

眼镜店里六成顾客是学生

专家建议家长严格控制孩子用眼时间

假期本是孩子放松娱乐的时间,然而每到假期,不少孩子却因用眼过度不得不到医院验光配镜。近日,记者走访商河眼镜店和商河县中医院了解到,假期不合理用眼是致使学生视力下降的一个重要原因。医生提醒,为保护孩子视力,家长要控制孩子看电视、电脑的时间,以防用眼过度。

文/片 本报记者 邢敏

假期视力下降厉害 中小学生扎堆配镜

“孩子看电视离屏幕越来越近,还一直嚷着眼睛不舒服,就带他来看看。”14岁的张杨和母亲杨女士正在中医院眼科门诊就诊。杨女士称,女儿以前看电视还能坐在沙发上离得稍远一些,现在看电视时总是坐在离电视不足一米的地方,而且一直都眯着眼睛。她感觉不对劲儿,并且孩子一直说眼睛不舒服,就带女儿来医院查视力,竟发现女儿两只眼睛都近视200多度。

“这孩子才刚上初中一年级,怎么就近视成这样了?”张女士拿着医生刚刚开具的验光单据,看着上面的数字有些不敢相信。记者看到,上面写着“左眼-200、右眼-250”。张女士称,孩子平时喜欢看电视和玩游戏,一到假期玩得就更起劲了,作为家长她并没有太在意,没想到孩子竟然近视了。“可能最近对着电脑时间太长了吧。开学后可能让他再玩游戏、看电视了。”杨女士分析近视的原因说。

在该医院的验光室里,12岁的王子祺正在妈妈李女士的陪同下进行验光。李女士说,她和孩子爸爸都是近视眼,为了防止

孩子和他们一样,她在平常已经控制了孩子看电视的时间。“儿子假期里每天看电视的时间倒是不长,但是儿子喜欢玩平板电脑和大人的手机。没想到去医院一检查,两只眼睛都300多度。”“我平时没怎么看电视,每天玩一会儿家长的手机,眼睛就看不清楚了。”王子祺说。

“平时看电视只离了一米多远,也不知道怎么就得了这种病。”住在商河县旭润新城小区的9岁的梦彤今年该上小学三年级,与小区内的其他孩子相比,她不是近视,而是斜视。看漂亮的女儿看东西要斜着眼睛,爸爸王先生有些心疼。他说,孩子近期刚刚佩戴了眼镜,她自己有时不很习惯,老是忘记带。“平时孩子看书离得很近,看电视的时候躺在沙发上看,不知道是不是不正确的坐姿和孩子的斜视有关。

除了避免用眼过度 还要注意饮食均衡

14日中午,记者来到位于商中路的康明眼镜店内,正逢周一,该营业大厅内里前来检查视力的中小学生并不是很多。店内工作人员介绍说,学生配镜主要集中在周末。在前一阵子开学前,在家长的带领下,很多学生在配镜大厅内查眼底、验光,挑选自己中意的镜框。



在一家眼镜店内,工作人员正在为学生配镜。

“前来配镜的人员以学生为主,其中中学生的配镜率能达到60%以上,而且人数一年比一年多。电脑和手机对眼睛的伤害其实是很大的。”康明眼镜店的潘经理称,每年假期过后,都会有家长带学生前来配镜。在假期里,孩子户外活动太少,长时间的学习或游戏,眼睛如果没有好好休息的话,很可能造成近视。如果家长不控制孩子玩电脑、手机或者看电视的时间,一个假期孩子的眼睛就可近视几百度。“有些孩子近视之后,可以通过我们视功能保健进行恢复。假性

近视如果不及及时纠正治疗,时间长了就可能形成真性近视。那样的话就只能戴眼镜进行控制了。”潘经理说。

“前来验光配镜的孩子里,近视、远视、斜视的都有,但主要以近视为主,而且度数都不是太低。年龄的话也是呈年轻化趋势。”商河县中医院眼科的张主任称,前来医院进行检查配镜的以学生和老年人为主,学生是因为用眼习惯不好导致近视,而老年人主要是得了老花眼。张主任称,孩子近视的因素是多方面的,主要是日常生

活中用眼不当,看书写字姿势不正确,看电脑电视,玩手机时间太长所致。

“家长平时一定要注意孩子的饮食均衡,让孩子少喝碳酸饮料。”张主任称,预防近视,除了注意日常饮食外,家长要注意孩子看书写字的姿势,不要让孩子离书本太近,也不能让孩子长时间近距离对着电脑、电视或者手机等电子产品,以免用眼过度引起近视。孩子对着书本或者电子产品一段时间,要远眺几分钟缓解眼疲劳,同时每天上网或看电视时间不宜过长。

齐鲁晚报

阿里公益

视觉公益大赛

中共山东省委宣传部 山东省文明办 齐鲁晚报 阿里公益

仁者，人也

义，亦我所欲也

道之以德，齐之以礼

信，言合于意也

以和为贵

