



NEWS18

দক্ষিণবঙ্গ

বাংলা

DOWNLOAD APP

FOLLOW US ON >

Trending Topics: #CoronaVirus #covid-19 #WHO

উত্তরবঙ্গ দক্ষিণবঙ্গ বাংলাদেশ ব্যবসা-বাণিজ্য ক্রাইম প্রযুক্তি ফিচার শো লাইভ ক্ষেত্র মিশন পানি বোর্ড রেজার্স্ট ২০২০ #IndiaPositive

হোম > খবর > দক্ষিণবঙ্গ

সন্তান ব্ল্যাকবোর্ড ঝাপসা দেখছে? মায়োপিয়া নয় তো!



চিভি, কম্পিউটার, কিংবা মোবাইল সবধরনের
মনিটরই চোখের সমস্যা বাঢ়ায়। নিয়ম মেনে
সাবধানে ব্যবহার না করলে বাড়বে চোখের
সমস্যাবাচা ব্র?

NEWS18 BANGLA
LAST UPDATED: FEBRUARY 29, 2020, 8:20 PM IST

SHARE THIS: [f](#) [t](#) [in](#)

Rajarshi Roy

#বারাসত: মোবাইল ফোন বা কম্পিউটারে বেশিক্ষণ চোখ
রাখলে শিশুর চোখে মায়োপিয়া রোগ হতে পারে। শনিবার
বারাসতে একটি সেমিনারে যোগ দেওয়ার আগে এমনই কথা
জানালেন দক্ষিণ ভারতের চেমাই শহরের বেসরকারি চিকিৎসক

হাসপাতালের বিখ্যাত চক্ষুরোগ বিশেষজ্ঞ কৃষ্ণকুমার।

এদিন তিনি বারাসতের একটি বেসরকারি বিশ্ববিদ্যালয়ে লাইফ স্টেইল ডিজিস নিয়ে সেমিনার এ যোগ দিতে আসেন। তার আগে সাংবাদিকদের প্রশ্নের উত্তরে বলেন, ‘আজকাল শিশুদের মধ্যে মোবাইল বা কম্পিউটারে গেম খেলার প্রবণতা বাঢ়ছে। দীর্ঘক্ষণ মোবাইল বা কম্পিউটারে ক্রিনে চোখ রাখার
ফলে মাত্তিক্ষেত্রে মধ্যে নানা ক্রিয়া-বিক্রিয়া হচ্ছে। তার ফলে শিশুর দৃষ্টিশক্তি বিহ্বিত হচ্ছে। ওই শিশুর দূরের বস্তু ভালো করে দেখতে পারছে না। বিশেষ
করে ক্লাসে ব্ল্যাকবোর্ডের লেখাগুলো ঝাপসা দেখছে। চিকিৎসা পরিভাষায় শিশুদের এই অসুখকে বলা হয় মায়োপিয়া।’

আজকের সময় কলেজ থেকে স্কুল কিংবা বিশ্ববিদ্যালয় সর্বত্র কম্পিউটার, ল্যাপটপ কিংবা মোবাইল ফোনের ডিসপ্লের উপর নির্ভর করতে হয়েই।
সময়ের বাধ্য বাধকতার কথা মেনে নিয়ে চক্ষুরোগ বিশেষজ্ঞ কৃষ্ণকুমার পরামর্শ শিশু ও কিশোরদের দিনে দু ঘন্টার বেশী সময় ইলেক্ট্রনিক ক্রিনের
দিকে তাকিয়ে না থাকাই ভাল। এখনকার বাচ্চা কোথাও মাঠে ন গিয়ে কম্পিউটার বা মোবাইলে গেম খেলছেসে আবস্থা থেকে বেড় হতে হবে বল মত তার।
চক্ষুরোগ বিশেষজ্ঞ কৃষ্ণকুমার এদিন বলেন শরীরে রোদ লাগতে হবে। টানা মনিটর এর দিকে তাকিয়ে থাকলে, এক সময় দূরের জিনিয় ঝাপসা দেখা
শুনবে।

ছবি



জেলে মায়োপিয়া রোগীদের পরামর্শ দিচ্ছেন শিশু পরিষেবা কর্মসূচির মাধ্যমে।

অভিভাবকদের উদ্দেশ্যে চিকিৎসক কৃষ্ণকুমারের পরামর্শ, ‘মোবাইল বা কম্পিউটারে গেম খেলা থেকে শিশুকে বিরত রাখতে হবে। যতটা সন্তুষ্ট
দিনেরবেলা প্রাকৃতিক আলোয় তাদের খেলাধূলা করানোর অভ্যাস করাতে হবে। শিশু যদি ব্ল্যাকবোর্ড ঝাপসা দেখতে শুরু করে, দেরি না-করে দ্রুত
তাকে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের কাছে নিয়ে যাওয়া উচিত। না হলে মায়োপিয়া অসুবিধের জন্য শিশুর দৃষ্টিতে অন্য সমস্যাও দেখা দিতে পারে।’ আর মনিটর
সর সময় ৪০ ডিগ্রি কোনের নিজে রাখতে হবে। ক্ষয়ন নিচের দিকে দৃষ্টি রাখলে চোখের জল বজায় থাকবে ফলে চোখ ভাল থাকবে।

RAJARSHI ROY

Published by: Avindam Gupta

First published: February 29, 2020, 8:20 PM IST



আগামী ২৪ ঘণ্টায়
প্রবল বৃষ্টিপাতার
আশঙ্কা! লাল সতর্কতা
রাজ্যের একাংশে

স্বী বা শামির ফোনে
নজর রাখতে আগ্রহ। এই
সব বিজ্ঞাপন এ বার
নিয়ন্ত্র করল Google

Promoted Content

