

# 育 儿 YUEER

## 孩子开学视力检查有必要 『视』不宜迟



手机iPad不离手,电脑电视无缝切换,饮食不规律且缺乏户外运动……假期往往会成为孩子们的“视力杀手”,一不小心,孩子的视力就可能“断崖式下降”,并引发各种眼健康问题。开学在即,不要忘记带孩子做一个视力检查。

### 河南大学附属爱尔眼科医院 青少年近视防控专家白鹏 及早发现和 控制,别给近视 “可乘之机”

“青少年儿童的眼球还未发育成熟,春节期间寒假作业、电子产品的‘日夜陪伴’,有效户外活动时间减少,不正确的用眼姿势,不理想的阅读环境,导致近视的发生、发展概率成倍增长。”河南大学附属爱尔眼科医院青少年近视防控专家白鹏提醒,如果不尽早发现和控制在,就会给近视制造“可乘之机”。

白鹏指出,要科学鉴别真假近视,高强度用眼易引起假性近视,如果平时用眼不注意,假性近视未能得到及时治疗或治疗方法不规范,长期睫状肌紧张,很容易会导致假性近视变成真性近视。“但要注意的是,辨别真、假近视应在正规医院进行,比如散瞳验光,而不是家长听到孩子说看不清,就直接给孩子配眼镜,不然很容易会导致假性近视变成真性近视。家长在开学前要提早带孩子进行验光检查,及时辨别近视真假”。

### 孩子都需要做哪些视力检查?

#### 电脑验光

采用光电技术和自动控制技术来检测屈光度,可初步检查眼睛是否存在近视、远视及散光等屈光问题。这是我们接触最多的验光方式,属于客观验光。其优点是操作简便,速度快;缺点也很明显:孩子的眼部调节能力强,收缩和放松时会产生偏差。因此,电脑验光单的结果仅供临床参考,不能直接作为配镜处方。

#### 眼压检查

眼压是眼部检查的重要指标之一,同时也是反映眼部功能状态的参数。而眼压作为引起青光眼的重要危险因素之一,控制眼压就成为治疗青光眼的重要指标,因此眼压是眼部检查的重要参数之一。

#### 裸眼视力

检查视力包含:远视力、近视力,如存在屈光不正,除裸眼视力外,还需要测矫正视力。

#### 综合验光仪检查

验光师通过综合验光仪不仅能够检查屈光度,还可以查出散光度数和散光轴向。此外,还能对眼位、调节情况以及双眼单视功能等作出正确的判断,以及插片验光检查,验光师可以及时调整适合孩子眼睛的度数。

#### 测量眼轴长度

通过测量眼轴长度,可以清晰地了解孩子的近视到底处于什么阶段;通过眼轴和角膜曲率等参数的综合分析,一方面可以判断孩子眼球发育是否正常;另一方面,通过不同年龄段眼轴长度的对比,可以判断孩子的近视情况,及时进行防控。成人的眼轴长度通常是24mm,眼轴每增长1mm,近视度数增长300度左右。儿童青少年由于身体发育较快,定期测量眼轴结合近视屈光度可以观察其生长速度,利于分析近视增加的原因和近视性质。

#### 眼表检查

观察眼睑、结膜、巩膜、角膜、前房、虹膜、瞳孔、晶状体及玻璃体前1/3是否存在病变,排查是否患有角膜炎、结膜炎、沙眼等常见眼科疾病。

#### 眼位检查

对孩子的眼球位置进行检查,可以查看孩子是否存在眼位异常,判断孩子是否有斜视或隐斜视等问题。

#### 建立屈光发育档案

通过档案建立,可以在视力正常的儿童中筛选出防治对象。近视眼的发生原因复杂,基本是由遗传与环境因素共同作用形成的,就环境而言,又有多种原因,因此及时采取干预措施就会起到事半功倍的效果。

### 关注儿童眼健康 出现以下问题要注意

在日常生活中,儿童青少年的近视、远视或散光等屈光问题最为常见。有些孩子并不会表达或不敢说自己看不清东西,家长很难发现其视力问题。只有经过全面的视力及眼部检查,及时发现孩子的屈光问题,才能给予针对性的用眼指导,包括户外活动监测、用眼环境诊断、读写姿势矫正等。

白鹏指出,如果孩子出现下面几个问题,要引起注意:

- 看物体时经常眯眼或歪着头
- 频繁眨眼
- 眼睛容易感到疲劳,经常揉眼睛
- 经常皱眉
- 看东西时喜欢凑近
- 看不清远处的人或物体

正规新闻·郑州晚报记者  
蒋晓蕾



平安一生你若安好便是晴天