

УДК 613.96 (571.56)

Осинская Алена Александровна

кандидат медицинских наук, доцент по кафедре анатомии человека, доцент кафедры «Анатомия человека» медицинского института, ФГАОУ ВО «Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова»

osin_alen@mail.ru

Гурьева Алла Борисовна

доктор медицинских наук, доцент по кафедре анатомии человека, профессор кафедры «Анатомия человека» медицинского института, ФГАОУ ВО «Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова»

guryevaab@mail.ru

Трифонова Екатерина Николаевна

Студентка медицинского института, ФГАОУ ВО «Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова»

etrifonova2601@mail.ru

Alena A. Osinskaya

Candidate of Medical Sciences, Associate Professor at the Department of Human Anatomy, Associate Professor of the Department of "Human Anatomy", Medical Institute North- Eastern Federal University named after M.K. Ammosov

osin_alen@mail.ru

Alla B. Guryeva

Doctor of Medical Sciences, Associate Professor at the Department of Human Anatomy, Professor of the Department of "Human Anatomy", Medical Institute North- Eastern Federal University named after M.K. Ammosov

guryevaab@mail.ru

Ekaterina N. Trifonova

Student of the Medical Institute, Northeastern Federal University named after M.K. Ammosov

etrifonova2601@mail.ru

**ИЗУЧЕНИЕ ФАКТОРОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА ЗДОРОВЬЕ ОРГАНА
ЗРЕНИЯ У СОВРЕМЕННОЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

**THE STUDY OF FACTORS AFFECTING THE HEALTH OF THE VISUAL
ORGAN IN MODERN STUDENTS**

Аннотация: Цель работы: изучить методом анкетирования основные факторы, неблагоприятно влияющие на здоровье органа зрения у современной студенческой молодежи. В работе представлен анализ анкетирования 80 студентов СВФУ, в возрасте от 17 до 23 лет. В работе были использованы теоретический, вербально-коммуникативный и статистический методы

исследования. Установлено, что 67,5 % респондентов имеют симптомы нарушения зрения. Лидирующими факторами, влияющими на развитие близорукости являются длительное использование мобильных электронных устройств, нарушение режима сна и частое эмоциональное напряжение.

Ключевые слова: зрение, симптомы нарушения зрения, студенты, молодежь, близорукость, факторы, мобильные устройства, Якутия

Abstract: *The purpose of the work: to study by means of a questionnaire the main factors adversely affecting the health of the organ of vision in modern students. The paper presents an analysis of a survey of 80 NEFU students, aged 17 to 23 years. Theoretical, verbal-communicative and statistical research methods were used. It was found that 67,5% of respondents have symptoms of visual impairment. The leading factors influencing the development of myopia are prolonged use of mobile electronic devices, sleep disorders and frequent emotional stress.*

Keywords: *vision, symptoms of visual impairment, students, youth, myopia, factors, mobile devices, Yakutia*

Введение.

На современном этапе, особенно в последние десятилетия, состояние здоровья молодого поколения ухудшается, что становится глобальной медико-социальной проблемой [1, 2]. Значительные учебные нагрузки, приводящие к длительному эмоциональному напряжению, нарушение режима труда и отдыха, пребывание в помещениях значительное время, бурное развитие цифровой среды способствуют ухудшению состояния здоровья в целом и могут быть причиной развития патологии зрения. По данным научной литературы, у студентов высших учебных заведений патологии органов зрения занимают лидирующие позиции с неуклонным ежегодным ростом показателей [3].

Таким образом изучение факторов, неблагоприятно влияющих на здоровье органа зрения у современной студенческой молодежи является актуальным, что и послужило основанием для выбора темы настоящего исследования.

Материалы и методы исследования:

В работе представлен анализ анкетирования 80 студентов СВФУ, в возрасте от 17 до 23 лет. Средний возраст составил 19,78 лет. Среди респондентов было 48 девушек и 32 юношей. При проведении исследования были соблюдены принципы анонимности и добровольности.

В работе были использованы теоретический (анализ и обобщение научной литературы по проблеме исследования), вербально-коммуникативный (анализ анамнестических данных, анкетирование), и статистический методы исследования.

