Носирова Матлюба Пулатовна, к.м.н., доцент,
ГОУ ТГМУ им.Абуали ибни Сино, Таджикистан.
Nosirova Matlyuba Pulatovna, c.m.c., assistant professor,
SEI "Abuali Ibni Sino TSMU",

Ходжиматова Зухра Фахридиновна, асс.,
ГОУ ТГМУ им.Абуали ибни Сино, Таджикистан.
Khodzhimatova Zukhra Fakhridinovna,
ass., SEI "Abuali Ibni Sino TSMU",

Обидова Шарафнисо Вохидовна, асс.,
ГОУ ТГМУ им.Абуали ибни Сино, Таджикистан.
Obidova Sharafniso Vokhidovna,
ass., SEI "Abuali Ibni Sino TSMU",

ШКОЛЬНО-ОБУСЛОВЛЕННАЯ ПАТОЛОГИЯ У ГОРОДСКИХ ПОДРОСТКОВ НА УРОВНЕ ПЕРВИЧНОГО ЗВЕНА
SCHOOL-RELATED PATHOLOGY IN URBAN ADOLESCENTS AT THE PRIMARY CARE LEVEL

Аннотация: Самый распространенные проблемы со зрением в школьном возрасте – прогрессирующая близорукость или миопия. Целью проспективного исследования явилось изучение некоторых аспектов школьно-обусловленной патологии - нарушение зрения у городских школьников-подростков, выявляемое на уровне первичного звена здравоохранения. Три четверти всей патологии органа зрения составила миопия слабой степени, при чём у девушек чаще, чем у юношей.

Abstract: The most common vision problems at school age are progressive myopia or myopia. The purpose of the prospective study was to study some aspects of school-related pathology - visual impairment in urban adolescent schoolchildren, identified at the level of primary health care. Three quarters of all pathology of the organ of vision was low degree myopia, more often in girls than in boys.

Ключевые слова: близорукость, подростки, зрительная нагрузка, авитаминоз, неправильная осанка.

Key words: myopia, adolescents, visual stress, vitamin deficiency, incorrect posture.

Актуальность. Общая заболеваемость детей всех возрастов (по 17 лет) ежегодно увеличивается на 4-5%, отмечен преимущественный рост хронической патологии. Проблема сохранения и укрепления здоровья подростков и молодёжи является чрезвычайно важной. Особое внимание уделяется профилактическим мероприятиям, проводимым в школьных учреждениях, которые помогают снизить общую заболеваемость детей и подростков. Особо остро стоит проблема нарушения зрения у подрастающего поколения. Близорукость — самое частое нарушение зрения у человека. Если вовремя не заняться коррекцией миопии у ребенка, то последствия могут быть весьма неприятными [1].

Новейшие технические гаджеты, которые заполонили все свободное и не свободное время детей, отрицательно сказываются на глазах ребенка, приводя не только к развитию близорукости, но и к полной слепоте. Согласно статистическим данным, нарушением зрения, а именно близорукостью, страдает почти каждый второй ребенок, и эта цифра катастрофически растет. Близорукость или миопия − это состояние, при котором человек хорошо видит предметы вблизи, но плохо различает объекты на расстоянии. Это происходит по причине того, что изображение, воспринимаемое глазом, фокусируется не на сетчатке, а перед ней из-за удлинения формы глаза. Удлинение глазного яблока возникает вследствие негативного воздействия на орган зрения, вызванного чрезмерными нагрузками на глаза. Это

могут быть и длительное сидение перед телевизором или монитором компьютера, и травмы головы (например, при занятиях контактными видами спорта), и даже дурная наследственность [2].

Получается замкнутый круг: от развивающейся близорукости ребёнок хуже видит, как следствие глаза напрягаются, чтобы улучшить визуальное восприятие, а из-за напряжения глазных мышц близорукость углубляется. Рост глазного яблока начинается в 10-12 лет и может наблюдаться до 20-22 лет, в этот период помимо снижения зрения, происходят изменения в структуре глаза и в ряде случаев появляются дистрофические изменения на глазном дне. Наряду с близорукостью, на зрение в школьном возрасте могут влиять астигматизм и дальнозоркость (или гиперметропия), вызывающие развитие астенопического синдрома или усталости глаз, что влияет на успеваемость ребёнка в школе [3]. Конечно, причин возникновения близорукости много. Здесь виноват не только компьютер. На органы зрения могут негативно повлиять генетические или врожденные особенности глаз, приобретенные или перенесенные заболевания, условия окружающей среды. [4].

Цель исследования. Изучить некоторые аспекты школьно-обусловленной патологии - нарушение зрения у городских школьников-подростков, выявляемое на уровне первичного звена здравоохранения.

Материал и методы исследования. На базе городского центра здоровья проведено проспективное исследование состояния здоровья школьников 9, 10 и 11-х классов, которое включало анамнестический сбор, углублённый осмотр семейного врача и узких специалистов (эндокринолог, офтальмолог, оториноларинголог, стоматолог, хирург, травматолог-ортопед, уролог для юношей, гинеколог для девушек, невропатолог, кардиолог). Инструментальные методы исследования содержали: УЗИ - органов брюшной полости и по показаниям, ЭКГ диагностика, флюорограмма, плантограмма, общие анализы крови, мочи и копрограмма. Определено состояние зрительного анализатора школьников в процессе обучения в старших классах.

