

四至六年级属于视力不良爆发期

我省将启动全省学生视力健康干预工程

今年6月6日是第24个全国“爱眼日”。6月3日,省教育厅、省卫生健康委员会、石家庄市教育局、石家庄市卫生健康委员会联合举办2019年全省“师生健康 中国健康”主题健康教育启动暨综合防控儿童青少年近视工作推进会。数据显示,近视正向低龄化发展,甚至有些孩子不到10岁就已高度近视,近视防控已经刻不容缓。

燕都融媒体记者 杨佳薇/文
记者 赵永辉/图



东马路小学学生在接受屈光检查。



东马路小学学生展示“护眼小卫士”奖牌。

现场

爱眼护眼, 打造“视力健康”特色品牌

“小眼睛亮晶晶, 护眼别小瞧; 读书时坐端正, 姿势很重要; 看电视, 看手机, 时间控制好; 二十分停一停, 休息要记牢。”6月3日, 在我省防控儿童青少年近视推进会主会场, 石家庄市东马路小学师生用爱眼科普情景剧《眼睛保卫战》拉开帷幕, 用生动活泼的表演宣扬了爱护眼睛的重要性。

家长、老师先后发出爱眼护眼倡议。其中, 东马路小学校长刘惠萍向全省广大师生发出倡议: 要树立健康理念, 主动学习健康知识; 掌握健康技能, 坚持预防为主, 每天参加一小时以上体育活动; 呵护明亮双眼, 科学用眼护眼; 提升健康素养, 养成健康的生活习惯; 合理营养膳食; 保持良好心态。

石家庄市教育局副局长赵立芬介绍, 2004年, 石家庄市成立了全国首个市级中小学生视力健康干预中心(以下简称“干预中心”), 建立了全国第一个中小学生视力数据库, 以此为依托, 探索形成了“以学生为中心、以行政为主导、以干预中心为支撑、以学校为主体、以家庭来践行”的多元综合干预工作机制, 实现了“布局合理、学段衔接、康教结合”的近视防控工作全覆盖。

赵立芬说, 今年, 石家庄市将深入开展“师生健康 中国健康”主题健康教育活

动, 特别是要组织实施好青少年近视综合防控, 全面实施“视力防控体系建构、学生视力档案完善、用眼卫生常规标准化”等七大工程, 继续打造好“视力健康”这一石家庄市特色品牌。



丰光/制图

调查

6岁儿童 近视率已经逐渐升高

会上, 我省首批“护眼小卫士”正式上岗, 他们是各校各班的护眼传播者和监督员。“我四年级了, 视力1.2左右。”东马路小学四年级(五)班的郑哲修就是一名“护眼小卫士”。在他的记忆中, 妈妈一直要求他看一会儿书就看一会儿远方, “我觉得这个特别好, 我以后也要督促同学们这么做。”四年级(一)班的张婧轩告诉记者, 作为“护眼小卫士”, 她学了很多知识, 比如课间要多看远处, 要定期普查视力。

据了解, 2018年开展的全省儿童青少年近视调查结果显示, 儿童青少年总体近视发病率居高不下, 近视低龄化严重, 6岁儿童近视率已经比较高, 小学和初中阶段随着年龄升高近视率快速增长, 防控形势十分严峻。

“我们班大概有45个孩子, 戴眼镜的不算多, 但是确实已经有了。”东马路小学二(六)班耿老师说, 以前一二年级的孩子近视的特别少, “不过这几年随着爱眼护眼的普及, 家长们也更加重视, 近视不配镜的思想逐渐消除, 所以很多家长第一时间给孩子戴上眼镜矫正。”

河北医科大学第二医院眼科主任医师、教授郝玉华说, 现在的孩子久坐少动, 近距离用眼时间过长, 使得眼球运动的机会逐渐变少, 许多孩子因此视力下降。他在门诊接诊时发现, 幼儿园里视力不达标、有近视倾向的孩子都比以前多了不少, 一年涨个一二百度更是常事。

“青少年如果在10岁前发生近视, 按照每年平均增加75度算, 其18岁成年前发展成为高度近视、中年以后发展成病理性近视的风险会大大增加。”

聚焦

小学四年级开始近视眼患病率增高

“中心15年普查了500余万视光数据发现, 中小学生学习不良有规律可循, 一般学生近视每年增长50度至100度, 很多小学毕业班视力不良者已过半, 城区的孩子近视发病率高于郊区。”石家庄市中小学生视力健康干预中心副主任陈千韶介绍, “小近视”增长有几个分水岭, 从小学四年级开始近视眼患病率就开始增高, 随着年级递增, 近视发生率的上升速度也很快, 每当孩子从小升初或初升高换一个学段, 近视发生率的上升就如同三级跳。

在追踪个案表里, 记者看到, 小方几乎是青少年近视发展的缩影。2011年11月, 刚刚上二年级的小方视力属于正常。2013年, 上四年级的小方双眼视力只有0.5, 可父母并没有给他及时佩戴眼镜。2014年, 小方的双眼视力已经变成了0.25, 无奈之下, 配上了眼

镜。可是, 父母要求他尽量不戴。2015年11月, 小方的双眼视力变成了0.2。

小方并不是个例, 干预中心调研分析发现: 小学四年级至六年级视力达标率为63.3%, 这一阶段属于视力不良爆发期, 中度(300度至600度)近视爆发点也集中在这一年龄段。八年级(13岁)及高中一年级(15岁)中度近视(300度至600度)占比达到82.7%, 高度近视(600度及以上)达到13.8%, 这两个年龄段属于近视爆发点。

“小近视的形成有规律可循, 是可以防控的。”陈千韶说, 今年开始, 石家庄市将在各大学校建立“中小学生视力健康管理平台”, “每次普查数据将第一时间上传, 校长、老师甚至家长都能第一时间看到孩子们的视力数据。”未来, “干预数据”实现“共享”, 学校、干预中心和家长将真正实现近视防控的合力。

展望

我省将启动 全省学生视力健康干预工程

省教育厅副厅长董竹娟说, 下一步, 省教育厅、省卫生健康委将根据省政府授权, 与各市、县人民政府签订《全面加强儿童青少年近视综合防控工作责任书》, 督促各地《综合防控儿童青少年近视实施方案》的制定和责任书内容的落地落实。我省将启动全省学生视力健康干预工程, 组建学生视力健康专家指导委员会, 建立全省统一的学生视力健康干预信息服务平台, 健全学生视力健康干预体系, 全方位干预学生视力健康。

刚刚被选为全国综合防控

儿童青少年近视专家宣讲团成员的郝玉华表示, “从儿童时期就着手加强预防是上策, 应该让孩子们认识近视, 警惕近视, 自觉防控, 保证每天2小时户外运动, 纠正不良用眼行为, 培养科学用眼习惯。”

郝玉华倡议, 全省医务工作者要紧急行动起来, 共同遏制近视高发、低龄化的趋势, 主动深入学校、社区、家庭, 采取多种形式进行视力健康科普宣传, 精益求精地进行科学验光及相关检查, 负责任地出具治疗方案, 以亲情对待视力有问题