

Ánh sáng xanh có ảnh hưởng gì tới mắt?

Viết bởi Biên tập viên

Thứ bảy, 11 Tháng 2 2023 08:45 - Lần cập nhật cuối Thứ bảy, 11 Tháng 2 2023 08:49

Bs Lê Văn Hữu -

Bạn có nên lo lắng về ánh sáng xanh?

Khi nhìn chằm chằm vào màn hình trong nhiều giờ liên tục, cho dù đó là máy tính, TV, điện thoại hay máy tính bảng, bạn đang tiếp xúc với ánh sáng xanh từ thiết bị. Rất nhiều các báo cáo khoa học như thời gian sử dụng thiết bị điện tử quá nhiều, ánh sáng xanh sẽ làm chói mắt chúng ta.

Nhưng không có bằng chứng khoa học nào cho thấy ánh sáng xanh từ các thiết bị kỹ thuật số gây hại cho mắt của bạn.

Ánh sáng xanh có ảnh hưởng gì tới mắt?

Viết bởi Biên tập viên

Thứ bảy, 11 Tháng 2 2023 08:45 - Lần cập nhật cuối: Thứ bảy, 11 Tháng 2 2023 08:49



[Xem tiếp bài này](#) để tìm hiểu về những tác hại của ánh sáng xanh đối với mắt và cách bảo vệ mắt khỏi ánh sáng xanh.