

# 戴上眼镜近视会越来越严重?

## 一级验光师王旭芳:没那么回事

家住泰山区的邱燕(化名)前天带15岁的儿子子裕(化名)去王旭芳眼镜复查视力,发现子裕近视度数已高达500度。而在半年前,子裕的近视度数只有300度。虽然孩子配了眼镜,但她却让孩子暂时不戴,谁料孩子的视力竟急剧下降。这到底是咋回事呢?为此,本报记者邀请王旭芳眼镜一级验光师王旭芳女士,为我们进行了权威解读。



## 配眼镜就找 一级验光师王旭芳

王旭芳,一级验光师,从事眼光15年,为3万余名屈光不正患者眼光配镜。王旭芳眼镜连锁旗下拥有2个品牌、25个店铺:王旭芳眼镜泰安校场街北首店、王旭芳眼镜新泰平阳路东方时代广场店、王旭芳眼镜新泰青云路杞都宾馆店、王旭芳眼镜新泰东周路市医院店、王旭芳眼镜沂源观鸣现代城店、王旭芳眼镜沂源振兴路店、姜玉坤眼镜博山西冶街北店、姜玉坤眼镜博山西冶街南店、姜玉坤眼镜博山新华店、姜玉坤眼镜博山老火车站店、姜玉坤眼镜桓台中心大街店、姜玉坤眼镜桓台张北路店、姜玉坤眼镜桓台中心大街分店、姜玉坤眼镜桓台惠任佳店、王旭芳眼镜莱芜凤城西大街店、姜玉坤眼镜莱芜新时代店、姜玉坤眼镜莱芜胜利南路店、姜玉坤眼镜莱芜金莱广场店、姜玉坤眼镜钢城钢都大街洪沟店、姜玉坤眼镜钢城钢都大街洪沟店、王旭芳眼镜钢城钢都大街银座商城店、王旭芳眼镜钢城钢都大街银座商城店、博山西冶街南首景德动店。

## 眼镜时戴时不戴 导致近视度数增加

邱燕告诉记者,儿子子裕平时喜欢看电视,还经常玩手机和iPad,有时连吃饭时也是边吃边看。不过她没有引起重视,并没有干涉孩子。今年3月,她发现子裕看电视的时候坐得越来越远,于是赶紧带着子裕去做了视力检查,发现子裕近视度数为300度。随后,邱燕为他挑选了近视眼镜。不过回到家后,她觉得子裕还小,眼镜能不戴就尽量不戴,观察观察再说。今年放暑假后,子裕被送到爷爷奶奶家避暑,她还特意嘱咐老人家不要给他长时间戴眼镜。

前天,邱燕将子裕接回后,发现他一直眯着眼,直喊看什么东西都不清楚。她赶紧带子裕去复查,才发现儿子的近视度数增加到了500度。经医生仔细问诊和检查后,发现导致子裕视力急剧下降的原因,就是孩子无节制地看电视、玩手机和iPad,还与佩戴眼镜不正确有关。

## 近视后别太早戴眼镜? 完全不是那么回事

对此,一级验光师王旭芳介

绍,有些孩子在小时候近视后,家长会坚持不给孩子配眼镜,认为一旦戴上近视眼镜就摘不下来了,戴眼镜后近视会越来越深的。

“其实完全不是那么回事。”王旭芳解释说,因较长时间不正确用眼导致的短期内视力下降,当发现孩子出现眯眼、视力模糊等现象后,要及时到医院检查并进行有效干预,预防假性近视变成真性近视。

对已确定是真性近视的孩子,如不及时在正规眼镜店验光检查视力,佩戴合适度数眼镜对屈光不正进行矫正,而是在外面资质不明的眼镜配镜中心随便配眼镜,就会使眼睛长期处于视物不清的情况;眯眼的动作会使眼球挤压,眼轴延长,从而加速近视的发展。也就是说,“如果科学验光,正确使用眼镜矫正视力,这么短时间内近视加重这种情况是基本不会发生的”。

## 配了近视眼镜 仍要注意用眼卫生

王旭芳介绍,根据2012年全国近视率调查显示,无论是学龄前儿童还是大学生,近视率都出现了上升趋势,其中小学生为32.5%,比2000年多出12.27%。

“造成近视的因素有很多,如

镜片质量、用眼习惯、学习任务重、周围所处环境、家庭生活、营养不平衡、户外活动不够等。”王旭芳表示,近视的孩子近视度数不断加深,并不是因为戴眼镜造成的,而是多方面因素造成的。王旭芳称,儿童、青少年正处于发育阶段,眼球会同身体一样随着年龄的增长而变长,因此近视也会慢慢加深,这也是孩子眼镜度数越来越深的主要原因。只有到了16岁后,人体的生长发育放缓,近视度数的增加也会放缓;而到了18岁左右,近视才会稳定下来。所以戴上眼镜也需要注意用眼卫生,否则度数一样会加深。

