

*Науменко Ю. С.*

## **РИСК СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ В УСЛОВИЯХ ПРИМЕНЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЩЕСТВА**

*Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Борисова Т. С.*

*Кафедра гигиены детей и подростков*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Персональный компьютер, смартфон, планшет, и, соответственно, Интернет, прочно вошли в повседневную жизнь большинства людей. В век стремительного развития информационных технологий сложно представить ежедневную деятельность, будь то работа, учеба, либо досуг, без применения данных девайсов и выхода во Всемирную сеть. Грамотно организованная работа в Интернете является относительно безопасной для физического и психического здоровья пользователя. Однако, зачастую подростки пренебрегают правилами и временем работы за компьютером, что приводит к раннему формированию у них Интернет-зависимости и сопряженных с ней отклонений в состоянии здоровья.

**Цель:** изучить особенности формирования Интернет-зависимости и связанные с ней факторы риска состоянию здоровья учащихся средних и старших классов общеобразовательных учреждений.

**Материалы и методы.** Для выявления особенностей формирования Интернет-аддикции использовался анкетно-опросный метод. Анкетированием было охвачено 96 учащихся 8-х и 10-х классов гимназии города Минска. Из них 52 девочки и 44 мальчика в возрасте от 13 до 16 лет.

**Результаты и их обсуждение.** Почти каждый школьник ежедневно прибегает к использованию Интернета в своей деятельности. При грамотном подходе и контроле Интернет является прекрасным средством обучения и даже способом организации образовательного процесса. Однако, при нарушении правил и времени пользования киберпространством риск развития Интернет-зависимости существенно увеличивается. Среди обследованных школьников у 58,0% учащихся 8-х классов и 35,4% учащихся 10-х классов риск развития Интернет-зависимости минимален – они являются свободными пользователями и выходят в Сеть относительно редко. Однако, у 35,5% и 44,6% учеников 8-х и 10-х классов соответственно имеется выраженная предрасположенность к развитию аддикции. У таких детей настроение зависит от возможности выхода в Интернет, нередко наблюдается нарушения сна, падает школьная успеваемость. Непосредственный риск формирования зависимости в большей степени свойственен ученикам старших классов (20,0%), нежели учащимся среднего школьного возраста (6,4%). Зависимые подростки начинают испытывать серьезные трудности с учебой и общением со сверстниками. Живому разговору с друзьями они предпочитают виртуальное общение. Все это способствует развитию отклонений в психической сфере подростка, выраженность которых обусловлена степенью тяжести киберзависимости. При этом отклонения со стороны соматического здоровья зависят не только от стадии Интернет-зависимости, но и от особенностей её развития. В ходе исследования было выявлено, что для выхода во Всемирную сеть подростки очень часто или всегда предпочитают использовать мобильный телефон. Портативный, многофункциональный смартфон позволяет выходить в Интернет в любое время, в любом месте, что, несомненно, оказывает более выраженное влияние на развитие зависимости и сопутствующих соматических отклонений, прежде всего со стороны органа зрения.

**Выводы.** Современные технологии информационного общества широко распространены в жизнедеятельности нынешних школьников. Среди наиболее часто используемых ими девайсов преобладают многофункциональные смартфоны, значительно увеличивающие риск формирования Интернет-зависимости и связанных с ней соматических отклонений. Обозначенные аспекты указывают на необходимость повышения гигиенической грамотности всех пользователей и организацию целенаправленных здоровьесберегающих мероприятий.