

المخاطر الصحية المدركة لاستخدام الهاتف المحمول بين المراهقين في مدينة الزقازيق: الأنماط والاعتمادية

ياسمين احمد عبدالمعظم^(١)، أماني صبحي سرور^(٢)، فاطمة محمد احمد^(٣)

^(١) بكالوريوس تمريض ، ^(٢) أستاذ تمريض صحة المجتمع- كلية التمريض- جامعة الزقازيق، ^(٣) مدرس تمريض صحة المجتمع- كلية التمريض- جامعة الزقازيق

مقدمة:

لقد أصبحت للهواتف المحمولة شعبية متزايدة في السنوات الأخيرة، وخاصة بين جيل الشباب. ولقد زاد عدد مستخدمي الهواتف المحمولة في العالم بشكل مثير للدهشة. على الرغم من أن الهواتف المحمولة مريحة ومفيدة، إلا أن المراهقين أصبحوا أكثر اعتماداً عليها، وقد غيرت الحياة اليومية للمراهقين بشكل كبير. وأصبحت الهواتف المحمولة أكثر أجهزة الاتصالات انتشاراً وبصرف النظر عن استخدام الهواتف المحمولة لغرض الاتصال وإرسال واستقبال الرسائل القصيرة، إلا أن في كثير من الأحيان تستخدم للألعاب، وتصفح الإنترنت، وإرسال / استقبال رسائل البريد الإلكتروني و قراءة الأخبار على الإنترنت وتحميل الأغاني ، ونغمات الرنين التي يبدو أنها أصبحت ظاهرة الترفيه للمراهقين في السنوات الأخيرة. ويمكن أن تؤثر الزيادة السريعة في مدة استخدام الهواتف المحمولة بين المراهقين تأثيراً ضاراً على مختلف جوانب الصحة. وتعد أن المخاطر الصحية شيوياً الصداع، وجع الأذن، والتعب بجانب المشاكل الصحية من الجهاز العضلي الهيكلي مثل آلام في الرقبة واليد.

الهدف من الدراسة:

هدفت الدراسة الى تقييم استخدام الهاتف المحمول بين المراهقين في مدينة الزقازيق: الأنماط والاعتمادية والمخاطر الصحية المدركة.

التصميم البحثي :

تم استخدام تصميم وصفي مقطعي.

عينة و مكان الدراسة:

شملت عينة الدراسة ٨٧٠ طالباً وطالبة في بعض المدارس الاعدادية والثانوية بمدينة الزقازيق.

أدوات جمع البيانات:

تم استخدام استمارة إستبيان مكونة من خمسة أجزاء التالي :

الجزء الأول: بيانات ديموجرافية للطلاب المراهقين

الجزء الثاني: العوامل الخطورة المرتبطة باستخدام الهاتف المحمول.

الجزء الثالث: أنماط استخدام الهاتف المحمول بين المراهقين.

الجزء الرابع: اعتمادية المراهقين على الهاتف المحمول.

الجزء الخامس: المخاطر الصحية المدركة

المرتبطة باستخدام الهاتف المحمول.

النتائج:

أظهرت نتائج الدراسة الآتي :

- فيما يتعلق بالخصائص الديموغرافية، بلغ متوسط عمر المراهقين 14.77 ± 1.5 سنة، وكان ٥٧.٢٪ منهم من الإناث، و ٨٨.٩٪ ينتمون إلى المناطق الحضرية، في حين كان ٣٩.٨٪ منهم ينتمون إلى الطبقة الاجتماعية المتوسطة.
- وبالنظر الى استخدام الهاتف المحمول، فإن ٥٦.٣٪ من المراهقين يمتلكون الهاتف المحمول منذ أقل من أربع سنوات، وأفاد ٦٤.٨٪ منهم بأن الدوافع لشراء الهاتف المحمول كان رغبة الآباء في الاتصال بهم عندما يكونون في الخارج. وكان وقت الفراغ (٧٩.٥٪) السبب وراء زيادة استخدام الهاتف المحمول. كان تصفح الإنترنت (٥٣.٧٪) الميزة الأكثر تفضيلاً لاستخدام الهاتف المحمول.
- بالنسبة لاعتمادية المراهقين على الهواتف المحمولة، فقد اعتمد ٤٦.٦٪ من المراهقين اعتماداً متوسطاً على الهواتف المحمولة.
- فيما يتعلق بالمخاطر الصحية المتعلقة باستخدام الهواتف المحمولة ، كان الصداع المشكلة الأكثر شيوعاً (٤٧.٤٪) يليه الارهاق (٤٠.٩٪). بينما كان طنين الأذن مشكلة السمع الأكثر شيوعاً يليه آلام الأذن (٤٠.٥٪ و ٣٩.٤٪) على التوالي. أما بالنسبة لمشاكل العين، فقد كان إجهاد العين أكثر الأعراض انتشاراً (٤٩.٤٪) يليه حرقان العين (٣٩٪).
- بوجه عام، استخدم ٥٣.٤٪ من المراهقين الهاتف المحمول في وضعية الجلوس، في حين كانت درجة انحناء الرقبة عند استخدام الهاتف المحمول هي ٤٥ كجم لدى ٣٢.٣٪ منهم. كما اشتكى ١٠.٨٪ من المراهقين من ألم متوسط غير مريح في الجسم وخاصة في الرقبة و ١٩.١٪ من المراهقين اشتكوا من ألم معتدل الشدة في مناطق مختلفة من اليدين.
- أثبتت الدراسة وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين جميع مستويات الاعتمادية على الهاتف المحمول والشكوى من الارهاق الصداع ، و طنين الاذن ، و حرقان ،

واحمرار بالعين، وزيادة افرازات الدموع، وصعوبة ازدواج الرؤية.

■ هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين كون المراهقين في المرحلة الثانوية و جميع مستويات الاعتمادية على الهاتف المحمول وطنين الاذن بعد المكالمات الهاتفية واجهاد بالعين و حرقان بالعين وزيادة افرازات الدموع بالعين.

الخلاصة:

في الختام، كان وقت الفراغ سبب زيادة استخدام الهواتف المحمولة بين المراهقين، في حين كان تصفح الإنترنت هو الميزة المفضلة لاستخدام الهاتف المحمول. وعلى الرغم من أن أقلية من المراهقين كانت تعتمد بشدة على الهاتف المحمول، إلا أن الصداق وطنين بالاذن بعد المكالمات الهاتفية أو الاستماع إلى الملفات الصوتية كانت شكاوى مشتركة بين المراهقين، بالإضافة إلى ألم معتدل غير مريح في الرقبة وألم غير مريح قليلاً في مناطق مختلفة من اليدين.

التوصيات:

وتوصي الدراسة بضرورة توجيه برامج التثقيف الصحي إلى المراهقين لزيادة وعيهم بالمخاطر الصحية، والاعتمادية على الهاتف المحمول، وتدابير السلامة، وكيفية الوقاية من المخاطر الصحية. ويقترح إجراء المزيد من البحوث لدراسة أثر الاستخدام المفرط للهاتف المحمول على صحة المراهقين.