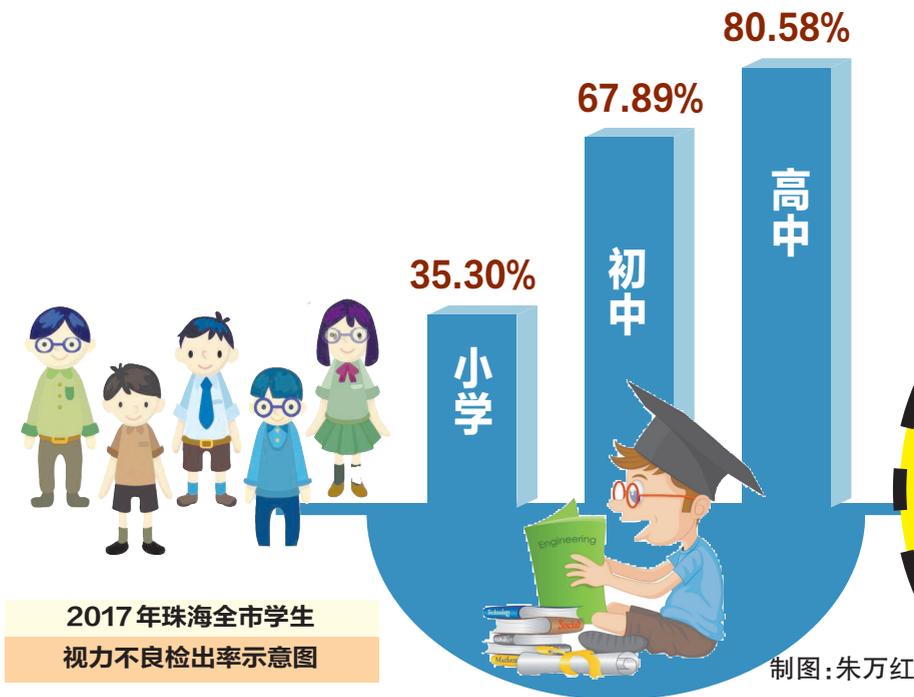


# 珠海学生视力不良超半数

## 市教育局相关防治近视方案即将出炉

我国青少年近视率排名世界第一,让人忧虑。近日,习近平总书记就青少年视力健康问题连续作出重要指示,要求“全社会都要行动起来,共同呵护好孩子的眼睛,让他们拥有一个光明的未来。”珠海市青少年的视力健康情况如何?昨日,记者从珠海市教育局获悉,根据2017年度的学生体检统计数据,珠海全市视力不良检出率为50.85%,目前市教育局正在积极制订应对措施,针对青少年的防治近视方案即将出炉。



2017年珠海全市学生  
视力不良检出率示意图

制图:朱万红

### 教育部门: 将出台 防治近视方案

对于我市青少年的近视情况,珠海市教育局表示,目前正在积极制订应对措施,针对青少年防治近视的方案将很快出炉。

#### 现状

## 珠海学生视力不良检出率50.85%

8月30日,教育部等八部门联合印发《综合防控儿童青少年近视实施方案》(以下简称“实施方案”),提出了新时代防控儿童青少年近视的阶段目标,明确了家庭、学校、医疗卫生机构、政府有关部门防控儿童青少年近视的职责、任务和要求,明确把“实施方案”作为本届政府任期内直至2030年我国儿童

青少年近视防控工作和视力健康管理的重要政策依据。

我市中小学青少年的视力健康情况如何?记者从珠海市教育局获悉,根据2017年度的学生体检统计数据,珠海全市视力不良检出率达50.85%,其中小学视力不良检出率为35.30%;初中视力不良检出率为67.89%;高中视力不良检出率为80.58%。

#### 小学:

## 六年级近视的学生多一些

小小的孩子,稚嫩的脸庞上戴着一副近视眼镜。小学生近视情况具体如何?记者从香洲区多所小学了解到,目前小学低年级学生的近视率相对较低,但是到了六年级左右,近视率有所上升。

“一年级到五年级的学生相对好一些,每个班只有很少的几个小朋友戴眼镜,是有一点弱视和近视的孩子,很多是因为遗传因素。”香山学校的一位老师告诉记者,但是到了六年级,孩子们的近视症状有所显现,“可能是学习任务慢慢变重一些,不少孩子在六年级近视,到了初一开始配戴眼镜。”

对于小学学生的近视情况,凤凰小学校长郭文娟有着相似的感受。分析起孩子们近视的原因,她表示,主要是用眼方式不当引发近视。

“很多孩子用眼方式不当,比如爱躺着或趴着看书,还有就是在家做作业的时候灯光亮度不规范,以及桌椅的高度比不当,长期如此

都会引起近视。”郭校长说,另外一个重要原因,就是现在孩子们在电视、手机等电子产品时间过长,部分家长因为比较忙碌,会把手机等电子产品当成孩子的“保姆”,这个年龄段的孩子缺乏时间观念,不懂得控制,可能有时候一看就是四五个小时。所以父母要加强管理,引导孩子学会进行时间管理。