Респондентам было предложено ответить на следующие вопросы:

1. Пол
2. Возраст
3. Наличие патологии зрения у родителей (да, нет, у обоих родителей, у одного родителя)
4. Ставили ли Вам диагноз «близорукость» (да, нет)?
5. Используете ли Вы средства коррекции зрения (нет, очки, линзы)?

6. Бывают ли у Вас (часто) симптомы нарушения зрения:
 - 1) быстрая утомляемость глаз (да, нет)
 - 2) покраснение (да, нет)
 - 3) чувство жжения (да, нет)
 - 4) "туман", "пелена" в поле зрения/ размытость (да, нет)
 - 5) слезоточивость (да, нет)
 - 6) светочувствительность (да, нет)
 - 7) ощущение инородного тела (да, нет)
7. Сколько часов в день вы активно используете мобильные / компьютерные устройства?
 - 1) менее 6ч
 - 2) от 7 до 11 ч
 - 3) более 12 ч
8. Сколько часов в сутки Вы спите?
 - 1) менее 8ч
 - 2) более 8ч
9. Как часто вы испытываете эмоциональное напряжение (часто, иногда, редко)
10. Соблюдаете ли Вы режим правильного питания (да, нет)?
11. Занимаетесь ли Вы спортом (спортивные секции, фитнес и т.д.)?
12. Перечислите, какие методы профилактики нарушения зрения Вы знаете.

Опрос был проведён с помощью специализированной платформы «Google Forms». Статистическая обработка полученных данных выполнена с использованием пакета программного обеспечения «Microsoft Excel», версия 2016.

Результаты и их обсуждение:

Анализ частоты встречаемости симптомов нарушения зрения у студентов СВФУ показал, что 67,5 % близорукие. Среди всех респондентов наиболее часто отмечались следующие симптомы нарушения зрения: чувство жжения в глазах (57,5%), быстрая утомляемость глаз (50%) и покраснение (45%) (таблица 1). Аналогичные данные встречаются во многих научных трудах [4]. Исследователи констатируют, что в последние десятилетия отмечается неуклонный рост патологии зрения среди студенческой молодежи.

Таблица 1

Частота встречаемости симптомов нарушения зрения у студентов

Симптомы нарушения зрения	количество	
	N	%
быстрая утомляемость глаз	40	50,0
покраснение	36	45,0
чувство жжения	46	57,5
"туман", "пелена" в поле зрения	28	35,0
близорукость	54	67,5
слезоточивость	16	20,0

светочувствительность	16	20,0
ощущение инородного тела	20	25,0

Для более детального анализа влияния факторов на развитие нарушения зрения все опрошенные были разделены на две группы. К первой группе были отнесены студенты, которые указали в анкете отсутствие нарушения зрения. Студенты, указавшие в анкете наличие диагноза близорукость, были объединены во вторую группу.

Со слов респондентов, патология органов зрения у родителей отмечена с одинаковой частотой в обеих выделенных группах (69,2% и 74,1%). Также не выявлено влияния особенностей питания, так неправильный режим питания из первой группы отметили 30,8% студентов, из второй – 44,4%.

Необходимо отметить, что большое влияние на зрение оказывает длительность использования мобильных устройств (МУ) и компьютеров. В группе студентов с нарушением зрения использование МУ менее 6 часов в сутки встречается на 16% реже и на 32,7% чаще отмечается длительное их использование. Полученные данные подтверждают отрицательное влияние длительного использования мобильных электронных устройств на орган зрения [5].

