

Η ψηφιακή καταπόνηση των οφθαλμών από τη συνεχή και χωρίς μέτρο θέαση ηλεκτρονικής οθόνης (Digital Eye Strain - DES) είναι ένα κλινικό σύνδρομο που χαρακτηρίζεται από οπτική διαταραχή ή / και από οφθαλμική δυσλειτουργία που σχετίζεται με τη χρήση ψηφιακών οθονών. Το πρόβλημα αυτό εμφανίζεται ολοένα και συχνότερα τα τελευταία έτη λόγω της εκρηκτικής αύξησης της χρήσης ψηφιακών μέσων που συνεπάγεται και αύξηση των ωρών χρήσης οθονών. Παρουσιάζεται με σειρά άτυπων συμπτωμάτων και σημείων συμπεριλαμβανομένων του θάμβους όρασης, αίσθησης ξηρότητας, νυγμού, αίσθησης οφθαλμικής κόπωσης και δυσφορίας. Στην παρούσα ανασκόπηση συνοψίζονται τα ερευνητικά δεδομένα έως τώρα, οι μηχανισμοί εμφάνισης συμπτωμάτων, τρόποι αντιμετώπισης καθώς και προτάσεις για την πρόληψη εμφάνισης του συνδρόμου.

Λέξεις κλειδιά: Ψηφιακή καταπόνηση οφθαλμών, ψηφιακή οθόνη, παιδιά.