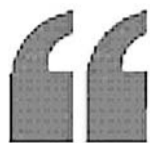


本报互动平台 1 拨打24新闻热线: 96706 6982110 2 搜索网址: http://taian.qwb.com.cn/ 3 @齐鲁晚报·今日泰山 http://tqq.com/jinritaishan

欢迎通过以上方式联系我们

# 开学前孩子扎堆医院眼科查视力

# 过寒假,眼镜厚一圈长了150度



寒假即将结束,医院眼科出现孩子扎堆检查视力的情况。岱岳区一名13岁男孩,假期结束后眼镜度数增加了150度。医生介绍,每年寒暑假都是孩子视力下滑的高峰期,长期使用电子产品是孩子视力下降的主要原因,同时,医生还提醒家长,让孩子养成良好的用眼习惯,每次看书、画画的时间不要超过50分钟。

文/片 本报记者 路伟



医生正为一名女孩验光。

## 玩手机看电脑 最易伤视力

目前,电子产品更新换代速度快,其独特的吸引力让孩子欲罢不能,假期间不少孩子的时间都被手机、电脑夺走。近视患者中,除了遗传性近视外,多数是不良用眼习惯造成的,这部分人能占到七成。“良好的用眼习惯可以避免近视的发生。”孙梅说,科技的发展给不良的用眼习惯提供了温床。

“人们长时间盯着电脑、手机屏幕看,很容易导致视觉疲劳,不知不觉导致近视。”孙梅说,使用电子产品时,电子屏幕有背光,瞳孔会不断进行收缩来适应光源的变化,眼睛的睫状肌会频繁运动,晶状体过度屈曲,增加屈光度,时间长了会引起调节性近视,如果不及时采取措施就会变成真性近视。如果在黑暗中长时间看手机容易诱发青光眼,甚至失明的危险。

## 看书画画弹琴 每次不超50分钟

对抗近视,医生介绍,关键在于预防,另外,尽早发现近视并且采取措施,有助于防止视力进一步下降。“如果视力下降到高度近视的标准,就很难再恢复了。”孙梅说。

“我觉得首先家长应该以身作则,不引导孩子玩电子产品。”孙梅说,看书、画画、弹琴等近距离视物时间不要超过50分钟,随后向远处眺望,每次10分钟,让眼睛充分地休息。另外,给孩子提供全面的营养。积极参加体育锻炼,增强体质,做到劳逸结合。

孩子视力下降一般都会有症状表现,孙梅提醒家长应该仔细观察,尽量早发现、早干预。“近视早期的表现主要有眯着眼睛看东西、看电视向前走、过度眨眼、在黑暗的地方视物不清,如果孩子有上述症状,应尽快带孩子到正规医院的专科进行视力和屈光检查。”孙梅说。

## 女孩眯着眼看电视,一天看七八个小时

随着电子产品更新换代,越来越多孩子视力下降,导致近视。岱岳区的李先生就为这事发愁。“假期期间,孩子天天在家玩手机、上网,有时候睡醒后就开始玩。”李先生说,这种状态一直持续了整个假期。

李先生13岁的儿子本来就戴眼镜,但是最近几天却说戴着眼镜也看不清,李先生随后带他到医院检查,经过验光发现,孩

子的眼镜度数分别增加了150度。

和李先生一样受困扰的家长不在少数,宁阳的黄女士过完年后发现自己9岁的女儿看电视的时候喜欢眯着眼,黄女士赶紧上网查询,发现好多孩子都有这一症状,并称有可能是近视。“看了之后赶紧带孩子到医院去检查了一下,医生说视力左眼视力0.6,右眼0.7。”黄女士说,当天就给孩子配上了眼镜,黄女士家里

没人近视,她猜测是因为孩子看电视时间太长导致的。

“假期里本来想让孩子放松一下,看电视也没怎么管,有时候一天看七八个小时电视,当时管管的话说不定就不会这么严重了。”黄女士后悔不已。

4日上午,记者走访泰城多家眼镜店了解到,开学临近,到眼镜店更换眼镜的孩子扎堆出现,不少孩子眼镜的度数明显上

涨。“有个初中生,眼镜本身就己经600度了,假期又长了100多度,像这种例子有很多。”东岳大街一家眼镜店工作人员说。

采访中,不少家长表示了自己对孩子视力的担忧。“现在电子设备这么多,吸引力又大,想要找到对孩子吸引力更大的东西难度挺大,现在每天除了吃饭睡觉外,手机都不离手。”家住御景龙城的马女士说道。

## 排队等着查视力,还有孩子玩手机

4日上午,记者来到泰安市妇幼保健院(市儿童医院)眼科门诊,看到候诊区域有十余名孩子正在等待检查,在候诊的间隙,还有孩子在玩手机。记者了解到,来医院检查的这些孩子除了一些弱视和斜视的患者外,多数患者是来治疗近视的。近视患者集中就诊的情况每年临近开学都会持续一段时间。

在泰山医学院附属医院眼科门诊,也有一些家长带着孩子来检查视力。“马上就要开学了,因为担心孩子视力恶化,耽误学习,就带他来医院检查一下。”泰城的韩女士说,她孩子从上一年级起就戴上眼镜,从那时起家人开始特别重视孩子的用眼习惯,现在孩子已经上四年级了,视力基本

上没有加重。

泰安市妇幼保健院(市儿童医院)眼科主任孙梅介绍,寒暑假是孩子视力下滑的高峰期,每年这个时间都是集中检查视力的时期。“最近一段时间,每天的门诊量大约有50个,其中有30个左右是来看近视的。”孙梅说,检查近视的人占到六成多。

随着电子产品的日渐普及,近视小龄化也越来越严重。这一现象引起了许多家长的热切关注。“长时间近距离看东西是导致近视的主要原因,假期期间,不少孩子的时间都被手机、电脑夺走,另外孩子学画画、弹琴、长时间近距离拼图也是长时间近距离视物,都是导致近视增长的原因。”孙梅说,



不少孩子和家长在走廊候诊。

齐鲁晚报·今日泰山 我们一直在你身边

# 我们就在你身边

新闻应该帮助别人,而不应该伤害人。如果报道做不到这一点,我们宁可放弃。

2014年,我们因你而变,让新闻更多温暖,给城市更多热量。

扫一扫,获取更多精彩内容



新闻热线 6982110 96706 (全省市话收费)

广告热线 | 6982118 发行热线 | 6982107

分类部 0538-5887601 5887602 新泰资讯部 15092830777 7210991 肥城专题部 18653881077 设计部 0538-6982105 邮箱:dmg666qlwb@163.com

