

ИЗУЧИТЬ РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СТУДЕНТАМИ СТЕРЕОНАУШНИКОВ И ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ ОБ ИХ ВЛИЯНИИ НА ЗДОРОВЬЕ

Бондар К.Д.

Гродненский государственный медицинский университет, Беларусь

Научный руководитель - ассистент Заяц О.В.

STUDY THE PREVALENCE USING OF STEREO HEADPHONES BY STUDENTS AND THE AWARENESS OF THEIR HEALTH INFLUENCE

Bondar K.D.

Grodno State Medical University, Belarus

Scientific adviser – assistant Zayats O.V.

Актуальность. Слух — важнейшее из человеческих чувств. Есть много причин потери слуха. Одна из них – шумовое воздействие на орган слуха. В настоящее время актуальной проблемой являются стереонаушники.

При прослушивании музыки через наушники практически все естественные механизмы человека по локализации звука в пространстве оказываются незадействованными.

Многие не знают о том, что сильный шум убивает сенсорные волосковые клетки, которые после гибели не восстанавливаются. Еще хуже шум, которому люди подвергаются ежедневно, например, длительное время пользуются наушниками.

Цель. Изучить распространенность использования студентами стереонаушников и осведомленность об их влиянии на здоровье.

Материалы и методы исследования. Исследование проводилось методом социологического опроса с использованием валеологической анкеты среди студентов медицинского университета. В настоящем исследовании приняли участие 59 студентов (17-23 лет): 46 (78%) девушек и 13 (22%) юношей.

Результаты и их обсуждение. По результатам исследования установлено, что 79,4% студентов используют наушники ежедневно. При этом 57,6% опрошенных студентов используют наушниками от 1 до 4 часов; 27,1% менее 1 часа, более 4-х часов 15,3%. Большинство опрошенных, а именно 59,3%, пользуются средним уровнем громкости, 28,8% - высоким уровнем, низким уровнем - 11,9%. Студенты, использующие высокий уровень громкости (29,4%), средний уровень громкости (31,4%), низкий уровень громкости (29,4%) отмечают у себя изменения в своем самочувствии: головокружение, головную боль, ощущение приглушенности, боль и ощущение пульсирующего шума в ушах, а также дискомфорт в ухе, как тяжесть и чувство давления. При этом 64,4% студентов считают, что использование наушниками отрицательно влияет на организм.

На открытый вопрос - "К каким на ваш взгляд заболеваниям или осложнениям может привести чрезмерное пользование наушниками?" студенты ответили о возможном возникновении отита, тугоухости и даже глухоты.

Выводы. Проведенный анализ результатов свидетельствует о том, что наушники становятся неотъемлемой частью жизни молодежи. Не все студенты осведомлены о негативном влиянии и рациональном использовании наушников, что диктует повышение мотивации к здоровому образу жизни среди молодежи.

Литература:

1. Гольберг, Е. М. Влияние прослушивания музыки в наушниках на изменение частотного состава ЭЭГ / Е. М. Гольберг, А. М. Кривцунов, А. А. Пувсторгар // Современные наукоемкие технологии. – 2005. № 4. – С.39- 40.
2. Влияние шума на здоровье человека / С.Г. Дорофеева [и др.] // Научный альманах. – 2016. № 12 – 2(26). – С.182- 185.
3. Общая и военная гигиена : пособие для студентов лечебного факультета : в 3 ч. Ч. 2. / И. А. Наумов [и др.] – Гродно : ГрГМУ, 2014. – 300 с.