

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Filmy 3D działają szkodliwie na wzrok małych dzieci

Dzieci poniżej 4 roku życia nie powinny oglądać filmów w technologii 3D - uważa dr hab. nauk med. Dorota Pojda-Wilczek z Samodzielnego Publicznego Szpitala Klinicznego nr 5 Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach.

Pojda-Wilczek podkreśla, że widzenie przestrzenne rozwija się od urodzenia do ok. 3 roku życia i jest sumą wielu czynników, m.in. prawidłowego widzenia obuocznego, prawidłowego ustawienia oczu (bez wad wzroku jak np. zez), dobrej akomodacji, czyli dostosowywania oka na odległość do interesującego nas szczegółu. *"Oczy muszą być też prawidłowo zbudowane, nie może być zaćmy, zniekształceń obrazu związanych z nie wyrównaną wadą wzroku. Mózg musi otrzymywać dwa podobne obrazy bardzo dobrej jakości, wtedy może je złożyć w jeden"* - mówi Pojda-Wilczek.



O tym, że patrzymy na przedmioty pod różnymi kątami można się przekonać wykonując proste ćwiczenie: wystarczy wybrać sobie dowolny przedmiot a następnie spoglądając na niego, zamykać na zmianę - raz prawe, raz lewe oko. Podczas ćwiczenia obraz nam przeskakuje i można odnieść wrażenie, że widzimy przedmioty w różnej lokalizacji. Kiedy spoglądamy na przedmiot obojgiem oczu - ten sam przedmiot dostrzeżemy w kolejnym miejscu. Ekspert podkreśla, że widzenie przestrzenne rozwija się bez naszej świadomości i wiele osób dorosłych może nawet nie zdawać sobie sprawy z tego, że nie widzi przestrzennie. Najczęściej wychodzi to podczas badań osób, które muszą wykazać się widzeniem obuocznym, by wykonywać np. zawód kierowcy, pracować na wysokości - czyli tam, gdzie ocena odległości jest ważna.

Zdaniem okulistki konieczne jest, by rodzice odpowiednio wcześniej zadbali o prawidłowy rozwój widzenia obuocznego. *"Dzieciom nad łóżeczkiem wieszają zabawki, które one usiłują chwycić i to jest bardzo dobre ćwiczenie rozwijające koordynację oko-ręka. W ten sposób dzieci uczą się lokalizować przedmioty, odnajdywać je w przestrzeni i początkowo wydaje się to zabawne, że nie trafiają rączkami w te zabawki, ale po pewnym czasie ich precyzja się poprawia. Dziecko widzące przestrzennie potrafi pewniej się poruszać, np. chodzić po schodach bez trzymania się poręczy"* - mówi.

Widzenia przestrzennego można się nauczyć do piątego roku życia. Później najczęściej nie jest to już możliwe, gdyż "mózg zatracza plastyczność", dlatego osoby, które nie były badane pod tym kątem przez okulistę, mogą w późniejszych latach mieć problemy z dostrzeganiem efektów 3D a nawet uskarżać na zmęczenie, bóle głowy, nudności.

"Cały czas widzimy w 3D, tyle tylko, że jeśli mamy film na płaskim ekranie to widzimy płasko, natomiast, żeby zobaczyć głębię na ekranie trzeba ją stworzyć sztucznie. Jeśli więc ktoś w rzeczywistości nie widzi przestrzennie, to również w kinie, czy w telewizorze ze spreparowanym obrazem nie będzie widział w 3D" - mówi Pojda-Wilczek. Dodaje, że rozszczepienie obrazów, które służy do postrzegania głębi na płaskich powierzchniach jest większe niż w rzeczywistości. *"Dlatego takie kino jest dla nas męczące, potrzebujemy specjalnych okularów i zmusza nas do troszkę innego patrzenia"* - mówi.

Okulistka uważa, że *"nie należy się jednak bać kina trójwymiarowego, tylko, jeśli komuś jest w takich warunkach źle, to powinien zdjąć okulary i nie patrzeć"*. *"Natomiast absolutnie przeciwna jestem, by na filmy 3D zabierać dzieci poniżej czwartego roku życia. W tym wieku dzieci są na to za małe. Mają*

niewykształcone widzenie. Może to nie spowoduje uszkodzenia wzroku, ale może być dla dziecka męczące, a nawet prowadzić do bólu oczu i głowy" - uważa.

Źródło: www.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/18018.html>



01-06-2026

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

[Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

[10 polskich zespołów w zawodach Shell](#)

Eco-marathon Poland 2026

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

AGH uruchomiła laboratorium

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

[W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński](#)

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

[3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat](#)

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

Informacje dnia: [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#) [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Partnerzy