

假期用眼过度,眼科小患者扎堆

看电视、玩电脑致近视学生激增

本报记者 王尚磊
通讯员 刘璇

记者走访发现,连日来,城区医院眼科门诊的小患者激增。这种现象与假期中孩子们无节制地看电视、玩电脑导致用眼过度有关。一个假期下来,不少近视小患者因为近视度数加深来重新验光,不少孩子的度数加深了75度、100度,甚至200度。



医生正在为近视的小患者测视力。本报记者 李军 摄

开学前孩子扎堆配眼镜

新学期即将开始,新一轮学生配镜热潮也悄然来临。连日来,聊城市光明眼科医院就有很多近视小患者扎堆配镜,这其中大多数都是由于假期里无节制地看电视、玩电脑导致的。记者采访发现,一个假期下来,不少孩子出现了视力问题,学生配镜呈现出明显的低龄化趋势,而且眼镜的度数

加深很快。

医生介绍,近几天来医院配镜的近视小患者扎了堆。在众多小患者中,9岁的乐乐被医生诊断为用眼过度出现了视疲劳。他的家长说,孩子放假在家天天以电脑游戏为伴,结果出现了频繁眨眼、干涩、视物模糊等症状。

聊城市光明眼科医院眼

视光专家侯跃双介绍,在这些近视小患者中,大多数都是由于假期里无节制地看电视、玩电脑导致的。侯跃双认为,学生视力下降、配镜者增多,跟大量的课业负担和长时间电脑操作致使用眼过度有关,尤其是在假期孩子大多数时间都用于玩电脑、手机、看电视,增加了眼睛的疲劳。

根据粗略统计,眼科门诊假期中平均每天接诊的中小學生有150多人,医院每年接诊近两万名存在近视、弱视等问题的中小學生。眼科医生表示,一个假期下来,不少近视小患者因为近视度数加深来重新验光,不少孩子的度数加深了75度、100度,甚至200度。

劣质眼镜也是视力的“隐形杀手”

“假期快结束了,孩子突然嚷嚷说,戴原来的眼镜看不清楚了。”在聊城市光明眼科医院眼视光科验光室,李女士正带着读初一的儿子来验光。验光结果显示,她儿子的双眼近视度数都加深了50度。

聊城市光明眼科医院眼视光科医生介绍,学生视力下降、配镜者增多,除了长时间玩电脑、看电视等原因之外,少数劣质眼镜也会损害青少年的视力,而这一点往往容易被学生、家长忽视。劣质眼镜

对青少年视力的损害具有持续性、隐蔽性等特点,可谓“隐形杀手”。

“劣质眼镜初配时问题一时难看出,但使用时间一长或经数年后,眼睛则会发生众多的疾病,有些甚至成为久治难

愈的顽疾,给生活和工作带来很大的不便。”聊城市光明眼科医院眼视光专家侯跃双说,劣质镜架变形和镜片光学指数的改变也是造成眼睛疾病的原因之一,但常没有引起人们足够的重视。

小孩子可能不光是近视有的弱视

另外,小患者扎堆眼科门诊的现象在聊城市眼耳鼻喉医院同样存在,假期里这里接诊的孩子比平时也多出了两三倍。除了孩子近视的问题外,专家还特别强调有的孩子看不清东西,视力减退,家长就怀疑孩子近视,带着孩子到无资质的

眼镜店配戴眼镜,结果更加加重了孩子的视力减退,往往是到医院检查时才被发现。

专家表示,弱视与近视根本不是同一种病,弱视对儿童视功能的危害比近视大得多。近视眼是由于眼调节肌肉睫状肌过度紧张或遗传等原因

造成眼轴变长引起的看远不清楚,看近清楚的眼病,戴镜后矫正视力多可恢复正常,而弱视是一种视功能发育迟缓、紊乱,常伴有斜视、高度屈光不正。戴镜视力也无法矫正到正常的眼病,两种病有本质不同。

专家表示,因为近视仅仅是视远时视力下降,不伴有其他视功能损害,视力矫正不受年龄限制;而弱视患儿不仅视力低下,不能矫正,还可能有双眼单视功能,无立体视,今后不能胜任驾驶、测绘及精细性工作。

高糖高热难消化 元宵好吃莫贪嘴

本报聊城2月13日讯(记者 李璇) 每逢元宵佳节,各种口味的元宵都将成为市民餐桌上的宠儿。不过营养专家提醒,元宵虽然好吃,但属于高糖分、高热量食品,且不易消化,切莫过多食用,而糖尿病等患者更应谨慎食用。

13日,记者采访中发现,不少市民购买元宵时都出手“阔绰”,有的甚至一口气买了七八袋。振兴路一家超市里购买元宵的杨女士说,由于家人都喜欢吃元宵,她每个口味都买了一种,由于考虑到老人不能吃得太甜,她还特意选购了两袋木糖醇元宵。

对此,聊城市人民医院营养科的医生介绍,油炸元宵是高糖分、高热量的非健康食品,油炸会使元宵的油脂比例更高。而且由于元宵大多数是冰冻的,如果放在热油里容易炸锅,弄不好会烫伤,建议大家最好还是煮着吃。

该医生介绍,元宵虽好吃,但一定要注意食用量,吃多了不易消化,尤其是一些老年人和孩子,一般吃上一两个就可以。该医生还提醒,吃元宵时不能太烫,也不能大口大口地吃,否则很容易烫伤口腔和食管粘膜。

街头散装元宵 须谨慎购买

本报聊城2月13日讯(记者 李璇 通讯员 王迎晓 李凤霞)

近日,阳谷县质监局对阳谷县城宝福邻、上海华联、好乐家等6家商场超市销售的定量包装商品元宵净含量进行计量监督抽查。

此次检查重点为定量包装商品净含量标注的准确性、法定计量单位使用情况,以及有无生产日期和保质期等,共抽查科迪、思念、好利来、三全凌等一些国内知名品牌元宵产品20余批次。从检查情况看来,销售的元宵净含量均符合国家规定要求。

同时,该局工作人员提醒广大消费者,不要贪图方便和价低随意购买街头加工摊点的散装元宵。尽量去大型超市或正规商场购买有品质保证的食品,也可购买外包装印有“C”标志的元宵,“C”标志是定量包装商品净含量足量标志。