

# 高度近视已成青少年健康“头号敌人”

## 麦迪格眼视光中心发起“青少年远离近视活动”，国庆期间在郑展开

随着液晶电视、智能手机、平板电脑的普及,越来越多的青少年过早变成了“宅一族”。他们看电视、玩游戏、网上学习的时间越来越多,眼睛所受的伤害、近视人群也比以往任何时期都要多。然而,很多家长只知道近视给孩子日常生活及升学时学科的选择带来影响,却不知道普通近视如果不加以控制,等发展成为高度近视,则会引发视网膜脱离、裂孔、黄斑病变等并发症,甚至致盲。

为帮助家长和孩子全面了解护眼知识,及早预防近视的发生和发展,控制学生近视度数不断恶化,麦迪格眼视光中心于本月发起青少年护眼活动,特邀请眼科专家推出健康讲座、现场指导、免费检测等活动。 郑州晚报记者 蒋晓蕾

### 业内支招 防范高度近视五大要素要知道

**良好用眼习惯** 近视的产生除遗传因素外,多数是不健康的用眼习惯造成的,良好的日常用眼习惯是控制近视向高度近视发展的基础条件。

**定期规范检查** 学生正处于发育期,眼球生理结构及调节功能随着大量的学习用眼会发生改变,所以近视学生一定要定期到专业视光机构进行眼检;

**减轻用眼负担** 近视是由于长时间近距离用眼产生的视疲劳而导致的,控制近视度数增长必须能够消除学生看书时产生的视疲劳;

**恢复角膜形态** 学生近视后角膜曲率逐渐变大,眼轴变长,影像无法成像于视网膜上,控制近视发展的首要因素是将角膜恢复成正常的健康曲率,扼制角膜曲率不断变大;

**摘掉框架眼镜** 学生近视后一旦配戴近视镜,就会以每年50~150度的速度增长。因为近视后戴近视镜看远虽然看清楚了,但戴着一副看远用的眼镜看书学习会产生过度调节,加速近视度数增长。摘掉框架眼镜不仅便于生活、学习,对防止成为高度近视同样意义深远。



美国麦迪格专家正在为近视学生检查视力

### 近视现状 近视已成为危害青少年健康的“头号敌人”

据相关部门抽样调查显示:目前我国青少年近视发病率居世界第二,其中小学生近视率为22.78%、

初中生为55.22%、高中生为70.34%、大学生高达80%以上,并且呈现出低龄化发展趋势,不少学生初

中时近视度数已高达600多度。

因高度近视引发的眼底病变、黄斑病变等高度

近视并发症,已开始大面积出现于青少年群体,成为危害青少年健康的“头号敌人”。

### 相关链接

### 美国专家 应邀为中国学生矫正近视

美国麦迪格专家 Hans.Bleshey 说:“在美国虽然也有很多孩子近视,但是近视人数和近视的度数却远没有中国数量多和度数高。在中国,10多岁的孩子,近视度数就已经达到三四百度了。这是一件非常令人揪心的事情。麦迪格经过多年的发展,已在全国成立了200多家眼视光中心,所有麦迪格的产品均实行全国联保和24小时免费上门服务。”

美国麦迪格专家 Hans.Bleshey 先生已在上海、西安、武汉、济南、大连、宝鸡等麦迪格眼视光中心为中国学生矫正近视,很多参加现场活动的小读者们已陆陆续续收到来自美国为读者量眼定做的产品,这些产品都是由美国专家亲自设计、生产的。在收到来自大洋彼岸的产品后,很多读者赞不绝口。

