

天津市三年校园视力筛查结果出炉

中小小学生视力 存在六大问题

近年来,我国儿童青少年近视率居高不下,近视低龄化、重度化日益严重,成为困扰儿童青少年、家庭、学校、社会的重大公共卫生问题。近日,本市2024年上半年青少年校园视力筛查和近视防控工作正式启动,预计6月完成上半年筛查,筛查人数达80余万。从天津市眼科医院获悉,由该院视光中心承担的全市中小小学生视力筛查工作,在三年时间内共完成415万余人次中小小学生视力筛查,数据分析结果凸显出天津市中小小学生六大视力特点。

特点一

超半数学生裸眼视力不良,近视是主因

“我们在筛查当中发现有一半孩子,裸眼视力没有达到1.0,这些孩子大多是近视了,也可能是散光、远视、弱视以及某些眼睛疾病造成的。”全国综合防控儿童青少年近视专家宣讲团成员、天津市综合防控儿童青少年近视医疗卫生专家组副组长、天津市眼科医院视光中心主任李丽华介绍,超过50%的儿童青少年裸眼视力不良,其中大多数没被家长发现或重视,正说明筛查工作的重要价值所在。对于这样的孩子,筛查队员们会及时给予家长提示,建议家长尽早带孩子到专业眼科机构进一步检查。

然而,一、二年级的小朋友,有的时候视力不好可能是假象,因为这个年纪的孩子初次检查视力,往往十分紧张,有可能出现左右不分的情况,情急之下说错视标方向。李丽华主任也特别提醒,小学阶段是孩子们一生当中视力变化最快的阶段,而小学时间跨度大,因而家长们应当养成带孩子定期检查眼睛的习惯,及早发现问题,及早给孩子矫正视力。

特点二

小学阶段近视率增长快,三年级是高峰

筛查结果显示,小学阶段儿童青少年视力变化快,平均每升一个年级,近视率增加10个百分点。其中,三年



级是近视发生高峰期。到了初中和高中,近视年增长率分别为5%与3%。

李丽华主任表示,这一特点可能与小学阶段儿童眼球还处于发育期,极易受到不良用眼习惯和环境影响等因素有关。家长应格外关注幼儿园到小学三年级这个年龄区间的孩子眼健康问题,最好每半年带孩子查一次眼睛。即便进入小学中高年级,甚至到了初中、高中,也应至少每年做一次全面的视力检查。对于近视增长较快的孩子,比如每年近视增长超过75度,或是眼轴每年增长超过0.23毫米,一定要每半年进行一次视力和屈光检查。

特点三

近视学生戴镜不足半数,小学较为突出

尽管近视现象突出,但筛查发现,近视者戴镜的人数却不足一半,这个现象在一、二、三年级学生中更为突出,女生比男生突出。

“很多家长都觉得孩子年纪小,是不是等长大了眼睛会变好,就不需要戴眼镜了。还有一些家长认为,戴镜后近视度数会更快加深,甚至戴了眼镜会让眼睛变形等。但事实上,近视后越不戴眼镜近视度数增长越快,越容易发展到高度近视,长时间近视欠矫是孩子近视度数过快增长的重要原因。”筛查和日常门诊中遇到许多近视却不戴镜的孩子,李丽华主任深感心痛,“家长已经知道孩子近视了,但就是不给孩子配眼镜,直到孩子变成高

度近视,这个后果是不可逆的,也是眼科医生最不愿见到的。”

特点四

戴镜学生矫正不足,这个现象普遍存在

筛查结果显示,中小学戴镜者普遍存在矫正不足现象,这一现象与眼镜配戴不合适、未能定期更换或调整眼镜等因素关系密切。

李丽华主任介绍,眼镜也是有寿命的,就像食品一样,也有“保质期”,一副眼镜戴许多年只会伤害孩子的眼睛。

研究显示,欠矫也就是矫正视力不足更容易导致近视增长。因而建议家长带孩子配眼镜后,应该定期带孩子进行眼睛检查和眼镜检查,及时发现屈光度的变化,及时换镜,科学、正确地进行矫正。