Результаты исследования. В ходе исследования выявлены наиболее частые симптомы проблем со зрением у детей школьного возраста, по которым можно заподозрить наличие аномалии рефракции:

- множественное видение;
- проблемы с контрастностью;
- искажение зрения;
- размытые изображения;
- переутомление глаз при длительной нагрузке;
- частые прищуривания;
- ослабление зрения;
- разглядывает предметы на близком расстоянии;
- часто моргает и зажмуривает глаза.

В результате выкопировки данных из отчётов углублённых осмотров школьников выявлено общей патологии органа зрения (таблица 1): и, среди них юношей: в 2023 году – 96 (34,9%) подростков (юношей - 40,6%),

Таблица 1

Количество подростков-школьников с патологией органа зрения за 2019-2023 года

	Год наблюдения	Юноши		Девушки		Итого, от всей выявленной патологии	
		абс.ч.	%	абс.ч.	%	абс.ч.	%
1	2023	39	40,6	57	59,4	96	34,9
2	2022	31	44,3	39	55,7	70	31,1
3	2021	46	44,2	58	55,8	104	46,4
4	2020	42	41,6	59	58,4	101	42,8
5	2019	46	44,3	54	55,7	106	42.7

в 2022 году – 70 (31,1%) школьников (44,3%), в 2021 – 104 (46,4%) учащихся (44,2%), в 2020 году – 101 (42,8%) подростка (41,6%), в 2019 году – 106 (42,7%) школьников (44,3%).

По данным журналов диспансерного наблюдения обнаружено, что у наибольшего количества школьников выявляется близорукость слабой степени (74,4%, среди них у девушек 44,8%), до -3 дптр, так как при этом у подростков незначительное снижение зрения, очки использовались только при необходимости (для дали). Намного реже установлена миопия средней степени тяжести от -3,25 дптр до -6 дптр (10,2%, юношей и девушек одинаковое количество) и, совсем редко, высокой степени – свыше 6 дптр (3,7%, среди них девушек 2,8%), в данной ситуации, чтобы вести нормальный образ жизни требовалась постоянная коррекция с помощью очков или линз. Другая патология в виде астигматизма, дальнозоркости, анофтальма встречалась в незначительном количестве (11,7%).

Участие при углублённом осмотре в октябре 2023 года позволило провести анкетирование и выявить некоторые причины близорукости у подростков:

1. Наследственность. Один или оба родителя у 26 (27,1%) подростков имели близорукость.

2. Слишком высокие зрительные нагрузки. Само по себе обучение в школе является огромной нагрузкой на организм, кроме этого, на дополнительных занятих, у репетиторов занимались 34 школьника (35,4%).

3. Неправильная осанка. Искривление позвоночника, особенно сколиоз его шейного отдела (11,4% слчаев), ведут к недостаточному питанию головного мозга и органов зрения. Гипоксия же в свою очередь приводит к ухудшению зрения.

4. Авитаминоз, в 12,5% случаев. Взяты на диспансерный учёт подростки со сниженной массой тела относительно возраста, также, обнаружено наличие избыточного веса или ожирение и, как следствие, самостоятельные ограничения в питании, особенно у девушек. Нехватка некоторых микроэлементов грозит ухудшением сумеречного зрения и другими последствиями.

5. Отсутствие перерывов и расслабления глаз. Около половины школьников считают, что во время компьютерной игры длительное время невозможно оторваться от гаджетов и расслабиться. Перерывы позволили бы им перезагрузиться и избавиться от напряжения. Ежедневное длительное использование персонального компьютера чревато возникновением глазных спазмов и снижением аккомодации.

6. Осложнения инфекций носоглотки выявлены у 7 подростков (7,3%): тонзиллита, гайморита, ОРЗ и т.д.

Выводы.

1. Более трети от всей патологии, выявляемой у школьников ежегодно, занимает патология органа зрения, чаще близорукость, причем у юношей за наблюдаемые пять лет меньше, чем у девушек.

2. Проблему нарушения зрения, составляет миопия слабой степени - три четверти патологии.

3. Снижению остроты зрения у подростков-школьников способствуют, во-первых, слишком высокие зрительные нагрузки (35,4%); во-вторых, отягощённая наследственность (27,1%); в третьих, нехватка микронутриентов (12,5%).

4. Медицинская значимость проблемы в том, что прогрессирование миопии может приводить к серьезным необратимым изменениям в глазу и значительной потере зрения. Для того, чтобы снизить риск заболеваемости миопией, необходимо создать условия для нормальной работы органов зрения.

Список литературы:

1. Международная научно-практическся конференция «Неинфекционные заболевания и здоровье населения России». Науч.мед.журнал Профилактическая медицина. Москва. 2022;25(5-2);6-61.

2. Школьная близорукость (миопия) - профилактика, причины и лечение. - Электронный ресурс. - Режим доступа: ophthalmocenter.ru (дата обращения 03.02.2024)

3. Паршина В.А. Снижение зрения у подростков: причины, симптомы, лечение. 2021. М. «Сфера». - Электронный ресурс. - Режим доступа: sfe.ru (дата обращения 06.02.2024)

4. Как вылечить близорукость у подростков? Основы профилактики и лечения. - Электронный ресурс. - Режим доступа: fedorovmedcenter.ru/stati/oft-blizorukost-i-dalnozorkost/blizorykost _y_podrostkov/?ysclid=lrj7wa2d (дата обращения 10.02.2024)