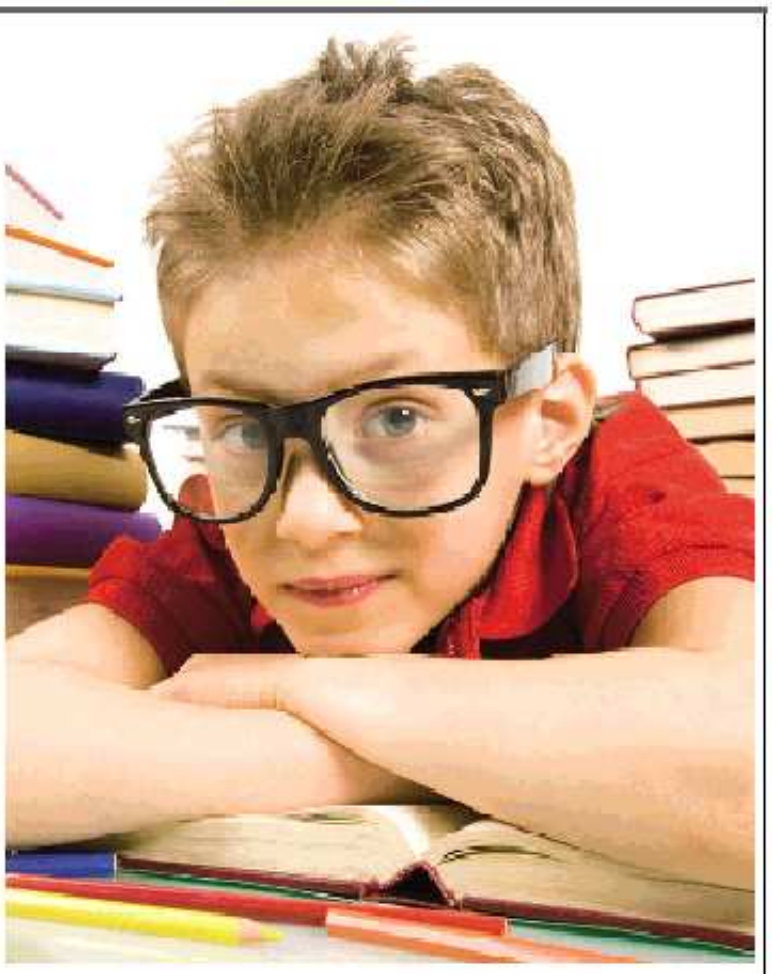
儿童"近视眼"为何越来越多？



电脑、电子游戏机、电子学习机如今已渗透到孩子的学习和生活中。然而，随着电子学习工具的普及，加上繁重的学业负担，小学生中的"近视眼"也越来越多。每年暑假期间，市区各大医院眼科门诊都异常忙碌，家长们纷纷利用假期来给孩子检查视力。

>>电子产品成为少年儿童视力"杀手"

临沂市妇幼保健院眼科李[illegible]介绍，少年儿童视力下降主要是由于近视[illegible]。近视[illegible]儿童，多数是弱视和斜视，造成这种现象有遗传因素[illegible]，而主要是由于没有养成良好的用眼习惯，长时间过度用眼。

少知、儿童还处于[illegible]阶段，[illegible]时间增长，[illegible]。[illegible]，[illegible]。

有的孩子会下意识[illegible]，[illegible]，[illegible]能造成视力急剧下降，如不及时治疗，就会转成弱视，李医生介绍，近年每暑假期都是眼科最忙的时段，双休日至少上班，每天平均[illegible]个医生上门诊，门诊量约在[illegible]人左右，其中小学生[illegible]近了50%，几乎成了一种现象。每年[illegible]很多家长带孩子来治疗眼睛，门诊量明显上升，[illegible]孩子又个大小视力下降的比率[illegible]。

>>改善少年儿童视力下降重在预防

专家建议，从孩子能辨识文字表开始，最好每年进行一次视力、屈光眼底检查。不论视力正常与否，如发现异常，在专业医师指导下，及时治疗。[illegible]，[illegible]。

[illegible]

预防近视好习惯

1.阅读时，书本与眼睛的距离应保持在30—35厘米之间，距离小于25厘米时，眼睛需要长时间调焦，容易疲劳。

2.不要躺着看书，一方面不易保持合适的距离；另一方面，侧卧容易导致自然光线和人工照明，容易出现视疲劳。

3.阅读时光线要充足，灯光亮度太大，角度不合适，不要直接照入光线下看书，以免刺激眼睛。

5.连续阅读的时间不宜过长，每阅读40分钟后，应休息10—15分钟，可做眼保健操，采用绿色植物、蓝天白云的远眺，放松眼睛。

6.坚持做眼保健操，有助于解除眼肌疲劳，增强眼部血液循环，达到预防近视和保护视力的目的。

中国孩子近视率竟高达60%，居世界第一，现状极为堪忧！

六一节，不得不提起的沉重话题

记者 钱鹏 冯志国 通讯员 高亮

[illegible]

疑问：今天的孩子难道一定要近视吗？

[illegible]

忧虑：中国孩子近视比例逐年提高！

[illegible]

突破：让孩子远离近视，有了新方法

[illegible]

专家：预防近视要选择防眩光源！

[illegible]

[illegible]

家长：孩子戴上小眼镜 换台灯才有希望戒掉

[illegible]

家长：孩子上学，必须有一盏防近视台灯

[illegible]

后记：有兰科技，中国学生健康照明倡导者

[illegible]

家长：孩子戴上小眼镜 换台灯才有希望戒掉

[illegible]

后记：有兰科技，中国学生健康照明倡导者

[illegible]