特点五

每5个高中生中,就有1个达到高度近视

筛查数据还显示,天津市青少年高度近视在高中阶段达到20%的比例,即每5个高中生就有1个高度近视。

李丽华主任说,临床上近视度数超过600度被称为高度近视,筛查中发现,本市高中生中,高度近视比例达到20%,有些学生近视甚至达到1000度以上,令人触目惊心。

“从全球情况来看,高度近视占比基本在10%左右,而我们的高中生已

经达到了20%。”李丽华主任说,高度近视是不可逆的,即便成年后去做激光手术矫正,高度近视仍然可引起白内障、青光眼、黄斑病变、玻璃体浑浊甚至视网膜脱离等严重后果,50岁以后的致盲风险非常高。李丽华主任表示,并不是所有的高度近视都会变成病理性近视,但无论如何,一旦发现高度近视,就应每半年查一次眼底,“给眼睛照张相”,尽可能早地去发现眼底风险,做到早期干预。

特点六

正视状态者,也存在一定比例视力不良

筛查数据显示,视力正常的学生中,也存在一定比例的视力不良问题,但这往往被家长忽略,进而因缺乏矫正影响到孩子的眼健康。

“我们的筛查工作叫普筛,普筛的两项主要工作是屈光度的检查以及视力的检查,屈光度检查也就是人们常说的‘打一个电脑验光条’。即使这两项数据都正常,也不能完全说明孩子的眼睛就没有问题。”李丽华主任举例说,她们在筛查中常常见到孩子的视力经检查为1.0,但同时存在较大的“混散”问题,即近视300度的同时,散光也有300度,近视与散光“相结合”,孩子可能眯一下眼睛就能看到1.0了。但实际上,这会严重影响孩子的视觉健康,导致孩子出现明显的视疲劳,甚至阅读障碍等,影响学习成绩。

专家说

近视防控并不难 试试这套组合拳

1. 早期建立眼健康档案,定期检查,发现问题及时干预;
2. 日常用眼掌握20-20-20原则,即每用眼20分钟,眺望20英尺(约6米)外20秒以上;
3. 每天晒太阳能达到2小时最好,或者每周户外运动14小时;
4. 减少手机、平板等视频终端的使用时间;
5. 充足睡眠,少吃甜食,多吃颜色丰富的蔬果。

新报记者 李文博

图片由天津市眼科医院提供

“衔”一缕春光 “接”美好未来

和平区中心小学举行幼小衔接展示活动

幼儿园孩子的好奇与向往,小学萌娃们的喜悦与友善,共同交汇成创造园里别样的“春景”。昨天,和平区中心小学的创造园里来了一批小客人,这是和平区中心小学与协作签约幼儿园联合举办的幼小衔接综合实践暨一年级校园生活展示活动。

红领巾讲解员们带着小朋友们参观了木工坊、朗读亭、校园书吧等活动区域,让小客人“沉浸式”感受小学校园的快乐氛围。

当孩子们走进一年级课堂,轻松愉悦的课堂氛围令小朋友们睁大好奇的眼睛,流露出对小学学习生活的期盼。

大课间的课间操、绿茵场上的足球小子也吸引了小朋友的目光,他们不由自主地跟着音乐舞动,为球场上的瞬息变幻欢呼、尖叫。

据了解,该校还会继续开展形式多样的幼小衔接系列活动,为幼儿园的孩子们迎接小学生活做好扎实的准备。 新报记者 解青 摄影报道



津城开启回暖模式 周五气温直逼30℃

最近这两天,在冷空气影响下,本市气温出现明显下降,昨日天空依旧阴沉,最高气温在16℃左右,昨夜本市大部分地区以阴天为主,蓟州、宝坻夜间有分散性降雨。

今起,津城开启回暖模式,最高气温重回20℃+。预计今日最高气温将升至24℃左右,本周五,最高气温将在29℃左右。气温回升阶段,白天暖意融融,迎来夏日初体验。夜间最低气温也可达16℃左右,早晚时段体感比较舒适。

气象专家表示,白天时段暖意明显,较适宜进行户外活动,不过杨柳絮将进入盛飞期,建议易过敏人群外出做好防护。春季天气多变,回暖之后还会降温吗?根据气象监测,预计周日天气将再次转阴,最高气温也将有所下降,提醒市民关注临近天气预报,及时调整穿着,谨防感冒。今日晴间多云,微风,最高气温24℃,最低气温7℃。 新报记者 张珊珊

