

نقش عوامل محیطی در افزایش شماره‌ی چشم



۱- عدم حضور در فضای باز

گذراندن ۴۰ تا ۸۰ دقیقه بیشتر در فضای باز، باعث کاهش روند نزدیک‌بینی می‌شود.



۲- کامپیوتر و تلفن‌های هوشمند

کاهش فعالیت در فضای باز و کم‌بودن فاصله‌ی چشم تا نمایشگر، دو پیامد استفاده از کامپیوترها هستند که موجب افزایش نزدیک‌بینی می‌شوند.



۳- شهرنشینی

زندگی در شهرها (به‌ویژه کلان‌شهرها) به دلایلی چون تراکم جمعیت، آلودگی و سبک زندگی شهری منجر به افزایش نزدیک‌بینی می‌شود.



۴- تحصیل

نزدیک‌بینی، بیشتر در زمان مدرسه خود را نشان می‌دهد. معاینات منظم توسط اپتومتریست جهت تشخیص و پیشگیری از پیشرفت شماره‌ی چشم در این سنین توصیه می‌گردد.

