

Επικίνδυνη για τα μάτια η υπέρμετρη χρήση



Τον

κώδωνα του κινδύνου για όσους χρησιμοποιούν υπέρμετρα τα «έξυπνα» κινητά τους τηλέφωνα και τους υπολογιστές - ταμπλέτες κρούουν οπτικοί από τη Βρετανία, σύμφωνα με το BBC.

«Το φως που εκπέμπουν οι έξυπνες συσκευές είναι τοξικό για το πίσω μέρος των ματιών» δηλώνει στο βρετανικό δίκτυο, ο οπτικός Άντι Χέπγουορθ.

«Σε βάθος χρόνου, μπορεί να προκαλέσει βλάβες στα μάτια. Το γεγονός ότι οι χρήστες έξυπνων συσκευών δεν ανοιγοκλείνουν τα μάτια τους συχνά σε συνδυασμό με το ότι φέρνουν τη συσκευή πολύ κοντά στο πρόσωπό τους, κουράζει τα μάτια» προσθέτει ο ίδιος.

Πρόσφατη επιστημονική έρευνα στη Βρετανία, στην οποία συμμετείχαν περισσότεροι από 2.000 άνθρωποι κάτω των 25 ετών, έδειξε ότι οι νέοι «τσεκάρουν» το «έξυπνο» κινητό τους τηλέφωνο κατά μέσο όρο 32 φορές την ημέρα.

Την έρευνα διεξήγαγε ομάδα ανεξάρτητων οπτικών, σύμφωνα με τους οποίους, ένας νέος άνθρωπος περνάει περίπου επτά ώρες την ημέρα μπροστά από μια οθόνη

(«έξυπνου» κινητού τηλεφώνου, υπολογιστή - ταμπλέτα ή και επίπεδων τηλεοράσεων τελευταίας τεχνολογίας).

Στοιχεία της μελέτης δείχνουν ότι το 43% των ατόμων έως 25 ετών αισθάνονται πίεση και άγχος όταν δεν έχουν πρόσβαση στο «έξυπνο» κινητό τους τηλέφωνο.

Η οπτικός Αμάντα Σέιντ συμβουλεύει: «Κάντε συχνά εξετάσεις στα μάτια σας και παράλληλα μεγάλα διαλείμματα καθώς χρησιμοποιείτε έξυπνες συσκευές και υπολογιστές».

Πηγές: ΑΠΕ-ΜΠΕ- kathimerini.gr