 31,95%. Агрессивному воздействию табачного дыма, сильного ветра и других раздражителей окружающей среды подвергаются 57,85% учащихся. Проведенный анализ данных демонстрирует крайне высокий риск развития синдрома «сухого глаза» для большинства студентов-медиков.

Ключевые слова: синдром «сухого глаза», студенты, опрос, зрение, сухость, зрительный дискомфорт.

RISK OF DEVELOPING DRY EYE SYNDROME IN MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS

Khusnutdinova R.R.

student,

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Tolmacheva M.V.

student,

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Tolmachev D.A.

Doctor of Medical Sciences, Associate Professor,

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Abstract. This article evaluates the risk of developing dry eye syndrome among students of the Izhevsk State Medical Academy, provides statistical data, and analyzes the results obtained. The survey involved 123 people aged 18 to 26 years. 53.66% of respondents reported worsening vision after entering university, 48.78% attributed the decline to the educational process. 21.95% of students use contact vision correction, 19.1% of them experience symptoms of dryness while wearing them. 65.85% of respondents spend a long time (5 hours or more) reading, working with gadgets and in front of computer screens, after which they experience visual discomfort, accompanied by dryness and redness of the eyes. 31.95% experience insufficient lighting in the workplace and air humidity. 57.85% of students are exposed to the aggressive effects of tobacco smoke, strong wind and other environmental irritants. The conducted data analysis demonstrates an extremely high risk of developing dry eye syndrome for the majority of medical students.

Keywords: dry eye syndrome, students, survey, vision, dryness, visual discomfort

Актуальность. На данный момент синдром «сухого глаза» (ССГ) является важной медико-социальной проблемой в связи с высокой распространенностью и влиянием на зрительные функции в повседневной жизни человека. По данным ряда авторов, распространенность данной патологии среди взрослого населения варьируется от 18 до 67%. У пациентов в возрасте до 40 лет она выявляется в 12% случаев. В действительности же показатели заболеваемости могут быть выше, поскольку 69 % опрошенных, испытывающих симптомы ССГ, не обращаются за помощью к офтальмологам и не попадают в статистику. С каждым годом распространенность заболевания увеличивается как в России, так и во всем мире. Синдром «сухого глаза» без

Дневник науки | www.dnevniknauki.ru | СМН ЭЛ № ФС 77-68405 ISSN 2541-8327

адекватного лечения может привести к серьезным осложнениям, таким как повреждение роговицы, эрозии и язвы, кератит (воспаление роговицы), стойкое снижение остроты зрения и даже полная его потеря, а также хронический конъюнктивит и повышенный риск глазных инфекций.

Студенты медицинских ВУЗов, в силу специфики обучения, подвержены множеству факторов риска, включая длительную зрительную нагрузку при работе с гаджетами и экранами мониторов, пребывание в условиях искусственного освещения, недостаточной влажности, стресс и перемены в образе жизни, что приводит к высокой распространенности синдрома сухого глаза в этой возрастной группе, снижению качества жизни и возможным осложнениям, таким как воспаление и потеря зрения. Своевременное выявление и профилактика позволяют предотвратить развитие болезни и сохранить здоровье глаз.

Цель исследования. Оценить по социологическому опросу риск развития синдрома «сухого глаза» среди студентов высшего медицинского учебного заведения.

Материалы и методы исследования. Для достижения поставленной цели был проведен анонимный опрос среди 123 студентов 1-6 курсов Ижевской государственной медицинской академии (ИГМА) в возрасте от 18 до 26 лет.

Результаты исследования. В опросе приняли участие 123 человека, из них 56 юношей и 67 девушек в возрасте от 18 до 26 лет.

Всего по данным анкетирования после поступления в высшее учебное заведение об ухудшении зрения у себя сообщили 53,66% респондентов, 46,34% не заметили изменений. 48,78% опрошенных снижение связывают с учебным процессом соответственно.

Симптомы ССГ различной степени выраженности (ощущение сухости, жжения, зуда и «песка» в глазах, покраснение, светобоязнь, усталость глаз и нечеткость зрения) были выявлены у 65% студентов.

Контактной коррекцией зрения пользуются 39,02% студентов. Срок ношения линз у 2,44% опрошенных составляет менее года, 4,88% - 1-2 года, 14,63% - 3-4 года (средний риск), 17,07% - более 4 лет (высокий риск). 19,1% из них испытывают симптомы сухости глаз во время пользования, 26,83% периодически спят в контактных линзах, что автоматически включает их в группу риска развития синдрома. Лазерная коррекция зрения была проведена 9,76%.

