

KNOWLEDGE, ATTITUDES AND PRACTICES ON SCHOOL MYOPIA PREVENTION AMONG PREVENTIVE MEDICINE STUDENTS AT THAI NGUYEN UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY

Nguyen Thi Quynh Hoa*, Lo Van Tan, Truong Viet Truong
Ma Thi Hang, Truong Nguyen Quynh Giao

*Thai Nguyen University of Medicine and Pharmacy - 284 Luong Ngoc Quyen, Thai Nguyen city,
Thai Nguyen province, Vietnam*

Received: 26/02/2025

Revised: 09/5/2025; Accepted: 19/5/2025

ABSTRACT

Objective: The study aims to assess the knowledge, attitudes, and practices regarding school myopia prevention among preventive medicine students at Thai Nguyen University of Medicine and Pharmacy in the 2024-2025 academic year.

Materials and methods: A cross-sectional study was conducted on 266 students using a survey questionnaire, with data analyzed using SPSS 26.0 software.

Results: 57.1% of students had correct knowledge about myopia prevention. Common risk factors included reading while lying down (100%), reading at a very close distance (94.4%), and prolonged use of electronic devices (86.1%). However, understanding of the role of vitamin D (29.3%) and genetic factors (48.1%) remained limited. Regarding attitudes, 97.3% of students showed concern for myopia prevention, demonstrating awareness of eye protection. In terms of practice, 89.1% followed proper measures, particularly maintaining correct sitting posture (92.5%), studying in well-lit environments (91.7%), and avoiding reading while lying down (98.1%). However, habits such as practicing distance vision (71.4%) and limiting screen time (77.1%) still need improvement.

Conclusions: Although most students have good practice, knowledge still needs to be improved. Additional educational programs on nutrition and genetic factors in myopia are needed.

Keywords: School myopia, students, school myopia prevention.

*Corresponding author

Email: ngtqhoa@gmail.com **Phone:** (+84) 915223299 **https://doi.org/10.52163/yhc.v66iCD8.2590**

Kiến thức, Thái độ, Thực hành về Phòng cận thị học đường của sinh viên ngành y học dự phòng tại Trường Đại học Y Dược Thái Nguyên

Nguyễn Thị Quỳnh Hoa*, Lò Văn Tân, Trương Viết Trường
Ma Thị Hằng, Trương Nguyễn Quỳnh Giao

Trường Đại học Y Dược, Đại học Thái Nguyên - 284 Lương Ngọc Quyến, thành phố Thái Nguyên, tỉnh Thái Nguyên, Việt Nam

Ngày nhận bài: 26/02/2025

Ngày chỉnh sửa: 09/5/2025; Ngày duyệt đăng: 19/5/2025

TÓM TẮT

Mục tiêu: Nghiên cứu nhằm đánh giá kiến thức, thái độ và thực hành về phòng chống cận thị học đường của sinh viên ngành y học dự phòng tại Trường Đại học Y Dược Thái Nguyên năm học 2024-2025.

Đối tượng và phương pháp: Nghiên cứu mô tả cắt ngang 266 sinh viên, sử dụng bộ câu hỏi khảo sát để thu thập dữ liệu, phân tích bằng phần mềm SPSS 26.0.

Kết quả: 57,1% sinh viên có kiến thức đúng về phòng chống cận thị. Các yếu tố nguy cơ phổ biến gồm nằm đọc sách (100%), đọc sách quá gần (94,4%) và sử dụng thiết bị điện tử kéo dài (86,1%). Tuy nhiên, hiểu biết về vai trò của vitamin D (29,3%) và yếu tố di truyền (48,1%) còn hạn chế. Về thái độ, 97,3% sinh viên quan tâm đến phòng chống cận thị, thể hiện ý thức bảo vệ thị lực. Về thực hành, 89,1% sinh viên thực hiện đúng, đặc biệt là tư thế ngồi học ngay ngắn (92,5%), học nơi đủ sáng (91,7%) và không nằm đọc sách (98,1%). Tuy nhiên, thói quen tập nhìn xa (71,4%) và hạn chế sử dụng thiết bị điện tử (77,1%) vẫn chưa tối ưu.

Kết luận: Mặc dù phần lớn sinh viên có thực hành tốt, nhưng kiến thức vẫn cần được nâng cao. Cần có các chương trình giáo dục bổ sung về dinh dưỡng và yếu tố di truyền trong cận thị.

