

我省中小學生近视率超五成

全国爱眼日,专家提醒:小孩别过早接触电子产品,控制玩的时间

■记者 刘璋景

“近视”成为影响青少年视力健康的最大隐患,而不科学的用眼习惯则成为导致近视眼的主要“元凶”。6月6日是全国爱眼日,记者从湖南省疾病预防控制中心获悉,我省中小學生近视发生率已超过50%,高中生近视率更是接近八成。

【数据】 近视“低龄化”

每个星期的周末,湖南省人民医院眼视光医学中心主任王华和他的同事们就忙得不可开交。他告诉记者,眼科有5个医生值班,每人每天几十个号,几乎都是治疗近视的青少年。

王华表示,过去的三年,医院组织了医护人员走进长沙市的多所中小学,为1万多名学生开展近视眼筛查活动,并为所有学生建立了眼睛健康档案。

“高中生戴眼镜已成常态,并且学校越好,学生的近视程度越严重。”王华告诉记者,以前乡镇学校的近视眼相对较少,但现在正在大幅提高。

从湖南省疾病预防控制中心的统计数据看,2015-2016学年度湖南省中小學生视力不良检出率为60%。视力不良检出率小学为40%,初中为60%,普通高中为79%。

【原因】 照明不达标影响大

学习压力大、长时间过度用眼、户外活动时间少、用眼习惯不当、父母监督时间有限,以及饮食习惯不当是青少年近视的重要原因。除此以外,教室照明不达标也对学生的视力有很大的影响。

响。

2017年初,教育部教育装备研究与发展中心对长沙部分学校教室灯光照度进行了一次测试,结果发现采用荧光灯的教室,普遍存在照度不够、频闪超标的情况。这两种情况均使眼睛容易疲劳,进而形成近视。

为了说明什么是频闪,医生让记者掏出手机,打开摄像功能对着灯拍一段视频,在视频中灯光不断闪烁。医生解释,有时肉眼感觉不到灯光频闪,但这并不表示频闪不存在。肉眼为了适应频闪,会不断调节晶状体,从而造成视力疲劳。

【举措】 3年完成光环境改造

目前包括长沙在内的我省大部分学校的教室照明主要采用荧光灯和LED灯。其中,荧光灯色衰严重,当亮度低于原来80%的时候,就应该及时更换,但很多人在用灯上有个误区,如果灯管不烧就会一直使用。此外,随着LED照明技术发展,LED灯的稳定性已经超过了传统的荧光灯。但从目前的情况看,教室里使用的LED灯良莠不齐,一些劣质的LED灯的危害甚至超过了荧光灯。

为此,长沙市教育局于今年3月下发了“关于做好中小学校教室照明改造工作”的通知。要求在全市范围内进行一次中小学校教室的照明情况调查。

根据相关规划,长沙市所有中小学校教室照明改造将分3年完成。市直属小学教室照明改造2017年全部完成;区县所属中小学校3年内完成,改造经费由政府财政承担,教育部给予专项奖补。



6月6日是全国爱眼日。数据显示,我省青少年近视呈现低龄化态势,中小學生近视率超50%。(资料图片)

防控贴士

控制玩电子产品的时间

“幸亏做了筛查,孩子散光这么严重,不及时治疗会影响今后的发育。”得知孙子的左右眼分别散光225度和175度,周爹爹急了,决定下午就送孩子去医院治疗。“全国爱眼日”当天,省儿童医院来到长沙市芙蓉区东岸街道万婴幼儿园,免费为孩子进行视力筛查,部分孩子存在屈光异常。

“孩子不听话就看电视玩IPAD,结果眼睛散光了。”周爹爹说,孙子之前一直由他们照顾,当时怕孩子哭闹,就让孩子看电视,玩平板电脑,结果看电视离得越来越近。对此,省儿童医院眼科副主任医师肖志刚表示,近几年儿童近视发病率越来越高,与过早接触电子产品、过早接触书籍、近距离长时间用眼、户外活动过少等因素有关。

肖志刚说,如果家人发现孩子看东西眯着眼,看电视走得比较近,歪着脑袋去看,出现这些状况就要提高警惕,建议尽快带孩子到医院做专业检查。

■记者 李琪
实习生 平孟 郑琪琪

每天户外运动两小时

6月6日是一年一度的“全国爱眼日”,今年爱眼日的主题为“目”浴阳光,预防近视”。爱尔眼科与腾讯当天联合发布的《中国青少年眼健康现状调查报告》显示,近五成受访者的孩子从初中时期开始近视,近八成孩子在近视发生后出现度数增长。

