弱视6岁前治最好

郑州市第五人民医院眼科

沿此虚线剪下，可到市五院眼科，挂号费、诊查费、视力、裂隙灯、眼底检查全部免费。白内障、角膜移植、青光眼、眼底等手术可优惠200元。近视手术除优惠200元外，再送20万元眼科手术安全意外伤害险。

□晚报记者 詹莉莉

近年来，患弱视、斜视的儿童逐年上升，除了看电视、缺乏运动等原因外，父母缺乏相应常识，不能及早发现问题也是导致孩子视力问题的原因之一。郑州市第五人民医院卓美眼科主任医师朱冬梅介绍，在门诊中孩子视力出现了不可逆转的问题才到医院检查的情况屡见不鲜，不少孩子都延误了最佳治疗时机。

弱视影响儿童健康

朱冬梅介绍，弱视是儿童常见眼病，根据国内外调查显示，其在儿童中的患病率是2%~4%。以中国3亿儿童推算，患有弱视的儿童大约有一千万。弱视是相当严重的儿童健康问题，它不仅会导致单眼视力低下，而且戴上合适的矫正眼镜也不能使视力立即提高。由于立体视觉缺失，视力一旦被损害，每天面对的就是模糊的影像，使得大脑接受的信息有别于正常儿童，容易造成学习困难。同时他们还会从别人的评价中知道自己与众不同，小小年龄就承受很大的心理压力，从而导致孩子性格孤僻。

此外，由于弱视，他们将来在报考大学的时候不能选择需要精细目力的专业，成年之后许多需要立体视觉的职业也无法胜任。

6岁前是最佳治疗期

“弱视是发育性眼病，年龄越小越好治疗。”朱冬梅介绍，6岁之前是治疗弱视的黄金年龄，这个阶段进行弱视训练最适宜，如果错过了这时机，到了12岁，由于视觉发育趋于成熟，治疗起来就困难了。孩子3岁以后家长可带其去医院检查视力，如果发现视力不正常，则需要看医生，有必要就做散瞳。不要错过眼球发育的关键时期而耽搁治疗。

此外，治疗弱视是一场持久战争，除需要医生指导治疗外，还需要家长和孩子的配合。朱冬梅强调，进行弱视训练关键是持之以恒，家长切不可嫌麻烦或存有“树大自然直”的侥幸心理。治疗弱视，一般都要戴上合适的眼镜，然后进行弱视训练，方法是定期遮住视力好的眼睛，强迫使用弱视眼，以使它的功能得到锻炼。目前，医院采用后像法、红色眼刺激法等治疗弱视取得了一定的效果。

弱视儿童注意事项

朱冬梅对弱视儿童的日常生活注意事项也提出了具体的建议：首先要注意平衡营养、合理膳食。除蛋白质、维生素外，钙、铬等元素已被证实为眼球发育的必需物质，牛奶、豆制品、动物肝、牛肉等也是儿童的必需食品；其次要限糖。糖为酸性食品，可消耗体内的钙，诱发近视。三是睡眠充足，维持交感和副交感神经的功能平衡；四是多锻炼，如放风筝、踢毽子、打乒乓球等体育活动，促进眼组织的血液供应和代谢。

此外，还要注意正确的用眼卫生。不要在光线过强或过弱的环境下看书写画，一次连续看书或写画时间不要超过半小时；培养良好正确的看书写画姿势，眼与书本之间的距离保持30度到40度的角度；看电视时距离应大于电视屏幕对角线5~7倍，连续看电视时间不宜超过半小时。

[相关链接]

如何发现孩子患有弱视

由于弱视，小儿双眼外观并无改变，和正常儿童一样极难发现，所以要定期带孩子找专业眼科医生检查，而且细心家长应该在生活中，可以观察您的孩子有无以下现象：

1.将比较醒目的物品放在孩子眼前，观察他是否能及时发现。

2. 改变物品的方向后，观察孩子是否有追随反应。

3.观察孩子双眼、单眼注视时的情况，注意他看电视的时候是否喜欢凑得很近。

4.孩子看东西时有没有异常的头位，比如是否喜欢抬头、低头看。

5. 孩子看物体的时候，能否稳定地注视。如果孩子的眼球来回转动或者震颤，则有弱视的可能。

治疗眼疾，看清这些提醒

□晚报记者 章韦

白内障、近视眼、青光眼等各种眼病严重危害着人们的视力健康，但许多人在治疗上还存在着一些误区，本次活动特邀郑州市第五人民医院眼科专家与您面对面，对各种眼科疾病的治疗做一提醒。

