



Наиболее распространенными проблемами, которые уже не отрицает официальная медицина, признаны синдром фантомного звонка, номофобия, киберболезнь, Facebook-депрессия, интернет-зависимость, зависимость от онлайн-игр, киберхондрия и «эффект Google».

Синдром фантомного звонка.

Суть болезни в том, что у человека появляются слуховые и мониторные галлюцинации, ему кажется, что телефон в кармане звонит или вибрирует, хотя ничего на самом деле не происходит. Формирование расстройства связано с использованием мобильного телефона. Ведь любое покалывание или легкий зуд мы начинаем связывать со звонком. Это заболевание проявляется на фоне стресса. Оно достаточно распространено.

Номофобия.

Название - это сложносокращенное выражение по mobile fobia. Есть страх остаться без мобильного телефона. В мире остается все меньше людей, которые не страдали бы от этого расстройства. У кого-то при отсутствии доступа к мобильному телефону (например, сел аккумулятор), появляется легкое беспокойство, а кто-то впадает в панику.

Киберболезнь.

Суть ее заключается в том, что у человека появляется головокружение, дезориентация и тошнота при взаимодействии с определенными электронными устройствами. Название придумали еще в 1990-х, когда появились первые устройства виртуальной реальности. После обновления iOS с новой версии некоторые владельцы iPhone стали также жаловаться на тошноту. Другое название этой болезни - «цифровая морская болезнь».

Facebook-депрессия.

В Украине и России она могла бы называться «Депрессия от "ВКонтакте"», или «Эффект Дурова». Суть ее в том, что люди впадают в депрессию от контактов в социальной сети или, наоборот, от их отсутствия.

Интернет-зависимость.

Это болезненное и постоянное желание получить доступ к Сети, что отрицательно сказывается на других сферах жизни, часто полностью вытесняя их. Например, личную жизнь или работу. В научных кругах спорят, можно ли отнести интернет-зависимость к наркомании или же это психическое расстройство.

Зависимость от онлайн-игр.

Это наиболее известное и разрушительное заболевание. Нередки случаи, когда игра буквально затягивала человека в виртуальный мир, в результате такой человек терял работу, семью, а порой и жизнь. Это расстройство вызывает тяжелые депрессии и может привести к физическому истощению и даже самоубийству.

Киберхондрия.

Человек с этим расстройством считает, что у него есть заболевания и, как правило, не одно, о которых он читал в интернете. В результате здоровый человек, у которого просто заболела голова, может убедить себя в наличии у него серьезных проблем. А подобная уверенность может негативно сказаться на здоровье и действительно стать причиной уже реальной, а не мнимой болезни.

«Эффект Google».

Человек с такой болезнью уверен, что знания ему не нужны, потому что любая информация находится в Сети. При этом даже если кто-то думает иначе, это не дает ему иммунитета от «эффекта Google». Мозг просто отказывается запоминать информацию, независимо от нашей воли, зная, что гораздо проще будет найти данные, чем их хранить.

Опубликовано в ["Трудовой Славе"](#).