## 支招:保护孩子视力, 家长需知道这些事

注意劳逸结合,用眼一小时后一定要闭目休息5~10分钟,或眺望远方也可,防止眼疲劳;不在晃动、光线不好的车内看书;不要长时间盯着电视、电脑、游戏机;平时要养成良好的用眼卫生习惯;不要躺着看书看电视;多增加户外活动;保证营养摄入的平衡;定期带孩子到医院做眼部和视力检查;6岁以内的孩子不建议去看3D电影;不要用劣质太阳镜。

## 一级验光师王旭芳告诉你: 学生近视应该怎样合理配眼镜?

现在很多儿童都有视力问题,最常见的近视,需要配戴眼镜方可看得清楚。小眼镜里面有很多大学问?一级验光师王旭芳表示,给孩子配镜前家长一定要明白很多注意事项,配镜不佳,可能引发儿童视物不清、眼睛酸胀,以及头晕、头痛,眼镜验配是否合适直接关系到眼睛的健康,完备的验配流程包括全面的眼科检查,精准的验光并要挑选合适的镜架、镜片。

### 儿童全面的眼科检查十分必要

儿童年幼,不能准确地表达自己的感觉,部分眼病又无特殊症状,因此,家长要细心观察,如果发现孩子出现看东西时眯眼、挨得很近、怕光,或者歪头、偏脸等异常现象,就必需带孩子去有资质的专业眼镜店或者医院咨询,以便及早发现弱视、斜视、屈光不正等眼病。如有眼病家族史,则需要更加谨慎。尤其是经常用眼、使用电脑、看电视、打游戏,经常眼睛疲倦,睡眠不足还有看东西模糊的视力衰退人士。

### 戴眼镜会令度数不断加深吗?

王旭芳称,如果怀疑儿童近

视,应先排除假近视。如果孩子只是假近视,不一定需要戴眼镜,一般可以通过眼部运动及注意用眼习惯用来改善。如果经检查是真性近视,应该及早佩戴同时度数要配足。随着儿童的生长发育,眼球也会生长,近视度数会因此逐渐加深,而不是因为戴眼镜的缘故。要注意的是,如果儿童处在发育期间眼镜度数不配足,眼睛就会像未完全对焦的相机,有研究发现眼镜配不足度数有机会导致眼球加快生长,增加度数加深速度。

### 选择合适的镜架很重要

王旭芳提醒,幼儿眼镜之镜框(架)须要舒适、安全、坚固耐用,并且有吸引力。镜框最好能配合小孩子的脸型、年纪,并考虑儿童的活动情况(文静或好动)。挑选儿童用镜架,要根据儿童的脸部胖瘦、鼻梁的高低等因素。儿童鼻梁大多数比较低,应选镜架鼻托高的,或选鼻托可调的活托架。儿童眼镜应有足够的视线领域。由于儿童活动范围很广,所以尽量不要选择会产生阴影及视线死角的镜框,也要避免太大的镜框或太长的挂角。

### 材质轻便

选择儿童眼镜须注意重量。儿童用眼镜,首先要考虑的是眼镜适于儿童鼻子的重量。但也要特别注意对度数较高的儿童,在镜框选择上尽量避免超轻可拆卸的镜架,以免造成宝宝配戴过程中眼镜配戴不牢稳,容易滑落等问题。也可选用矽质鼻垫将镜框垫高,防止滑落。

### 安全不易损坏

大多数儿童顽皮好动,对眼镜的摘戴、摆放不太在意。现在大部分小朋友的镜架都选择钛金属或超轻塑胶,它们兼备了高硬度和超弹性的特质,不易损伤。也可以考虑儿童专用框,以增加镜框的使用年限,并减少意外折断对孩子造成的潜在危险。

王旭芳称,儿童配眼镜,度数要准确,配戴后影像要清晰、视力效果要好,没有眼睛或其他不适,如果符合以上原则,就可以被认为是一副好的眼镜。儿童戴眼镜是有些困难,家长更不要把戴眼镜“小题大作”,以平常心看待。在给孩子配镜时,按照以上正规的守则进行,一般都可以得到良好的效果。



泰安总店:0538—8987977(农大南门)



新泰一店:0538—7234977  
(平阳路银座东方时代广场斜对过)



新泰二店:0538—7224977(不夜城南首)



新泰三店:0538—7214977  
(新泰市东周路市医院对过)

# 70岁以上老人凭身份证免费配镜, 立享价值88元眼镜一副。