

Σταματήστε την τώρα: Γιατροί συνδέουν την Τύφλωση με αυτή τη καθημερινή μας συνήθεια

Οι γιατροί προβληματίστηκαν όταν δύο γυναίκες 22 και 44 ετών ανέφεραν επανειλημμένα παραστατικά τύφλωσης διάρκειας ως και 15 λεπτών. Μετά από πολλές μαγνητικές, σαρώσεις στην καρδιά και άλλες εξετάσεις χωρίς αποτέλεσμα, οι γιατροί άρχισαν να ερευνούν το ιστορικό των ασθενών.

Οι γιατροί κατάφεραν να συνδέσουν την προσωρινή τύφλωση των γυναικών με την χρήση του κινητού τους πριν πέσουν για ύπνο.

Μία από τις γυναίκες αρνήθηκε να σταματήσει να ελέγχει το κινητό της, ακόμα και μετά την σύνδεση που έκαναν οι γιατροί.

Ένα άρθρο από το ιατρικό περιοδικό New England Journal of Medicine έριξε λίγο φως στο πώς η χρήση του κινητού πριν τον ύπνο προκαλεί αυτή την πάθηση. Και οι δύο γυναίκες έλεγχαν το κινητό τους ενώ ήταν ξαπλωμένες στο πλάι – όπως πολλοί. Σε αυτή την στάση, το ένα μάτι είναι επικεντρωμένο στην οθόνη, ενώ το μαξιλάρι μπλοκάρει την θέα του άλλου ματιού.

Έτσι, το ένα μάτι συνηθίζει στο φως του κινητού ενώ το άλλο συνηθίζει στο σκοτάδι. Όταν όμως το κινητό κλείνει, ο εγκέφαλος μπερδεύεται και αναρωπιέται γιατί το ένα μάτι είναι ρυθμισμένο για το φως της ημέρας ενώ το άλλο για το σκοτάδι.

Είναι η καλύτερη συνταγή για προσωρινή τύφλωση – και χρόνια βλάβη.

Σας φαίνεται παράξενο; Δεν θα έπρεπε!

Το μπλε φως που εκπέμπουν τα κινητά είναι πιο βλαβερό από ό,τι πολλοί νομίζουν. Είναι ένα σχετικά νέο φαινόμενο, αφού οι οθόνες LED χρησιμοποιούνται εδώ και περίπου 20 χρόνια.

Αρχικά, πολλοί – ανάμεσα τους και οι οφθαλμίατροι – δεν ανησυχούσαν και πολύ. Αλλά τώρα η σοβαρότητα της βλάβης που προκαλείται από την έκθεση σε αυτό το φως κατά τη διάρκεια της νύχτας γίνεται όλο και πιο ξεκάθαρη, καθώς τα ποσοστά επιδείνωσης αυξάνονται, όπως αναφέρει το tonwtiko.

Ένας οφθαλμίατρος λέει ότι κάποιοι 35χρονοι ασθενείς του έχουν τόσο θολούς οφθαλμικούς φακούς λόγω της έκθεσης στο μπλε φως σαν να ήταν 75χρονοι. Το χειρότερο είναι ότι η πιθανή βλάβη δεν περιορίζεται στα μάτια. Ειδικοί από το Χάρβαρντ επιβεβαιώνουν τη σχέση του μπλε φωτός με διάφορους τύπους καρκίνου, διαβήτη, καρδιακής νόσου και παχυσαρκίας.

Είναι ακριβό το τίμημα για να μπορείς να παίζεις Angry Birds πριν πέσεις για ύπνο! Δεν είναι ακόμη ξεκάθαρο για ποιο λόγο το μπλε φως έχει τόσο εκτεταμένες συνέπειες, αλλά οι γιατροί ανακαλύπτουν όλο και περισσότερα καθημερινά

Γι'αυτό, ίσως είναι καλύτερο να αφήνετε το κινητό σας στην άλλη άκρη του δωματίου όταν πέφτετε για ύπνο.

Πηγή: www.medicalnews.gr