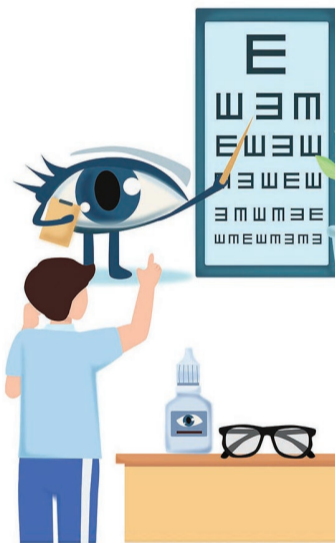


# 开学迎来“配镜热” 眼科门诊娃扎堆

专家提醒:近视患儿要控制近视进展 规律验光及时配镜很必要

## 早报会客厅

经过一个寒假的“洗礼”，很多孩子的近视度数都发生了新变化，眼科医院迎来视力检查、换镜配镜的高峰。上周六一大早，记者在山东第一医科大学附属青岛眼科医院燕儿岛路院区看到，视光中心已经排起了长龙，其中多是前来验光配镜的中小学生。医院眼视光与接触镜科主任杜显丽建议，近视患儿有必要在新学期开始进行重新验光，若度数有变，则需要更换合适的眼睛。



预防近视从娃娃抓起。



### 名医档案

**杜显丽** 眼科学博士、副教授、副主任医师、硕士生导师，山东第一医科大学附属青岛眼科医院眼视光与接触镜科主任。国家医疗器械技术审评中心特聘专家，中国女医师协会视光学分会专家委员，中国老年医学视光学工作委员会委员，中国民族卫生协会眼学科分会委员，医促会视觉健康分会委员，海峡两岸医药卫生交流协会眼科学分会委员，国际角膜塑形学会亚洲分会资深会员(SIOA)。

临床方面主要从事屈光不正矫正、接触镜验配、近视防控，弱视及双眼视功能异常诊治，圆锥角膜交联手术及非手术治疗。应用基础研究方向是，接触镜相关的绿脓杆菌性角膜炎研究及载药接触镜在眼科疾病中的应用。

3·15 健康热线  
82888000

明明白白就医看病，医疗消费遇到问题，请拨打早报健康热线82888000，我们帮你解决！

## 配眼镜不能拖

### 科学戴镜及时防控

“这几年，每逢寒假、暑假开学，都会遇到家长带着小孩来眼科检查的高峰。特别是会看到家长带着年龄很小的孩子来配眼镜。”对此，杜显丽有点习以为常，但也颇感无奈和难过。

“我女儿的老师反映，孩子看不见黑板上的字，看东西经常眯着眼睛。”带着女儿从胶州赶来就医的杨琴(化名)告诉记者，“3年前，女儿就已经出现了这种情况。但那时怕戴眼镜影响孩子活动，现在女儿看电视、玩手机距离越来越近，这才来医院就诊。”

“很多家长认为戴上眼镜，就是近视；不戴眼镜，还能坚持一下。”对于杨琴的观点，杜显丽并不认同，“一旦出现近视，且医生建议佩戴眼镜，就应该佩戴。如果怕影响户外活动，可以选择在活动时摘镜。”

目前还有不少家长存在认识误区，认为戴眼镜是加深近视的“帮凶”，但事实上，戴眼镜不仅不会加深近视，还能帮助孩子们在学习生活中，获得良好的矫正视力，防止眼睛过度疲劳。如果近视后，影响到学习生活，又不采取矫正手段，会加重眼睛的疲劳，导致近视度数加速发展。

“家长应该成为孩子近视防控的守门人。”杜显丽提醒说，如果家长发现孩子眯着眼睛看东西、经常性揉眼睛、看电视越坐越靠前等情况，就应引起重视，“这时，应该去专业的眼科医院检查，而不应匆匆去眼镜店确诊是否近视，因为孩子的第一副眼镜对其视力至关重要。”一般来说，近视度数超过200度时建议全天佩戴眼镜，时摘时戴会使眼睛经常处于远近物均不清晰的状态，容易加深近视。近视低于200度可以选择看远时戴镜，看近时摘镜。