中华医学会眼科学分会视光学组副组长、中南大学爱尔眼科学院博士生导师杨智宽教授表示,户外活动是预防近视的有效方式,每天2小时、每周10小时以上的户外活动,可以让青少年的近视发生率降低10%以上。

另据了解,爱尔眼科在今年的爱眼日期间举办了“EYE健康·爱守护”护眼活动,并在各医院推出门诊检查费6.6折活动。

■记者 蔡平 通讯员 周奥 曾蓓
实习生 白舒惠 安可

教卫连线

险!孕妇产检时宝宝伸出脚 幸!一小时抢救后母女平安

本报6月6日讯 6月5日下午,望城杨女士在医院B超室外待检,突然感觉胎动异常,一阵剧痛让她腿软倒地。医护人员将她送进急诊B超室,此时她腹中胎儿双脚已冲出子宫,情况十分危急。经过多科室一小时的联合抢救,杨女士虎口脱险,母女平安。

怀上二胎的杨女士已经9个月了,由于早前一些原因,子宫极容易破裂,稍不注意就会有危险。

6月2日,杨女士按期去当地医院进行产检,B超检查结果医生发现有些异常。杨女士虽心有余悸,但却并未足够重视,6月5日才到湖南航天医院检查。正在B超室等待做检查时,突然身体一阵剧痛,倒在地

上。恰好有医护人员经过她身边,扶起她送到急诊B超室。超声科主任汪越澄发现宝宝双脚已冲出子宫,情况危急。

汪越澄在第一时间联系上产科医生,沟通联合会诊。在产科、超声科、麻醉科近一小时通力抢救下,杨女士母女终于转危为安,并保住了杨女士的子宫。

据介绍,子宫破裂多见于难产、高龄多产或有子宫手术或损伤史的孕产妇,是妇产科严重并发症,死亡率高达90%以上,严重威胁母子生命。他提醒广大育龄妇女,要尽量避免或减少流产、引产,提倡自然分娩,保护好子宫。

■记者 张洋银 实习生 李明欢
通讯员 刘锦文

还在读大三,工作已到手

校企联合培养人才,精准对接社会需求

本报6月6日讯 还在读大三,工作已到手——这是长沙理工大学大三学生伍敦峰的真实写照。今天,中国交通建设股份有限公司(下称“中国交建”)在长沙理工大学招贤纳士。不同于以往的毕业生双选会,此次招聘会现场提前从大三本科生和研二硕士生中选录人才,通过校企双方共同培养一年,正常毕业后直接赴单位上岗。伍敦峰和另外120余名尚差一年毕业的同学在现场与企业签定PPP项目管理工作协议,即将开启职场人生。

长沙理工大学副校长谈传生介绍,这是学校与企业实施校企合作,开展人才培养精准对接社会需求的又一次典型尝

试。校企双方开办PPP项目管理人才联合培养班,采用订单式“3+1”培养方式,前三年由学校培养,第四年由学校与中国交建共同培养,第四年课程根据企业需要单独设置,师资以高校教师、外聘专家、企业内部专家相结合配备。项目培养经费由中国交建全额资助,包括助学金、学费、住宿费。伍敦峰认为,大学生在正式上岗前,最需要有针对性地弥补专业知识上的欠缺,这样兼顾理论基础和实际应用的项目值得参与。据统计,近三年,通过订单式培养找到工作单位的该校学生已达1000余人。

■记者 黄京 实习生 杨雪梅
通讯员 邓岷峰 李娜

用眼误区

戴眼镜会加深近视度数?

世界卫生组织最新研究报告称,目前中国近视患者人数多达6亿,几乎是总人口数量的一半,青少年近视率更是高居世界第一。“引起眼睛近视的高危因素主要有遗传,生活方式,近距离工作等。”来自中南大学湘雅二医院眼科的魏欣副教授透露,目前电子产品的大量使用等现象,导致近视现象越来越呈现低龄化。而对于青少年近视,目前临床治疗方案多为通过佩戴框架眼镜或隐形眼镜等。

中南大学湘雅二医院眼科副主任医师罗静介绍,近视防治容易陷入两大误区。误区一是认为药物和仪器能治疗近视,其实真性近视目前尚无药物或仪器治愈,只能靠配戴眼镜来矫正。

误区二是越戴近视眼镜近视度数越深,这本身是矫正视力的方法。值得注意的是,不合格的眼镜确实会导致度数加深。

■记者 李琪 实习生 郑琪琪 平孟