

ОСОБЕННОСТИ ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРГАНОВ ЗРЕНИЯ У ШКОЛЬНИКОВ

М.Г. Павлюковец, 11 А класс

Научный руководитель – Н. Е. Гапонова-Горегляд

Столинская государственная гимназия

Глаз – тот орган, который приносит нам более всего удовлетворения, ибо позволяет постичь суть природы.

Аристотель

Еще с давних времен глаза, среди всех органов чувств, занимали особое место. Благодаря глазам мы получаем четкое восприятие окружающей среды и, как известно, 80% от всей информации, воспринимаемой человеком, передаются через органы зрения.

Однако с появлением технического прогресса и изменением условий труда человека, напряжение глаз значительно усилилось. Это связано с изменениями деятельности человека, например, постоянная работа с предметами, находящимися вблизи глаз, чтение книг, работа с компьютерами.

Существуют приобретенные заболевания глаз и врожденные. Интересен тот факт, что процент приобретенных болезней выше, чем врожденных. Среди приобретенных большее распространение получили заболевания миопия и гиперметропия.

Я прочитала кричащую статистику, касающуюся ухудшению работы зрительного аппарата: "Согласно данным Всемирной организации здравоохранения в мире 45 млн. человек лишены зрения и еще 135 миллионов страдают различными дефектами зрения. Каждые пять секунд в мире слепнет один взрослый человек, каждую минуту - ребенок." [п. 1]

Как известно, детский организм наиболее подвержен различным изменениям, поэтому соблюдать гигиену по сохранению органов зрения очень важно. Потерять зрение в детском возрасте - трагичная ситуация. Именно по этой причине объектом изучения в моей исследовательской работе стали дети, учащиеся в моей школе.

Данная работа посвящена выявлению причин заболеваний органов зрения у детей, мерам профилактики, способам коррекции зрительного аппарата.

Цель работы: выявление причин, вызывающих заболевания органов зрения у школьников.

Задачи:

1. Изучить материал о причинах нарушения функционирования органов зрения человека.
2. Оценить состояние органов зрения учащихся гимназии и района, обработать результаты исследований.

3. Информирование учащихся о причинах нарушения и способах коррекции зрения.

Объекты исследования: учащиеся 6,8 классов Столинской государственной гимназии.

Гипотеза: функциональное состояние органов зрения зависит не только от наследственности, но и от влияния окружающей среды.

Метод работы: изучение и обобщение различных данных из информационных источников по данному вопросу, анализ статистических данных, распространение буклетов.

Работа с различными источниками информации сети Интернет, а также изучение научной литературы.

Консультация у офтальмолога ЦРБ по вопросам особенностей врожденных и приобретенных заболеваний, статистических данных и рекомендациях по коррекции органов зрения.

Проведение беседы с учащимися 6, 8 классов о значении здорового образа жизни в профилактике заболеваний органов зрения.

Появление различных заболеваний органов зрения является актуальной проблемой на сегодняшний момент. Меня заинтересовало, сколько учащихся в моей школе страдают от нарушения работы глаз, каковы причины проявления нарушений органов зрения у детей и какие меры профилактики нарушений органов зрения существуют.

В восьмом классе из 24 учащихся 23 имеют заболевания органов зрения. Больше всего встречается миопия – 14 учащихся, гиперметропия – 4, астигматизм – 3.

В шестом классе из 23 учащихся 20 имеют заболевания органов зрения. Больше всего встречается миопия – 15 учащихся, гиперметропия - 3, астигматизм – 2.

Статистические данные по Столинскому району за 2018 год (300 детей): миопия – 55 детей (18%), гиперметропия – 49 детей (16%), астигматизм – 10 детей (3%).

Вывод: исходя из исследований я пришла к выводу, что 11% - врожденные заболевания, 89% - приобретенные в гимназии, в районе – 65% - приобретенные заболевания.

Причинами данных заболеваний являются:

1. Травмы и перенесенные инфекции.
2. Различные системные заболевания.
3. Зрительные нагрузки и плохо сбалансированный рацион.
4. Неблагоприятная экологическая обстановка в регионе проживания (повышенный уровень радиации).
5. Недостаточная физическая активность.
6. Первичная слабость аккомодации.

Зрение – очень слабозащищенная система, нарушить ее деятельность легко, восстановить - трудно. Следить за состоянием нашего зрения должны не только специалисты, но и мы сами. И это совсем не сложно, если соблюдать несложные правила.

Поэтому я считаю, что необходимо провести в школе информационную работу с учащимися. Обучить их правилам, которые помогут сохранить зрение. На уроках проводить специальные упражнения для глаз, которые помогут снять мышечное напряжение. А также, необходимо следить за состоянием санитарно-гигиенических условий в учебных классах.

Список использованных источников

1. Интернет– ресурсы. (<http://очки-тренажеры.рф/Дополнительно/Кричащая-статистика>)
2. Буркова В.Н. Справочник “Природная аптека Сибири”, 2008. – 13 с.
3. Мазуревич В.И. «Истоки здоровья школьников на Крайнем Севере» / Мурманск, 1994г.