Từ khóa: Cận thị học đường, sinh viên, phòng cận thị học đường.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Cận thị học đường đang trở thành vấn đề y tế công cộng nghiêm trọng trên toàn cầu, đặc biệt tại châu Á, nơi tỷ lệ mắc có thể lên tới 80-90% ở học sinh trung học [1]. Tại Việt Nam, tỷ lệ cận thị học đường gia tăng đáng kể, với mức chênh lệch rõ rệt giữa khu vực thành thị (42,4%) và nông thôn (22,9%) [2]. Nguyên nhân chủ yếu đến từ áp lực học tập, thời gian sử dụng thiết bị điện tử kéo dài, tư thế học tập sai, cùng yếu tố di truyền [3].

Sinh viên ngành y, với cường độ học tập cao và thời gian tiếp xúc màn hình kéo dài, là nhóm có nguy cơ cao mắc cận thị hoặc làm tăng độ cận nhanh chóng. Tuy nhiên, các nghiên cứu về mức độ hiểu biết, thái độ và thực hành phòng chống cận thị ở nhóm này còn hạn chế. Việc đánh giá thực trạng cận thị và nhận thức của sinh viên y học dự phòng không chỉ giúp xác định các yếu tố nguy cơ mà còn góp phần đề xuất biện pháp can thiệp hiệu quả.

Nhằm cung cấp cơ sở khoa học cho các biện pháp nâng cao nhận thức và cải thiện hành vi phòng chống cận thị trong cộng đồng sinh viên y dược, chúng tôi thực hiện

nghiên cứu này nhằm mục tiêu mô tả kiến thức, thái độ, thực hành về phòng cận thị học đường của sinh viên ngành y học dự phòng Trường Đại học Y Dược Thái Nguyên năm học 2024-2025.

2. ĐỐI TƯỢNG, PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng, địa điểm, thời gian nghiên cứu

- Đối tượng nghiên cứu: sinh viên ngành y học dự phòng Trường Đại học Y Dược, Đại học Thái Nguyên.
- Địa điểm nghiên cứu: Khoa Y tế công cộng, Trường Đại học Y Dược Thái Nguyên.
- Thời gian nghiên cứu: từ tháng 4/2024 đến tháng 3/2025.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

- Phương pháp nghiên cứu: mô tả, thiết kế cắt ngang.
- Cỡ mẫu, chọn nghiên cứu: chọn mẫu toàn bộ. Tổng số sinh viên y học dự phòng đang học tại Trường Đại học Y Dược Thái Nguyên trong năm học 2024-2025 là 266 sinh viên.
- Chọn mẫu: chọn có chủ đích.

*Tác giả liên hệ

2.3. Chỉ số nghiên cứu

- Nhóm chỉ số về đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu: thông tin về nhân khẩu học của đối tượng nghiên cứu.

- Tỷ lệ sinh viên có kiến thức về: tác nhân gây bệnh cận thị học đường, nguyên nhân gây bệnh cận thị học đường, ảnh hưởng của bệnh cận thị học đường tới sức khỏe sinh viên, biện pháp phòng chống cận thị học đường.

- Tỷ lệ sinh viên có thái độ về phòng bệnh cận thị học đường.

- Tỷ lệ sinh viên có thực hành về phòng bệnh cận thị học đường.

2.4. Phương pháp thu thập số liệu

Công cụ thu thập số liệu: bộ câu hỏi.

Phương pháp thu thập số liệu: phỏng vấn trực tiếp sinh viên theo bộ phiếu đã thiết kế sẵn.

Định nghĩa biến số:

- Phân loại kiến thức ra 3 mức (kiến thức tốt, kiến thức trung bình và kiến thức kém) theo cách tính điểm như sau:

+ Kiến thức tốt: sinh viên có trên 75% tổng số điểm về kiến thức phòng bệnh cận thị học đường;

+ Kiến thức trung bình: sinh viên có 50-75% tổng số điểm về kiến thức;

+ Kiến thức kém: sinh viên có dưới 50% tổng số điểm về kiến thức.

- Phân loại thực hành ra làm 2 mức:

+ Thực hành đúng: trên 50% tổng số điểm;

+ Thực hành chưa đúng: dưới 50% tổng số điểm.

- Thái độ đánh giá theo 5 mức: rất quan tâm, khá quan tâm, quan tâm, không quan tâm, rất không quan tâm.

2.5. Phương pháp xử lý số liệu

Tính tỷ lệ %, sử dụng phần mềm tin học EPIDATA và SPSS 26.0.

