

【公益】视力筛查进校园，守护儿童青少年视力健康

台州市立医院 前天

—— 点击蓝字，轻松关注



视力筛查 进校园



守护儿童青少年视力健康

为深入开展“我为群众办实事、我为企业解难题、我为基层减负担”专题实践活动，汇聚党员力量，发扬志愿精神，以志愿服务的实际行动为医院高质量发展、台州健康事业贡献力量，台州市立医院组织开展“学党史 庆国庆 践使命”主题志愿服务系列活动。

视力筛查进校园 志愿服务活动

为落实《健康中国2030规划纲要》和《综合防控儿童青少年近视实施方案》，台州市立医院医院眼科中心开展“学党史 庆国庆 践使命”视力筛查进校园志愿服务活动，汇聚党员力量，发扬志愿精神，对学生近视等常见病和健康影响因素进行及时监测与针对性干预，为台州市的儿童青少年视力健康保驾护航。



10月11日到10月20日，台州市立医院眼科视光中心的医生们及眼科党支部的党员们来到椒江区10所幼儿园、中小学、高校，累计为3000多名学生提供公益科普和视力筛查服务。现场，医生对学生们的视力检查、屈光检查结果进行耐心分析，并给出就诊意见。同时，为学生们普及保护视力知识，帮助学生们掌握爱眼、护眼小技巧。







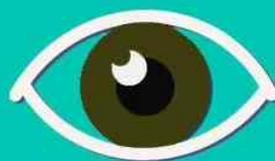
此次活动不断推进了学生常见病和健康影响因素监测和干预工作，也不断推动“我为群众办实事、我为企业解难题、我为基层减负担”专题实践活动走深走实。

01:16

儿童青少年 近视防控小贴士

儿童青少年近视问题
一直是社会各界、师生家长

关注关心的问题。
防控近视有最佳时机吗？
如何养成良好用眼习惯？
家长需要提前关注孩子哪些行为？
我们一起来看看——

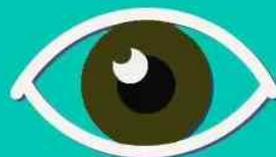


爱护眼睛，

家长需要提前关注孩子哪些行为？

一是家长从外观上观察孩子眼睛有无明显异常，例如上眼睑下垂、斜视、瞳孔发白等。

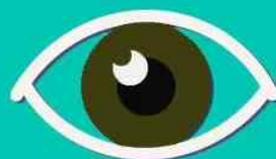
二是观察孩子的视物习惯，例如孩子喜欢歪头看东西、眯眼睛看、凑近了看，或者明显发现别人都能看见的物体，孩子看不清楚。这些都提示家长应该带孩子去医院检查眼睛。



真性近视、假性近视

“傻傻分不清”？

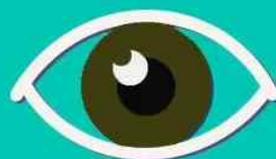
真假近视需要医生检查、科学判断。假性近视是由于过度用眼和疲劳引起的眼睛调节紧张与痉挛所导致的暂时性的近视状态。判断是否真性近视，需要去医院散瞳验光，只要验出来没有近视度数，就不是真性近视。



防控“小眼镜”有最佳时机吗？

从出生开始就应该重视起来。我们生下来都有一定的远视储备，储备消耗得越快，就意味着可能越早进入近视状态。两岁以内避免使用电子产品，大一点的孩子控制使用时长，学习、生活、工作必须使用电子产品的，尽量提高效率，减少使用时间。

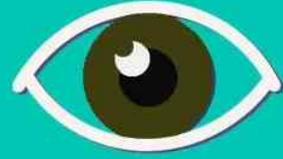




使用电子产品是否会加速近视？

长期、过度近距离用眼是导致近视的一个重要因素。如今，电子产品的使用比例越来越高，时间上不易控制，很多人不论是一天总时长，还是单次使用时长都超出眼睛能承受的范围，从而造成眼睛负荷过重、过度疲劳，增加近视风险。

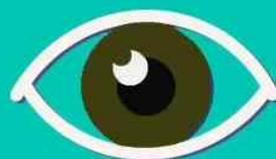




儿童青少年如何养成良好的用眼习惯？

近距离读写20分钟，远眺20英尺（约6米）以外至少20秒。保持良好坐姿，看书写字要有距离。胸与桌子间隔一拳，眼睛与书本距离一尺，握笔手指与笔尖距离一寸。此外，看书写字光线很重要，不可太亮、太暗。如使用台灯，要有背景光源。

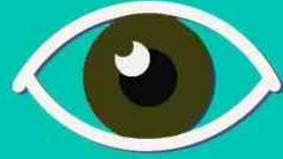




眼镜“戴上就摘不掉”？ 发现近视该马上戴眼镜吗？

发现近视后，要及时到医院进行检查，按照医生建议佩戴眼镜，并定期复查。长期不戴眼镜，孩子为了看清楚远处的物体，会过度调节让眼睛更疲劳。不但不会减缓近视度数，反而会加重近视的进展。





戴角膜塑形镜有何限制和要求？

角膜塑形镜俗称OK镜，对近视进展有一定的延缓作用。并不是所有人都适合角膜塑形镜，需要去专业医院，由医生判断是否可以佩戴。此外，角膜塑形镜需要每日摘戴，要注重手部卫生及对产品的清洁。角膜塑形镜有可能轻微增加角膜损伤和感染的风险，因此需要定期检查。

@新华社

视频 | 椒江广电中心
科普图片 | 新华社微博
编辑排版 | 宣传统战部
审核 | 伍海建 李皖生



台州市立医院微信公众平台



敬畏生命 追求卓越



台州市立医院眼科中心公众平台



敬畏生命 追求卓越