## 新学期开始

## 戴眼镜的同学增多了

新学期开始，上五年级的小周同学戴着刚刚配好的眼镜来到班里时，发现自己的3个好朋友竟都架起了眼镜，这让他哭笑不得。他对记者感慨：“我要和我的‘难兄难弟’一起对抗近视。”

记者调查发现，像小周同学一样，在新学期戴上眼镜的学生真不少。记者对数十位中小学生进行调查后发现，他们近视的原因有看手机、玩手游时间过长，长时间用不正确姿势看书，长时间进行读写等，其中大部

分同学承认和假期里长时间看电视、玩手机大有关系。在采访中，很多中小学老师也表示，每到新学期开学，班里总会多出几个戴眼镜的同学，相比于平日，同学们的近视发生率要高不少。

同时，记者从青岛眼科医院了解到，每到开学前后，中小学生学习、配眼镜人数都会暴增。今年春节过后至今，因为屈光不正前来验光配镜的患儿增加尤其明显，平均每日门诊量都在五六百人次。

## 控制近视进展

## 规律验光十分有必要

上周六一早，眼科医院的候诊患者络绎不绝，记者了解到，其中不少家长发现经过一个寒假，孩子的视力又下降了，开学后的周末赶紧来检查、配镜。

来自市北区的浩浩今年8岁，一年前查出了近视300度，寒假期间妈妈为他安排了满满的学习计划，临近开学作业写完了，但一看东西就会眯眼，伏案时即便戴着小眼镜，眼睛离书本也越来越近。浩浩妈妈告诉记者：“假期里平板、电视都看得多，对眼睛的伤害肯定是有的。”杜显丽介绍：“浩浩的近视应该是又有进展了，因为他目前双眼的矫正视力目前都是不达标，这种情况下就是要重新散瞳验光换镜，进行调整。”

记者了解到，每到开学季，门诊都挤满了学生。由于网课增加，寒假期间电子产品使用过度等原因，孩子

的视力容易出现变化，一旦出现近视，控制近视进展十分重要。杜显丽表示：“对于孩子，我们尽量在他18岁之前，把他的近视控制在一个较低的度数范围，不要发展到高度近视。高度近视会有很多危害，会引起眼部很多并发症，包括可能导致视力的不可逆损伤。”

“儿童青少年正处于快速生长发育期，在寒假时用眼不当或过度用眼，眼睛的屈光状态常常发生较快改变，近视度数增加的几率较高。”杜显丽指出，每3—6个月进行一次验光十分必要，且需根据度数变化相应地更换眼镜。

据介绍，目前控制近视的手段非常丰富，包括OK镜、还有一些离焦的框架眼镜、离焦的隐形眼镜，都可以帮助控制近视。所以家长应带孩子到医院来进行检查，然后听取医生给予个性化的控制手段。

## 相关链接

## 近视防控 警惕误区

### 误区① 散瞳验光会伤害眼睛

在专业医生的指导下散瞳验光不会伤害眼睛。散瞳验光的原理是放松聚焦看近的肌肉，让验光结果更加准确可靠。

### 误区② 孩子近视没关系，长大做手术就好了

近视手术治标不治本。近视手术是通过改变人眼自身屈光系统的聚焦状态来矫正近视的，手术只能摘掉眼镜，不能降低高度近视引起眼底病变的风险。

### 误区③ 戴眼镜会使近视度数越来越深

正确的验光配镜有利于儿童青少年视觉发育，延缓近视进展。儿童青少年近视的加深伴随眼球的发育、眼轴的增长，受遗传、环境等多因素影响，正确佩戴眼镜不会加深近视度数。

### 误区④ 近视眼镜看远戴，看近不戴

除了医生交代的特殊情况，看远看近都建议佩戴近视眼镜。近视眼看近时不戴眼镜，会引起眼睛调节和聚散功能异常，导致斜视的发生和近视的进展。

本版撰稿 观海新闻/青岛早报记者 徐小钦  
院方供图(除署名外)