

मैट्स में बढ़ते स्क्रीन टाइम से आंखों की देखभाल पर जागरूकता

रायपुर, 29 मई। मैट्स विश्वविद्यालय के कुलाधिपति गजराज पगारिया एवं डिरेक्टर जनरल प्रियेश पगारिया ने एक वर्ष से चल रहे ऑनलाइन क्लासेस में विद्यार्थियों की सहभागिता एवं उत्साह को बनाए रखने में के लिए विभिन्न कार्यक्रमों के आयोजन के लिए शिक्षकों को प्रोत्साहित किया है। टेक्नोलॉजी के माध्यम से अध्ययन के साथ-साथ उससे जुड़ी

स्वास्थ्य संबंधित संगोष्ठी का आयोजन मैट्स विश्वविद्यालय के स्कूल ऑफ साइंसेज द्वारा किया गया।

श्री पगारिया ने बताया कि ऑनलाइन क्लासेज के लिए छात्रों को मोबाइल, लैपटॉप का प्रयोग अत्याधिक करना पड़ रहा है जिसके परिणाम स्वरूप उन्हें कई कठिनाइयों का सामना पड़ रहा है। ऐसे ही एक आंखों से जुड़ी समस्या पर डॉ. सोनल

व्यास, ऑपथलमोलॉजिस्ट, एस बीएच हॉस्पिटल ने अपने सुझाव प्रस्तुत किए, जहां उन्होंने इंस्ट्रासिंग स्क्रीन टाइम एंड इट्स एफवक्ट्स न आईज पर व्याख्यान दिया।



The screenshot shows a Zoom meeting interface. In the top left, there is a video thumbnail of a woman speaking. The top right shows a 'Request control' button. Below the video, there are three circular icons labeled 'DY', 'DR', and '+39'. The main content is a presentation slide titled 'Symptoms of CVS' with the SBI logo in the top right corner. The slide lists the following symptoms:

- Headache – frontal, one sided, middle or end of the day
- Eyestrain (Sore or Fatigued Eyes)
- Burning, irritation in eyes – we blink 60% less, size of palpebral aperture
- Blurred vision- refractive error, dirty screen, poor quality monitors, viewing angle, reflected glare from

Below the text, there is a diagram titled 'Symptoms' showing six icons representing different eye conditions: Eye Fatigue, Irritated Eyes, Dryness, Blurred Vision, Double Vision, and Headaches.

रजिस्ट्रार गोकुलनन्दा पंडा ने भी अपनी कुछ शंकाओं का समाधान पाया।

श्री पगारिया ने बताया कि सौ से अधिक इस व्याख्यान में सम्मिलित हुए व कुछ ने अपने आंखों से संबंधित प्रश्न पूछे। एडवाइजर डॉ. प्रशांत मुंडेजा के निर्देशन में सफल हुआ। विभागाध्यक्ष डॉ. आशीष सराफ ने छात्रों को प्रोत्साहित किया।