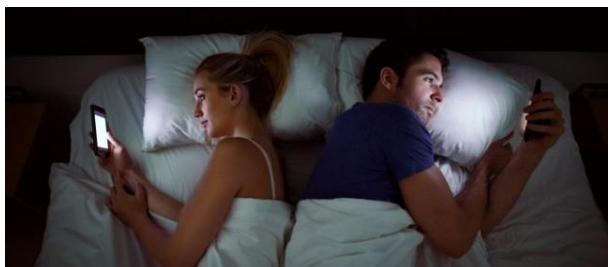


A kütyük miatt romlik mindenki szeme



Az okostelefonoknak, a tableteknek és a többi kijelzős eszköznek komoly szerepe van az általános látásromlási folyamatban.

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) a látás világnapjával kapcsolatban elkészített legújabb jelentésében azt írta, hogy világszerte egyre több embernek rossz a szeme. Az egyik fő ok az, hogy a felhasználók egyre hosszabb időt töltenek az okostelefonok, a táblagépek, a televíziók, a játékkonzolok, a notebookok és az asztali számítógépek képernyői előtt, ami egyáltalán nem tesz jót a szemüknek.



Egy-két évtized múlva az lesz a fura, ha valakinek nincs szemüvege

Ugyanakkor vannak más okok is, a látásromlás a megváltozott élet- és munkaszokásokkal is összefügg. Az emberek jórésze több időt tölt a lakásá-

ban vagy zárt térben a különböző készüléke előtt ülve és emiatt sokkal kevesebbet sportol, sétál, mint korábban. Emellett az emberiség öregszik és nő a cukorbetegség száma is.

Jelenleg világszerte több mint 2,2 milliárd embernek van látáskárosodása és közülük legalább egymilliárdnál lehetett volna megakadályozni a probléma kialakulását. 65 millió személy veszítette el a látását kezeletlen szürkehályog miatt és legalább 800 milliónak lenne szüksége szemüvegre, kontaktlencsére vagy más segítségre. Az esetek többségében egyszerű eszközökkel vagy beavatkozásokkal segíteni lehet a problémán.

A legnagyobb kockázati tényezőt a rövidlátás, a távollátás, valamint a szürke és a zöldhályog jelentik. A helyzet súlyosságát mutatja, hogy csak a nem korrigált rövidlátás miatt az idén kieső produktívást 244 milliárd dollárra becsülik a szakemberek. Szintén problémát jelent, hogy sok szegényebb országban nincs elegendő szemész, továbbá nincsenek megfelelő kezelési lehetőségek sem.

Régóta ismert, hogy a kék fény károsíthatja a szemet, különösen a hályogeltávolításon átesettek esetében. A kék fénynek tartósan kitett retinasejtek rendkívül nagy mértékű károsodást szenvednek el, amely a retina középső részét, az úgynevezett makulát roncsolja, ez az egyik leggyakoribb szembetegség és a vakság fő okozója. A kék fény ráadásul megzavarhatja az alvásciklust. Az okostelefonok és más mobil eszközök egyre nagyobb méretű és fényesebb kijelzőket kapnak, amelyeket egyre jobban lehet olvasni erős napfény mellett is, de ez a felhasználókra hat. Amennyiben a mostani trend folytatódik, akkor 2050-re a világ fele, nagyjából 5 milliárd ember rövidlátóvá válhat és ebből 1 milliárd meg is vakulhat. Miután a kék fény felgyorsítja a vakság kialakulását, így nem véletlen, hogy Kína után Japán is konkrét lépéseket fontolgat a statisztikák jelentős romlása miatt.

Forrás: <https://sg.hu/cikkek/it-tech/138314/a-kutyuk-miatt-romlik-mindenki-szeme>

Válogatta: Berke Barnabásné