

[Akceptuję](#)

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](#)

Długi czas przed ekranami związany z ryzykiem krótkowzroczności

Wysoki poziom ekspozycji na ekrany może nasilać ryzyko krótkowzroczności u młodych osób nawet o 80 proc. - ostrzegają naukowcy na łamach prestiżowego pisma „The Lancet

Digital Health”.

Autorami odkrycia są badacze z Singapuru, Australii, Chin i Wielkiej Brytanii. Przeanalizowali oni ponad 3 tys. publikacji naukowych dotyczących ekspozycji na ekrany urządzeń elektronicznych oraz krótkowzroczności dzieci i młodych ludzi w wieku od 3 miesięcy do 33 lat.

Okazało się, że długi czas spędzony na patrzeniu w wyświetlacz telefonu komórkowego wiąże się z około 30-procentowym wzrostem ryzyka krótkowzroczności, a w połączeniu z nadmiernym korzystaniem z komputera ryzyko to wzrasta aż do 80 proc.

Autorzy podkreślają, że ich wyniki są tym bardziej istotne, iż w czasie pandemii COVID-19 miliony dzieci na całym świecie znacznie wydłużyły czas spędzany z ekranami, chociażby z uwagi na naukę zdalną.

„Szacuje się, że do 2050 roku około połowa światowej populacji będzie miała krótkowzroczność. Jest to więc olbrzymi problem zdrowotny, który bardzo szybko się nasila - mówi prof. Rupert Bourne, okulista z Anglia Ruskin University i główny autor publikacji. - Nasze badanie jest jak dotąd najbardziej wyczerpującym rozpatrzeniem tej kwestii i wyraźnie pokazuje, że istnieje związek między czasem spędzonym przed ekranem a krótkowzrocznością u młodych osób”.

„Ponieważ dzieci w coraz młodszym wieku korzystają z urządzeń cyfrowych a czas spędzony przed ekranami wydłuża się, istnieje pilna potrzeba zbadania, jak dokładnie urządzenia te oddziałują na zdrowie oczu w różnych populacjach. Musimy lepiej zrozumieć rolę, jaką odgrywają one w narastającej epidemii krótkowzroczności. Jest to ważne, aby móc odpowiednio edukować rodziców oraz stworzyć wytyczne dla lekarzy i osób zajmujących się zdrowiem publicznym”.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30891.html>



23-06-2026

Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

Przyjemnych snów życzy anestezjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

Za mało siedzenia także może szkodzić

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

Informacje dnia: [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania](#)

[nad terapią Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Partnerzy