

Vilniaus universitetas
Medicinos fakultetas



STUDENTŲ MOKSLINĖS VEIKLOS TINKLO LXXVII KONFERENCIJA



Vilnius, 2025 m. gegužės 16 d.

PRANEŠIMŲ TEZĖS

Leidinį sudarė VU MF Mokslo ir inovacijų
skyriaus Studentų mokslinės veiklos
koordinatore Urtė ŽAKARYTĖ



VILNIAUS
UNIVERSITETO
LEIDYKLA

2025

Mokslo komitetas:

doc. dr. Valdemaras Jotautas
doc. dr. Diana Bužinskienė
prof. dr. Violeta Kvedarienė
prof. dr. (HP) Saulius Vosylius
prof. habil. dr. (HP) Gintautas Brimas
Jaun. m. d. Laura Lukavičiūtė-Navickienė
asist. dr. Agnė Abraitienė
gyd. rez. Domas Grigoravičius
doc. dr. Indrė Trečiokienė
prof. dr. Vaiva Hendrixson
doc. dr. Ieva Stundienė
prof. dr. Eglė Preikšaitienė
lekt. gyd. Andrius Apšega
lekt. gyd. Karolina Žvirblytė-Skrebutėnienė

prof. dr. Pranas Šerpytis
lekt. Artūras Mackevičius
dr. Žymantas Jagelavičius
doc. dr. Agnė Kirkliauskienė
dr. Audra Brazauskaitė
asist. dr. Diana Sukackienė
asist. dr. Žilvinas Chomanskis
doc. dr. Kristina Ryliškienė
dr. Rokas Borusevičius
doc. dr. Saulius Galgauskas
jaun. asist. Andrius Žučėnka
Doc. dr. Birutė Brasiūnienė
doc. dr. Jaunius Kurtinaitis
prof. dr. Eugenijus Lesinskas
doc. dr. Goda Vaitkevičienė
prof. dr. Alvydas Navickas

doc. dr. Rima Viliūnienė
prof. dr. (HP) Edvardas Danila
prof. dr. Nomeda Rima Valevičienė
asist. dr. Tomas Aukštikalnis
doc. dr. Vytautas Tutkus
doc. dr. Danutė Povilėnaitė
dr. Andrius Bleizgys
prof. dr. Robertas Stasys Samalavičius
dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė
doc. dr. Jurgita Stasiūnienė
Asist. dr. Arnas Bakavičius
prof. dr. Gilvydas Verkauskas
prof. dr. Sigitas Lesinskienė
asist. dr. Jelena Stanislavovienė
prof. dr. (HP) Janina Tutkuvienė

Organizacinis komitetas:

Ugnė Šilinskaitė
Austėja Zubauskaitė
Aida Kuznecovaitė
Milda Kančytė
Milvydė Marija Tamutytė
Renatas Kedikas
Fausta Timinskaitė
Antanas Simonas Garuolis
Gailė Mikalauskaitė
Gabrielius Leščinskas
Damian Luka Mialkowski
Radvilas Jančiauskas
Maksim Čistov
Ugnė Mickutė
Lina Bludžiutė
Augustė Melaikaitė

Mindaugas Smetaninas
Rafal Sinkevič
Raminta Kasteckaitė
Ernestas Gulbickis
Edgaras Zaboras
Benas Matuzevičius
Sylvia Rogoža
Rūta Valiukevičiūtė
Agnė Vasiulytė
Agata Bruzgul
Valentinas Kūgis
Gabrielė Bielinytė
Vėjas Vytautas Jokubynas
Matas Kuncė
Gintė Grubliauskaitė
Milda Černytė

Julija Grigaitytė
Dovydas Stankevičius
Patricija Griškaitė
Povilas Jurgutavičius
Gediminas Gumbis
Joana Leščevskaja
Gabija Marčiulaitytė
Augustinas Stasiūnas
Alicija Šavareikaitė
Odeta Aliukonytė
Milda Eleonora Gričiūtė
Robertas Basijokas
Elvin Francišek Bogdzevič
Rokas Dastikas

ISSN 2783-7831 (skaitmeninis PDF)

© Tezių autoriai, 2025

© Vilniaus universitetas, 2025

SKAITMENINĖ AKIŲ ĮTAMPA. LITERATŪROS APŽVALGA

Autorius. Rūta VALIUKEVIČIŪTĖ, V kursas.

Vadovas. Doc. dr. Saulius GALGAUSKAS, VU MF Klinikinės medicinos institutas, Ausų, nosies, gerklės ir akių ligų klinika.

Tikslas. Naudojantis moksline literatūra išanalizuoti skaitmeninės akių įtampos paplitimą, simptomus, diagnostiką, gydymo ir profilaktikos galimybes.

Metodai. Literatūros apžvalga atlikta remiantis PubMed, Google Scholar duomenų bazėmis. Atrinkti ir išanalizuoti straipsniai, publikuoti anglų kalba 2015-2025m. Naudoti raktažodžiai „digital eye strain“, „computer vision syndrome“.

Rezultatai. Skaitmeninė akių įtampa (angl. *Digital eye strain*), dar vadinama kompiuteriniu regos sutrikimo sindromu, yra būklė, kurią sukelia ilgas naudojimasis skaitmeniniais prietaisais (pvz., kompiuteriu, telefonu). Skaitmeninę akių įtampą patiria milijonai žmonių visame pasaulyje, paplitimas iki COVID-19 eros svyravo nuo 5 iki 65 %, o pandemijos metu ir po jos išaugo net iki 50-90%. Kompiuterinis regos sutrikimo sindromas pasireiškia akių sausumu, paraudimu, niežėjimu, ašarojimu, laikinu vaizdo išsiliesimu žiūrint į ekraną. Sindromui būdingi ir ekstraokuliniai simptomai, tokie kaip galvos ir kaklo skausmas. Ši būklė gali prisidėti prie trumparegystės atsiradimo ir progresavimo.

Diagnozuojant svarbu atkreipti dėmesį į rizikos veiksnius, iš kurių svarbiausi: skaitmeninių prietaisų naudojimas ilgiau nei 4 val. per dieną, nekoreguotos refrakcijos ydos, mažas žiūrėjimo atstumas (<20cm), moteriška lytis ir sausų akių sindromas. Skaitmeninės akių įtampos įvertinimui reikalingas oftalmologinis ištyrimas, o sunkumui nustatyti gali būti naudojami tam tikri patvirtinti klausimynai (CVS-Q, CVSS17).

Labiausiai ištirti akių įtampos mažinimo būdai yra ergonomiškas elektroninių prietaisų naudojimas (tinkamo ekrano atstumo ir apšvietimo užtikrinimas), dirbtinės ašaros, miksėjimo pratimai ir dažnos pertraukos nuo artimo darbo. Tačiau prevencija yra pagrindinė skaitmeninės akių įtampos valdymo strategija, kuri apima ne tik ergonomiškos aplinkos užtikrinimą, bet ir praleidžiamo laiko prie ekranų mažinimą bei reguliarių regėjimo patikrinimą.

Išvados. Kompiuterinis regos sutrikimo sindromas – vis didėjanti problema skaitmeniniame amžiuje. Reikia tolimesnių tyrimų, kad būtų patikslinti diagnostikos kriterijai ir ištirtas naujų gydymo metodų efektyvumas ir patikimumas.

Raktažodžiai. Skaitmeninė akių įtampa; kompiuterinis regos sutrikimo sindromas; akių sausumas.