

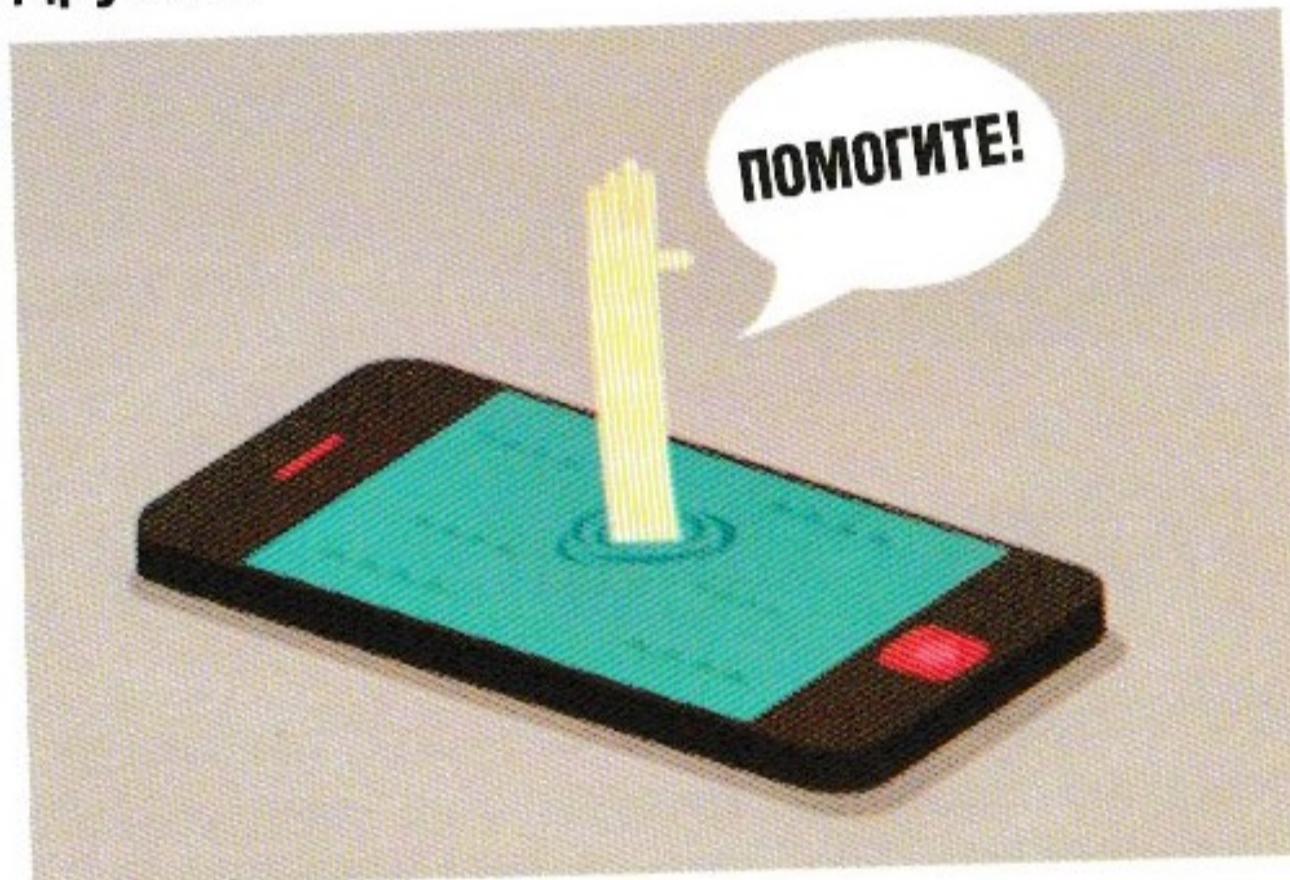


ГАДЖЕТ – ЗАВИСИМОСТЬ

Современные гаджеты – это мобильные телефоны, планшеты, смартфоны, ноутбуки, игровые приставки, музыкальные плееры, очки для дополненной и виртуальной реальности, а также многое другое. Это вносит в нашу жизнь определенное разнообразие, кроме того - это удобно, ведь близкие люди всегда на связи. Но вместе с удобством гаджеты привнесли в нашу жизнь и такое явление, как зависимость от них. Медики предупреждают: с развитием техники гаджет-зависимость может стать такой же опасной эпидемией, как интернет-зависимость или игромания.

По итогам недавнего опроса, проведенного в крупнейших городах России среди жителей от 18 до 35 лет, выяснилось, что привязанность к электронным игрушкам превращается в помешательство: 85% заявили, что

живь не могут без сотового телефона, 50% опрошенных психологически зависимы от различных музыкальных устройств. Среди других любимых гаджетов оказались цифровые камеры, карманные компьютеры и многое другое.



По международным аналитическим данным о ежедневном времяпрепровождении пользователей гаджетами в 30 странах мира россияне в середине списка, отражающего уровень распространенности зависимости. У наших любителей гаджетов 98 минут в день уходит на просмотр телепередач, 158 минут тратится на работу за компьютером, а по 98 и 66 минут наши соотечественники проводят за изучением информации с экранов смартфонов и планшетов. В общей сложности россияне проводят перед экранами электронных устройств 420 минут (7 часов).



**Министерство здравоохранения
Калининградской области
ГБУЗ «Центр общественного
здоровья и медицинской
профилактики»**