21 Απριλίου 2015

Δεν οδηγεί σε μυωπία το πολύ διάβασμα και η τηλεόραση από κοντινή απόσταση

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός





Παρά την ευρέως διαδεδομένη άποψη ότι το πολύ διάβασμα ή η συχνή παρακολούθηση τηλεόρασης (ή άλλης οθόνης όπως του υπολογιστή) από κοντινή απόσταση οδηγεί σε μυωπία, επιστήμονες στις ΗΠΑ, που έκαναν μια πολυετή μελέτη, δεν διαπίστωσαν κάτι τέτοιο.

Η μελέτη ερευνητών του Πανεπιστημίου του Οχάιο, με επικεφαλής την καθηγήτρια

Κάρλα Ζάντνικ, που δημοσιεύθηκε στο αμερικανικό περιοδικό οφθαλμολογίας «JAMA Ophthalmology», πραγματοποιήθηκε για πάνω από 20 χρόνια σε 4.500 παιδιά και νέους.

Η μελέτη δεν βρήκε κάποια σχέση ανάμεσα στην εκδήλωση και στον βαθμό μυωπίας και στον χρόνο που αφιερώνει ένα παιδί για να διαβάσει ή να σταθεί μπροστά από μια οθόνη (υπολογιστή, τηλεόρασης κ.α.).
Η Κάρλα Ζάντνικ δήλωσε ότι, όπως προκύπτει από την έρευνα, η κοντινή εργασία, παρακολούθηση οθόνης ή άλλη δραστηριότητα δεν φαίνεται να αποτελεί αιτία μυωπίας ή παράγοντα κινδύνου γι" αυτήν, κάτι που οι επιστήμονες πιστεύουν εδώ και τουλάχιστον 100 χρόνια.

Μεταξύ 13 πιθανών παραγόντων κινδύνου για εμφάνιση μυωπίας, σύμφωνα με την μελέτη, ο κυριότερος είναι το επίπεδο του διαθλαστικού σφάλματος στα μάτια του παιδιού στην ηλικία των έξι ετών. Έτσι, μια τέτοια μέτρηση στην πρώτη Δημοτικού μπορεί να προβλέψει ποιό παιδί θα βάλει γυαλιά στις επόμενες τάξεις, σύμφωνα με τους ερευνητές.

Η μυωπία συνήθως εμφανίζεται στην παιδική ηλικία, ενώ περίπου ένας στους τρεις ενήλικους πάσχει από αυτήν, με συνέπεια να δυσκολεύεται να δει καθαρά σε μακρινές αποστάσεις. Τα άτομα με μυωπία κινδυνεύουν περισσότερο με αποκόλληση αμφιβληστροειδούς φακού και γλαύκωμα.

Σύμφωνα με παλαιότερες μελέτες, τα παιδιά που παίζουν πολύ σε εξωτερικούς χώρους, έχουν λιγότερες πιθανότητες να αναπτύξουν μυωπία, ενώ όσα έχουν και τους δύο γονείς τους με μυωπία, έχουν αυξημένη πιθανότητα να γίνουν και τα ίδια μυωπικά.

Πηγή: ikypros.com