65,85% анкетированных длительное время (5 и более часов) уделяют чтению, работе с гаджетами и за экранами мониторов, после чего испытывают зрительный дискомфорт, сопровождающийся сухостью и покраснением глаз. 37,71% студентов не используют увлажняющие капли для облегчения выраженных симптомов. Гимнастику для глаз на постоянной основе выполняют 7,32% опрошенных, 48,78% проводят её редко, 43,9% не используют такой метод профилактики. Недостаток освещения рабочего места, влажности воздуха испытывают 31,95%. Агрессивному воздействию табачного дыма, сильного ветра и других раздражителей окружающей среды подвергаются 57,85% учащихся. О наличии в семейном анамнезе патологии глаз сообщили 67,5% респондентов. Недостаток в пищевом рационе витамина А испытывают 21,95%.

Результаты исследования свидетельствуют о наличии множества факторов, повышающих риск развития синдрома «сухого глаза» у студентов медицинского университета.

Выводы. Проведенный анализ данных демонстрирует крайне высокий риск развития синдрома «сухого глаза» для большинства студентов.

1. Фактическая заболеваемость уже достигла 65%. Это означает, что у двух из трех студентов уже присутствуют клинически значимые симптомы ССГ (сухость, жжение, покраснение, нечеткость зрения), требующие внимания и, зачастую, вмешательства.

2. Интегральный (суммарный) риск развития ССГ для студентов в данной выборке оценивается на уровне 80-85%. Такой высокий показатель обусловлен тотальным воздействием комплекса взаимно усиливающих факторов риска: продолжительная (более 5 часов) работа с цифровыми устройствами, приводящая к значительному снижению частоты морганий, что приводит к нарушению регулярного обновления слезной пленки, которая увлажняет глаз и защищает его от внешних воздействий, широкое использование контактных линз, особенно с нарушением режима их ношения, что напрямую повреждает поверхность глаза и стабильность слезной пленки. К тому же более половины студентов (57,85%) регулярно подвергаются воздействию табачного дыма, ветра и других раздражителей.

3. Практически вся студенческая аудитория находится в группе риска. Даже у студентов без текущих симптомов (35%) риск развития ССГ остается высоким из-за непрекращающегося воздействия основных провоцирующих факторов учебного процесса.

Библиографический список

1. Должич Г.И., Елисеева Г.В., Литвищенко Е.Е. Синдром «сухого глаза» у подростков с миопией // Детская офтальмология, итоги и перспективы: материалы научно-практ. конф. М., 2006. С. 208.

2. Лобанова А.С. Инновационный способ диагностики и мониторинга лечения болезни глазной поверхности в практике врача-офтальмолога // Современная оптометрия. 2010. М 2. С. 18-21.

3. Прудников А. А., Дашковский Д. А., Кузнецова А. Д. Влияние учебной нагрузки на зрение студентов-стоматологов // Актуальные исследования. 2023. №45 (175). Ч.I.C. 24-26. URL: <https://apni.ru/article/7361-vliyanie-uchebnoj-nagruzki-na-zrenie-student> (Дата обращения: 04.10.2024)
4. Скоблина Н.А.,Шпаков А.И.,Маркелова С.В., Обелевский А.Г., Кузнецов О.Е. Субъективная оценка студентами влияния факторов риска на зрение при использовании электронных устройств // ЗНиСО. 2020.
5. Толмачев, Д. А. Влияние учебной нагрузки на зрение студентов медицинских вузов / Д. А. Толмачев, Л. К. Кузьмина, Г. С. Никифорова //Синергия Наук. - 2017. - № 11. - С. 689-693. - EDN YQYYAV.
6. Хаертдинова, А. И. Осведомленность студентов о профилактике близорукости при использовании электронных устройств / А. И. Хаертдинова, Г. Ф. Шаймухаметова, Д. А. Толмачев // Modern Science. - 2020. – № 12-2.- С.294-297.
7. Якушев, В. Л. Исследования по биомеханике глаза / В. Л. Якушев, В. Р. Цибульский // Вестник кибернетики. – 2014. – № 2(14). – С. 69-75.

Оригинальность 78%