郭校长介绍,现在学校的办学条件都比较好,桌椅高度会根据不同年龄进行调整,教室灯光亮度也经过检测;另外,为了普及正确的用眼方式,学校每年都会开展多次用眼健康讲座,并且保证孩子每天在学校的锻炼时间,在大课间鼓励孩子去操场锻炼,下课后到阳台远眺使眼睛得到休息等。

“其实,现在家长们对孩子的近视情况比较关注,一发现孩子有假性近视的情况,大部分家长都会及时带孩子去医院检查,并且佩戴矫正眼镜。”

#### 提醒

## 眼科专家: 近视重在防控

近视该如何防治?广东省中医院珠海医院从事20多年临床眼科的郑丽绵副主任医师提醒,近视重在防控,首先是控(控制其发展,防止眼睛度数加深)。

怎样才能做到有效的防控呢?郑丽绵认为,首先要尽早发现近视的先兆,提前一步把近视扼杀在萌芽状态。她提醒家长,如果孩子有下面几种迹象要引起重视:1、喜欢眯着眼睛看东西;2、看电视皱眉;3、频繁眨眼;4、歪着头看;5、成绩下降,精神不集中。如果发现这些情况要及时就诊。此外,最关键的是,在孩子3周岁后家长就要每半年带孩子到眼科接受专科检查。

“一旦发现孩子近视了,家长不要慌。”郑丽绵说,首先一定要到正规医院的眼科进行医学验光,合理治疗。在这里特别强调的是:给孩子验光,一定要医学验光,而散瞳就是医学验光非常关键的一步。通过散瞳可以区分真假近视,同时测出真正的度数,合理配镜。“假性近视”不用戴眼镜,不过“假性近视”也是在给家长和孩子敲警钟:如果再不注意用眼,长此以往,可能要弄假成真了。

对于家长问及什么食物对眼睛好、可以控制近视,郑丽绵介绍说,含钙、铬、维生素A、C及胡萝卜素的食品,包括动物肝脏、奶制品、蛋黄、胡萝卜、玉米、樱桃、枸杞等都可以多吃。

#### 初中:

## 部分班级一半以上孩子戴眼镜

对于初中学生的近视情况,珠海市第九中学副校长邓媛媛有很深的感触。“初中每个年级感觉都差不多,初三近视学生会比初一、初二略多一点,很多班级里一半以上的学生都近视。”邓媛媛说,一般学生们的近视度数在两三百度,深的也有八百度以上。

分析近视原因,邓媛媛同

样认为,不少学生爱躺着看书,手机等电子产品对眼睛的刺激也是因素之一。为了帮助学生们减少近视,除了做眼保健操,学校每天都要保证学生们一个小时的运动时间,同时举办“家长学堂”以及周末的“亲子志愿”活动,让家长多带孩子走出家门,到社区、到大自然中去活动和运动。

#### 高中:

## 部分班级九成以上学生近视

相比小学和初中,高中可谓是近视的“重灾区”了。部分高中老师表示,班级里有九成以上的学生近视,甚至有的班级里不近视的同学不超过5位。

“大多数学生的镜片都很厚,虽然没有统计过每个人的具体眼镜度数,但应该都是深度近视。”市一中的赵凤莲老师介绍,造成学生近视的主要原因是部分学生用眼方式不当,爱使用手机玩游戏,写字、看书姿势不正确等;同时也因为到了高中课业负担随之加重,用眼时间比小学和初中更长。

赵老师介绍,学校为了防止学生近视,保护学生的视力,同样用了不少心思。比如按时要求学生做眼保健操,每节课下课老师都会提醒学生

到教室外面远眺,让眼睛得到放松。“长时间用眼中间要休息一下,出去转转”几乎成了老师们的口头禅。

对于孩子的近视,家长们同样苦恼不已。市民李女士的儿子今年上高二。“虽然孩子成绩非常好,但是他平时很爱玩电子游戏,手机也经常不离身。”李女士说,经过一个暑假,感觉儿子的眼镜度数又加深了50度。

作为家长,李女士既希望孩子能够取得好成绩,又不想损害孩子健康。“但是没办法,想要好成绩这就意味着孩子的大部分时间要在室内。”她说,本来以为暑假孩子可以好好休息,结果因为暑假时间宽松,反而给了孩子更多玩手机打游戏的时间,近视度数因此加深。

统筹:本报记者 王帆  
文字:本报记者 王帆 刘联 见习记者 王晓君