

СТАН ГОСТРОТИ ЗОРУ, МІНІМУМІВ РОЗДІЛЕННЯ ТА СПРИЙНЯТТЯ У СТАРШОКЛАСНИКІВ З ЕМЕТРОПІЧНОЮ РЕФРАКЦІЄЮ ПРИ РОБОТІ З ПЕРСОНАЛЬНИМ КОМП'ЮТЕРОМ**Вадзюк С.Н., Ульяницька Н.Я.***ДВНЗ «Тернопільський державний медичний університет імені І. Я. Горбачевського»*

Актуальність. Для сучасного навчального процесу у школах, особливо на його завершальному етапі, характерне широке використання персональних комп'ютерів. Це веде до зростання навантаження на зір. Основною функцією зорового аналізатора є гострота зору. Проте в доступній нам літературі не виявлено даних про стан гостроти зору та його порогових показників – мінімумів розділення та сприйняття під впливом роботи за комп'ютером.

Матеріал і методи. Обстежено 60 здорових осіб старшого шкільного віку (120 очей) з еметропічною рефракцією. Гостроту зору, мінімум розділення та сприйняття визначали за допомогою комп'ютерної програми (Сенякіна Д.О. і співавтори, 2002 р., Вадзюк С.Н., Ваврищук Т.А., 2004 р.). Обстеження проводили у три етапи: на першому -вивчали вплив одногодичної безперервної роботи за монітором на зорові функції, на другому – оцінювали зорові функції після годинного комп'ютерного навантаження і наступної 15 хвилинної перерви, третій етап передбачав дослідження зорових функцій після годинної роботи за монітором та комплексу реабілітаційних вправ.

Результати. Гострота зору після одногодичного комп'ютерного навантаження у старшокласників з еметропічною рефракцією знизилась як на лівому, так і на правому оці на 7,4 %. 15 хвилинний відпочинок суттєво не змінив дану функцію. Проте комплекс реабілітаційних вправ, проведених після одногодичного зорового навантаження, підвищив гостроту зору на обох очах на 7,2 %. Мінімум розділення після одногодичного комп'ютерного навантаження в обстежених осіб зменшився на обох очах, а 15 хвилинний відпочинок не вплинув на досліджувану функцію. Але комплекс відновлювальних вправ, проведених після одногодичного зорового навантаження, покращив мінімум розділення. Мінімум сприйняття після одногодичного зорового комп'ютерного навантаження також погіршився на обох очах, 15

хвилинний відпочинок був ефективний, однак до вихідного рівня дану зорову функцію вдалося повернути тільки після проведення комплексу відновлювальних вправ.

Заключення. Таким чином, одногодинне зорове комп'ютерне навантаження у старшокласників з еметропічною рефракцією викликає зниження гостроти зору, мінімумів розділення та сприйняття, що не вдається покращити пасивним 15 хвилинним відпочинком, а тільки комплексом відновлювальних вправ.