白内障应及时手术治疗

受访专家：市五院眼科主任医师白内障手术专家王新

许多人认为白内障要等到“长老”、“长熟”了才能手术，这是过去一种因技术落后而产生的说法，现在白内障超声乳化手术可在患者感觉影响生活和工作时随时手术。而等白内障长老、长熟了反而会影响手术效果，且有可能会引起其他并发症。

近视手术要谨慎选择

受访专家：市五院眼科准分子近视手术专家、副主任医师 朱冬梅

近几年越来越多的近视患者选择通过准分子激光手术来摘掉眼镜，解除了戴眼镜的痛苦。但有两方面要提醒准备选择此手术的近视朋友。一是任何手术都会有一定的风险。选择手术就要对风险有一定的认识并能承受。如果对手术安全心存疑虑，建议不要选择手术。二在选择医院时要从设备、技术、服务和手术量等方面综合考虑，不能只考虑手术价格的高低。

儿童视力不好要及早治

受访专家：市五院眼科弱视斜视专家副主任医师王勇

儿童眼病主要有先天性白内障、屈光不正、弱视、斜视等。一旦发现孩子视力不正常，就应该及时到医院检查治疗。有些人认为孩子还小，等他长大了再治疗，岂不知这样会影响孩子一生。因为眼睛在7岁之前要完成大部分的发育。如果此时眼睛发育异常而没能及时治疗就会对视力造成终生、永久的影响。所以先天性白内障要尽早行摘除手术解除对发育的障碍，然后在3岁以后再植入人工晶体。

糖尿病、高血压患者要定期检查眼底

受访专家：市五院中西医结合眼病专家、副主任医师夏建生

糖尿病、高血压是现在常见疾病，在眼睛上有多种并发症，如糖尿病会引起白内障和眼底出血，高血压会引起视网膜动脉硬化和出血、渗出等，这些如不及时发现治疗，就会对视力造成严重影响。所以老年患者要定期到眼科检查眼底，及早预防和治疗。

角膜移植手术要及时进行

受访专家：市五院角膜移植手术专家、副主任医师刘平

在接诊中经常会遇到因角膜病、角膜损伤而严重影响视力，甚至摘除眼球的情况，主要原因是有些基层医院对角膜病存在误诊，或治疗不及时。如有位病人是圆锥角膜误当成近视而做了准分子手术，最终做了角膜移植手术。还有常见的因手指、树枝、植物等划伤角膜，没能及时处理，引起真菌性角膜溃疡等。这时就要及时对症药物治疗，严重时就要及时进行角膜移植手术。

高度近视者要慎防视网膜脱离

受访专家：市五院眼底病手术专家高延庆

高度近视是指600度以上的近视，它可引起眼球改变和眼底改变及多种并发症，如玻璃体混浊、视网膜脱离、青光眼和白内障等，特别是视网膜脱离是其他人群的8~10倍，一旦出现，会对视力造成很大的损伤。所以提醒高度近视者要定期到医院检查眼底。

青光眼患者要定期复查

受访专家：市五院眼科硕士王岩青

青光眼是一种常见眼病，但也存在着较多的认识误区。一是不能早发现早治疗，有的青光眼症状不明显，往往会被忽视。二是到医院治疗或手术后就认为万事大吉。其实青光眼容易复发，所以一旦确诊了青光眼，就等于和眼科医生交上了朋友，要定期来医院检查并及时治疗。

温馨提示

第五人民医院眼科免费检查的时间延长至3月4日，想带孩子去检查的家长可通过0371-63855998和以上各位专家提前预约。

责编 李贯丽
编辑 吴幸歌
校对 张阅
版式 白贺