

*Степановская Н. В.*

**МЕДИКО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КОМПЬЮТЕРИЗАЦИИ**

*Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Болдина Н. А.*

*Кафедра гигиены детей и подростков*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Темпы развития компьютерной техники опережают исследования и проблемы связанные с её эксплуатацией.

**Цель:** изучение медико-гигиенических аспектов формирования компьютерной зависимости у школьников и студентов.

**Материал и методы.** Объект исследования учащиеся 9-11-х классов гимназии (94 человека) и студенты 3, 6 курсов БГМУ (72 человека). В исследовании использован метод анонимного анкетирования.

**Результаты.** Анализ полученных данных позволяет отметить, что 46% студентов и 50% школьников проводят за компьютером около 4 часов в сутки. Каждый второй студент и школьник не могут обходиться без компьютера более суток. Потребность воспользоваться компьютером для ухода от бытовых проблем и повышения настроения испытывает каждый пятый студент и каждый четвертый школьник. Головные боли, сухость глаз боли в спине отмечают 35%, 28%, 26% студентов и 10%, 10% и 15% школьников соответственно. Ничего не предпринимают для профилактики «компьютерного синдрома» 45% студентов и 44% школьников.

**Выводы:**

1. Большинство респондентов имеют начальные признаки развития компьютерной зависимости.
2. У каждого третьего студента и каждого четвертого школьника отмечен один из симптомов проявления «компьютерного синдрома».