



テレビゲームをすると目が悪くなるの

目が悪くなる第一の原因は、両親からの遺伝

よく、テレビゲームをやりすぎると、目が悪くなるといわれますが、これは難しい問題で、はっきりとは、まだわかっていないことなのです。なぜなら、目が悪くなる第一の原因は、両親からの遺伝だといわれているからです。

それなら、テレビゲームが目が悪くなることと、まったく関係がないかということ、そうとばかりはいえないところもあるのです。

テレビゲームをやりすぎると疲れ目をおこす

テレビやテレビゲームの画面を、長時間見つづけていると、目が疲れて、疲れ目をおこします。疲れ目は、明るすぎる場所で、本を読んだりすることなどでも起こります。

疲れ目は病気ではなく、目が疲れるという状態のことで、しばらくするとなおります。

しかし、疲れ目をおこすと、目がちかちかする、ごろごろする、目の前を黒や白の点がちらちらする、眼球が痛む、視力が低下するなどのことが起こります。また、ひどい場合には、頭が重くなったり、痛くなったりしたり、首や肩がこったり、目まいがしたりなどのことが起こります。

ですから、テレビゲームをやりすぎることは、目が悪くなる原因ではなくても、目が悪くなる、きっかけになるということが出来ます。(監修・保志 宏)