目前麦迪格眼视光中心发起青少年爱眼、护眼活动。专家现场指导,普及爱眼知识,给出全套解决方案,帮您的孩子解决近视问题。

### 近视危害 拖累学习、拖累升学甚至遗传给下一代

#### 拖累学习——多付出30%的努力

近视产生的视物模糊、眼睛干涩酸痛、精神难以集中以及情绪烦躁甚至头晕等现象,让孩子比视力正常的孩子多付出30%的时间和脑力劳动量,在学习上花费更长的时间。

#### 拖累升学——30多个专业报考受限

每年都有大批的考生,因为近视被限报专业拒之门外,涉及电子信息、生物工程、医学制药、飞行、航海技术等近30个专业,严重影响孩子的人生职业规划。

#### 度数加深——发展成高度近视

孩子近视了,就着急配眼镜,但是眼镜只有矫正作用,却没有治疗作用。孩子戴眼镜后看清了远处,但近距离读写时近视镜片又加重了用眼负担。

#### 近视遗传——世代成为眼镜的奴隶

近视眼在发生和发展过程中,遗传因素起重要作用。父母都是高度近视的,子女近视的比例是100%,如果不采取治疗,世代成为眼镜的奴隶。视力低下,眼睛经常干涩和疲劳,影响学习、生活和工作质量。长期戴镜,会导致生活工作不便。

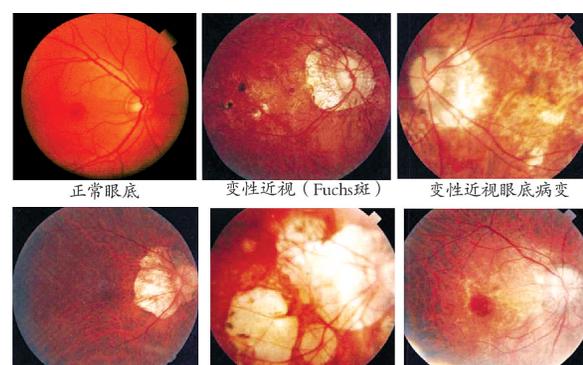
### 专家提醒 普通近视和高度近视是两种病

近视患者,由于视力低下,眼睛经常干涩和疲劳,影响学习、生活和工作质量,长期佩戴眼镜,会导致生活工作不便。中高度近视,会导致眼球突出,眼睑松弛,影响容貌。而且很容易造成孩子自卑,在对待近视儿童时,家长别把近视眼看作是一个非常严重的问题,要从积极方面多引导青少年正确看待近视眼,如若处理不当,容易对青少年的心理造成很大的影响,会使他们产生自卑心理,对未来的升学、参军和找工作都会产生影响。

美国麦迪格专家 Hans.Bleshey 指出,由于高度近

视常伴有眼球轴长的改变,高度近视的视网膜和脉络膜会产生病变,从而产生许多严重的并发症,如:巩膜后葡萄肿;视网膜萎缩、出血和裂孔;玻璃体液化;裂孔性视网膜脱离;高度近视黄斑病变等恶性病变。因此高度近视又称为病理性近视、恶性近视、变性近视,是致盲的主要原因之一。

普通近视一般可以通过戴眼镜矫正视力,而高度近视戴眼镜也不能完全矫正视力,甚至视力严重下降,影响患者的学习、工作和生活。所以,青少年近视患者控制近视快速发展的意义尤为重要。



正常眼底 变性近视(Fuchs斑) 变性近视眼底病变  
变性近视(视乳头巨大颞侧近视网豹状眼底) 变性近视(视网膜色素上皮层萎缩斑) 变性近视黄斑出血

如何能够控制度数增长,避免形成高度近视呢? Hans.Bleshey 提醒:首先,应每季度做一次专业的视光检查,做到早发现早控制;另外,每半年要做一次眼底检查,观察眼底是否出现不良病变,以便于及时治疗。

### 亮眼行动 国庆期间在郑州展开

适应人群:8~20岁

活动时间:10月1日~10月7日

报名对象:8~20岁,近视度数1000度以内,散光300度以内,(需有家长陪同)

地址:郑州市花园路与农业路交叉口招银大厦14层1407室(大商新玛特北部)