2.6. Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu không làm ảnh hưởng đến sinh viên, được sự cho phép của lãnh đạo trường Đại học Y Dược Thái Nguyên. Đề tài được thông qua Hội đồng Đạo đức của trường Đại học Y Dược Thái Nguyên.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bảng 1. Kiến thức của sinh viên y học dự phòng Trường Đại học Y Dược Thái Nguyên về nguyên nhân gây cận thị học đường (n = 266)

Kiến thức	Số lượng	Tỷ lệ (%)
Ngồi nghiêng, vẹo người	160	60,2
Thiếu ánh sáng khi ngồi học hoặc đọc sách	256	69,2
Không uống vitamin D	78	29,3

Kiến thức	Số lượng	Tỷ lệ (%)
Đọc sách quá gần mắt (khoảng cách đọc sách dưới 25 cm)	251	94,4
Xem tivi, dùng máy tính nhiều (trên 3 giờ/ngày)	229	86,1
Nằm đọc sách	266	100
Đọc sách trong màn, đèn ở ngoài	214	80,5
Bàn cao, ghế thấp hoặc bàn thấp ghế cao	202	75,9
Chữ viết trong sách hoặc truyện quá nhỏ	156	58,6
Ăn ít chất có vitamin	104	39,1
Đọc sách hoặc truyện quá nhiều	266	100
Di truyền	128	48,1

Bảng 1 cho thấy phần lớn sinh viên nhận thức rõ các nguyên nhân gây cận thị học đường, đặc biệt là thói quen đọc sách sai tư thế (100%), đọc sách quá gần (94,4%) và sử dụng thiết bị điện tử kéo dài (86,1%). Tuy nhiên, hiểu biết về vai trò của vitamin D (29,3%) và yếu tố di truyền (48,1%) còn hạn chế.

Bảng 2. Thái độ của sinh viên y học dự phòng Trường Đại học Y Dược Thái Nguyên về phòng chống cận thị học đường (n = 266)

Thái độ	Số lượng	Tỷ lệ (%)
Rất quan tâm	169	63,5
Khá quan tâm	48	18,0
Quan tâm	42	15,8
Không quan tâm	4	1,5
Rất không quan tâm	3	1,1

Bảng 2 cho thấy phần lớn sinh viên có thái độ tích cực đối với phòng chống cận thị, với 63,5% rất quan tâm và 18% khá quan tâm. Chỉ một tỷ lệ nhỏ (2,6%) thờ ơ hoặc không quan tâm đến vấn đề này, cho thấy nhận thức chung về tầm quan trọng của phòng chống cận thị khá cao trong nhóm sinh viên khảo sát.

Bảng 3. Thực hành của sinh viên y học dự phòng Trường Đại học Y Dược Thái Nguyên về phòng chống cận thị (n = 266)

Thực hành	Số lượng	Tỷ lệ (%)
Ngồi học ngay ngắn	246	92,5
Không xem tivi nhiều (trên 2 giờ/ngày)	205	77,1
Không sử dụng thiết bị điện tử nhiều (trên 2 giờ/ngày)	217	81,6
Không đọc sách quá gần (khoảng cách đọc sách dưới 25 cm)	233	87,6

Thực hành	Số lượng	Tỉ lệ (%)
Học ở nơi có đủ ánh sáng	244	91,7
Làm theo lời khuyên của bác sĩ	217	81,6
Đi khám mắt phát hiện sớm cận thị	230	86,5
Không đọc sách trong màn và đèn ở ngoài màn	219	82,3
Tập nhìn xa	190	71,4
Không nằm đọc sách	261	98,1

Bảng 3 cho thấy sinh viên có thực hành tốt trong phòng chống cận thị, với tỷ lệ cao tuân thủ các biện pháp quan trọng như ngồi học ngay ngắn (92,5%), học ở nơi đủ ánh sáng (91,7%) và không nằm đọc sách (98,1%). Tuy nhiên, một số thói quen cần được cải thiện hơn, như tập nhìn xa (71,4%) và hạn chế sử dụng thiết bị điện tử quá 2 giờ/ngày (77,1%).

Bảng 4. Phân loại kiến thức, thực hành của sinh viên y học dự phòng Trường Đại học Y Dược Thái Nguyên về phòng chống cận thị học đường (n = 266)

Phân loại	Số lượng	Tỉ lệ (%)
Kiến thức đúng	152	57,1
Thực hành đúng	237	89,1

Bảng 4 cho thấy 57,1% sinh viên có kiến thức đúng và 89,1% có thực hành đúng.

