

# 我省近8成高中生视力低下

## 专家:应避免七大近视防控误区

星报讯(梁莉 朱伟华 记者 马冰璐) 6月6日是第23个“全国爱眼日”。昨日,安徽省防盲技术指导中心、中国科大附一院发布我省中小学生学习眼健康调查结果,其中,视力低下检出率:小学生25.5%,初中生60.0%,高中生79.9%。

### 近8成高中生视力低下

据了解,安徽省防盲技术指导中心、中国科大附一院眼科温跃春主任带领的团队共十余人于2016~2017年在我省境内选取了有代表意义的北部平原灵璧、中部江淮之间肥东、大别山区金寨、南部三省交界宿松四县进行了中小学生学习眼健康相关调查。调查历时两年,采用分层整群随机抽样方法,抽取四县小学生2502人、初中生1319人、高中生1234人,进行入校体检,分别对视力、眼前节、眼底、眼位和屈光状态进行检查。

调查结果显示,我省中小学生学习眼健康低下检出率:小学生25.5%,初中生60.0%,高中生79.9%。同时对每相邻两个年级近视增长进行了统计学比较,发现增幅在小学5~6年级、初中3年级、高中2~3年级发展较快。高度近视在不同学段间成倍增长,初中组是小学组的近3倍,高中组是小学组的近5倍。

### 专家:应避免七大近视防控误区

此次调查还发现,很多家长和孩子存在一些近视防控误区。安徽省低视力康复技术专家组组长、安徽省防盲技术指导中心秘书、中国科大附一院眼科副主任医师梁莉给出如下建议:

**误区一:近视不是病,不用去医院检查。**

梁莉:儿童青少年视力低下的主要原因是近视,但也可能是一些眼部病变造成,比如圆锥角膜、视神经炎等。一旦发现孩子视力低下,一定要到正规医疗机构进行眼部体检和屈光度检测。

**误区二:近视不能戴眼镜,越戴度数会越深。**

梁莉:一旦发生近视,一定要科学地验光配镜。未矫正的近视是眼视力疲劳的主要原因,视疲劳的存在会造成恶性循环,并成为近视度数进一步加深的原因之一。

**误区三:戴眼镜度数配得越高涨得越快。**

梁莉:矫正视力低于正常会造成新的视疲劳,不利于对近视发展的控制,科学验光配镜的原则是清晰、舒适、持久。

**误区四:近视可以治疗,长大后做个激光手术就行了。**

梁莉:近视度数的加深伴随着眼轴的增加,长大后即使做了激光手术,但是眼轴的加长也是不可逆的,同时眼部并发症的可能仍然存在。

**误区五:近视配副眼镜戴上就行了,戴坏了再去换一副。**

梁莉:近视的青少年应每半年复查一次,根据度数变化情况,及时变更眼镜或选择其他合适的矫正方法。

**误区六:儿童一定不能配戴隐形眼镜(角膜接触镜)。**

梁莉:8岁以上的儿童,经过严格的规范检查和筛选,可考虑选配特殊设计的高透氧性的角膜接触镜(角膜塑形镜)以达到矫正和控制近视的作用。

### 护眼小贴士

1.增加户外活动时间,“目浴”阳光,保证每天有2小时的户外运动时间(户内运动不能替代户外运动)。

2.保持正确的读写姿势和合适的照明,尽量减少手机、ipad等电子产品的使用,避免长时间近距离用眼。

3.均衡饮食,少吃甜食,加强体质锻炼。甜食可能会导致体内钙流失,引起眼球巩膜弹性降低、前后径拉长而发展为近视。

4.有助于保护视力的食物:

(1)富含花青素的食物:蓝莓、茄子、葡萄;(2)富含叶黄素的食物:菠菜、鸡蛋、玉米;(3)富含胡萝卜素的食物:胡萝卜、红薯、南瓜;(4)富含维生素A的食物:芒果、鱼类、西兰花;(5)富含维生素B的食物:五谷杂粮、肉类、香蕉;(6)富含维生素D的食物:牛奶、虾类、坚果。

## “城市癌症早诊早治项目”启动

项目实施点内的

40~69岁合肥常住居民可报名

星报讯(彭群 刘亚萍 记者 马冰璐) 昨日,2018年度合肥市城市癌症早诊早治项目启动,项目具体实施点内的40至69岁合肥市常住居民可在辖区社区医院报名参加免费筛查。

据了解,该项目主要针对“五癌”(肺癌、大肠癌、上消化道癌、乳腺癌和肝癌)进行高危人群评估、筛查和早诊早治。项目实施期间,将在合肥市各区各选择2至3个街道作为项目实施点,以实施点内的40至69岁之间的常住人口作为筛查对象,同时进行危险因素问卷调查,评估为高危人群者将到医院接受免费临床筛查。

以蜀山区为例,今年,该区由稻香村街道和南七街道承担实施该项目,辖区符合条件的居民可直接前往社区医院报名。据了解,经过评估问卷等筛查程序后,社区医院将根据国家筛查项目中心的“反馈结果”通知“高危倾向”筛查的居民预约到中国科大附一院西区(安徽省肿瘤医院)免费进行相关排除检查(包括CT、肠镜、胃镜、甲胎蛋白、乳腺彩超+钼靶及相关的病理检查)。

## 今天有眼科免费义诊

星报讯(杨艳红 刘亚萍 记者 沈娟娟) 6月6日是“全国爱眼日”,记者获悉,今天(6月4日),合肥市蜀山区稻香村街道朝阳社区联合合肥爱尔眼科医院将推出“爱眼日送健康”公益活动。

据悉,6月4日下午3点,在朝阳社区党群服务中心,将有眼科专家为社区居民进行免费眼科健康检查,并对眼病患者进行惠民政策宣传,将实惠送给居民。

**安徽省福利彩票发行中心**

# 福彩五月红 千万元大派奖

## 最高返奖达72%

1

派奖时间: 5月10日起至1000万元派送完毕结束

2

派奖规则: 对单选、组三、组六投注方式进行派奖,具体加奖如下:

投注方式	原单注奖金(元)	单注加奖奖金(元)	加奖后单注奖金(元)
单选	1040	110	1150
组三	346	134	480
组六	173	57	230