Таблица 2

Анализ влияния факторов на нарушение зрения

Факторы	Группа 1 N =26		Группа 2 N =54	
	N	%	N	%
Наличие патологии зрения у родителей	18	69,2	40	74,1
Использование МУ менее 6ч	8	30,8	8	14,8
Использование МУ от 7 до 11ч	14	53,8	20	37,0
Использование МУ более 12ч	4	15,4	26	48,1
Сон менее 8ч	14	53,8	44	81,5
Сон более 8ч	12	46,2	10	18,5
Частое эмоциональное напряжение	12	46,2	48	88,9
Неправильное питание	8	30,8	24	44,4
Физическая активность	4	15,4	24	44,4

Также установлено, что 46,2 % студентов, не имеющих нарушения зрения указали на сон более 8 часов в сутки, это на 27,7% больше, чем в группе у студентов с близорукостью. Такой результат показывает, что режим труда и отдыха несомненно влияет на общее физическое, психологическое состояние организма. Кроме того, студенты с близорукостью по данным анкетирования в 2 раза чаще испытывают эмоциональное напряжение.

Заключение:

Таким образом в результате проведенного анализа анкетных данных было установлено, что 67,5 % респондентов указали наличие близорукости. При изучении влияния факторов на развитие близорукости выявлено, что

доминирующими факторами являются длительное использование мобильных электронных устройств, нарушение режима сна и частое эмоциональное напряжение. Интересно отметить, что настоящее исследование не выявило связи частоты встречаемости нарушения зрения с наличием патологии органов зрения у родителей, а также с особенностями питания респондентов.

Полученные данные подтверждают, что нарушения режима труда и отдыха, частое неконтролируемое использование электронных мобильных устройств, психологические факторы оказывают отрицательное воздействие на зрение среди молодого поколения.

Литература

1. Крыжановская А.А. Актуальные проблемы эпидемиологии офтальмологической заболеваемости среди молодежи России и Центрального федерального округа / А.А. Крыжановская, Ю.Е. Антоненков // Менеджер здравоохранения. 2024. № 2. С. 110-115.

2. Шубочкина Е.И. Риски ухудшения зрения и его прогрессирования у детей и подростков в современных условиях обучения и воспитания (научный обзор) /Е.И. Шубочкина, О.А. Вятлева, Е.Г. Блинова // Здоровье населения и среда обитания - ЗНиСО. 2022. Т. 30. № 4. С. 22-30.

3. Татаркова Ю.В. Пути повышения качества офтальмологической помощи студентам вузов Воронежской области / Ю.В. Татаркова, Т.Н. Петрова // Научно-медицинский вестник Центрального Черноземья. 2019. № 75. С. 53-59.

4. Белозерова И.И. Влияние электронных устройств на зрение обучающихся / И.И. Белозерова, М.А. Коваль //Студенческий. 2023. № 30-1 (242). С. 37-40.

5. Маркелова С.В. Режим использования мобильных электронных устройств обучающимися как фактор риска развития отклонений со стороны органа зрения / С.В. Маркелова, Э. Меттини, А.А. Татаринчик, О.В. Иевлева // Российский вестник гигиены. 2022. № 2. С. 30-36.

References:

1. Kryzhanovskaya A.A. Current problems of ophthalmological morbidity epidemiology among young people in Russia and the Central Federal District / A.A. Kryzhanovskaya, YU.E. Antonenkov // Menedzher zdravoohraneniya. 2024. № 2. S. 110-115.

2. SHubochkina E.I. Risks of visual impairment and its progression in children and adolescents in modern conditions of education and upbringing (scientific review) /E.I. SHubochkina, O.A. Vyatleva, E.G. Blinova // Zdorov'e naseleniya i sreda obitaniya - ZNiSO. 2022. T. 30. № 4. S. 22-30.

3. Tatarkova YU.V. How to improve the quality of ophthalmological care for university students in the Voronezh Region / YU.V. Tatarkova, T.N. Petrova // Nauchno-medicinskij vestnik Central'nogo CHernozem'ya. 2019. № 75. S. 53-59.

4. Belozerova I.I. The effect of electronic devices on the eyesight of students / I.I. Belozerova, M.A. Koval' //Studencheskij. 2023. № 30-1 (242). S. 37-40.

5. Markelova S.V. The mode of use of mobile electronic devices by students as a risk factor for the development of deviations from the organ of vision / S.V.

Markelova, E. Mettini, A.A. Tatarinchik, O.V. Ievleva // Rossijskij vestnik gigeny. 2022. № 2. S. 30-36.