4. BÀN LUẬN

Trong chương trình “Thị giác 2020 - Quyền được nhìn thấy” của Tổ chức Y tế Thế giới, tật khúc xạ được xếp vào một trong năm nguyên nhân hàng đầu được ưu tiên trong chương trình phòng chống mù lòa toàn cầu. Trên toàn thế giới nói chung và ở châu Á nói riêng, trong đó có Việt Nam, tật khúc xạ học đường chiếm tỉ lệ rất cao. Theo Tổ chức Y tế Thế giới, trên thế giới hiện có khoảng 154 triệu người bị suy giảm thị lực ở nhiều mức độ khác nhau, trong đó nguyên nhân hàng đầu là tật khúc xạ. Cận thị học đường là một loại tật khúc xạ của mắt, trong đó ánh sáng từ các vật ở xa hội tụ ở phía trước thay vì ở phía trên võng mạc. Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng, tỉ lệ người mắc cận thị học đường tăng dần theo cấp học.

Kết quả nghiên cứu của chúng tôi cũng phù hợp với kết quả nghiên cứu của các tác giả trong và ngoài nước. Nghiên cứu của chúng tôi cho thấy 57,1% sinh viên có kiến thức đúng, thấp hơn so với nghiên cứu của Nguyễn Ngọc Nghĩa và cộng sự (2024) [4], trong đó 46,7% học sinh trung học cơ sở có kiến thức tốt về cận thị. Sinh viên nhận diện tốt các yếu tố nguy cơ hành vi như đọc sách sai tư thế (94,3%) và thiếu ánh sáng khi ngồi học (94,3%), nhưng hiểu biết về vai trò của vitamin D và

yếu tố di truyền còn hạn chế, cho thấy nhận thức về tác động của dinh dưỡng đối với cận thị vẫn còn thấp.

Về thái độ, 81,5% sinh viên quan tâm đến phòng chống cận thị, cao hơn so với nghiên cứu của Nguyễn Thị Diễm (2021) [5], chỉ có 70% học sinh thể hiện sự quan tâm. Tuy nhiên, vẫn có 2,6% sinh viên thờ ơ, cần có các biện pháp truyền thông nâng cao nhận thức.

Mặc dù tỷ lệ kiến thức đúng chưa cao, nhưng 89,1% sinh viên có thực hành đúng, cao hơn đáng kể so với nghiên cứu của Nguyễn Ngọc Nghĩa và cộng sự (2024) với chỉ 41,8% học sinh có thực hành tốt về phòng chống cận thị [4]. Đặc biệt, các thói quen như tập nhìn xa và hạn chế sử dụng thiết bị điện tử vẫn chưa được thực hiện đầy đủ, cho thấy cần có các biện pháp hỗ trợ sinh viên duy trì hành vi bảo vệ thị lực tốt hơn.

5. KẾT LUẬN

57,1% sinh viên có kiến thức đúng, phản ánh mức độ nhận thức chưa cao, đặc biệt về vai trò của vitamin D và yếu tố di truyền.

81,5% sinh viên có thái độ tích cực, cho thấy ý thức bảo vệ mắt được quan tâm, nhưng vẫn cần thúc đẩy hơn nữa trong nhóm chưa quan tâm.

89,1% sinh viên có thực hành đúng, đặc biệt là các biện pháp như ngồi học ngay ngắn, học nơi đủ ánh sáng và không nằm đọc sách. Tuy nhiên, thói quen tập nhìn xa và hạn chế sử dụng thiết bị điện tử vẫn cần được cải thiện.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Williams C, Miller L.L, Gazzard G et al. A comparison of measures of reading and intelligence as risk factors for the development of myopia in a UK cohort of children. *British Journal of Ophthalmology*, 2008, 92 (8), pp. 1117-1121.
- [2] Nguyễn Thị Huyền và cộng sự. Thực trạng cận thị của học sinh tại một số tỉnh ở Việt Nam năm 2019. *Tạp chí Y học dự phòng*, 2020, tập 30, số 4, trang 139.
- [3] Thực trạng cận thị ở Việt Nam, thống kê tỷ lệ năm 2023, kiến thức cận thị, kiến thức nhãn khoa, tin tức 14-11-2022.
- [4] Nguyễn Ngọc Nghĩa, Vương Thị Yên. Kiến thức và thực hành phòng chống cận thị học đường của học sinh Trường Trung học cơ sở Thọ Vinh, huyện Kim Động, tỉnh Hưng Yên năm 2023. *Tạp chí Y học Việt Nam*, 2024, tập 541, số 2, tr. 72-76.
- [5] Nguyễn Thị Diễm. Thực trạng kiến thức, thực hành về phòng chống cận thị học đường của học sinh. *Tạp chí Y tế Công cộng*, 2021.