

去年我市儿童青少年近视率下降4.05%  
幼儿低龄儿童“小眼镜”比例逐渐升高

# 每10个幼儿园宝宝 就有1个戴眼镜

前不久,湖北省中小学生近视防控宣讲团在我市举行专场宣讲活动。我市的近视防控工作进展如何?“小眼镜”的数量有无减少?记者从会上获悉,十堰市儿童青少年2019年整体近视率为48.89%,2020年因疫情影响,学生居家上网课,近视率上升为54.74%,2021年下降到50.69%,降幅达4.05%,达到国家要求的儿童青少年近视率每年下降0.5个百分点的防控目标。

■文、图/记者 张贞林 通讯员 邓滨 周琰 靳书敏



宣讲团志愿者走进重庆路小学课堂,宣讲近视防控。



茅箭区实验学校的手工课,让眼睛放松。

## 我市儿童青少年近视防控目标基本实现

9月22日,湖北省中小学生近视防控宣讲团在我市举行专场宣讲活动。活动主会场设在重庆路小学,各县市区设分会场。

与会专家介绍,中国近视患者多达6亿,青少年近视率居世界第一。数据显示,我国儿童青少年近视总体发生率为53.6%,高中生为81%,大学生总体发生率为90%。受疫情期间居家隔离、线上课堂等影响,全国儿童青少年总体近视率呈小幅上升的趋势。

去年5月,教育部等十五部委联合发布《儿童青少年近视防控光明行动工作方案(2021—2025年)》,

要求“每年面向各省级人民政府开展全国儿童青少年近视防控评议考核”。湖北省“323”攻坚行动也将近视防控纳入其中。

十堰市以教育为主线、以学校为阵地,通过整合教育资源,建立起了由教育行政部门、学校、家庭和公益性专业技术服务机构组成的多层次学校学生近视综合防控体系与服务网络。

记者从会上获悉,据省卫生健康委监测,十堰市儿童青少年2020年整体近视率为54.74%,2021年为50.69%,降幅达4.05%,达到国家要求的儿童青少年近视率每年下降0.5个百分点的防控目标。

## 初高中生近视率仍居高不下

记者从宣讲会上获悉,学段越高,患视力不良的学生越多,从低到高依次是小学、初中、高中。

“根据近几年的数据显示,初中以上学生的近视率总体呈现下降趋势,但是所占比重仍维持高位,其中初中生为71.6%,高中生为81.0%。”宣讲会上,湖北省中小学生综合近视防控宣讲团副团长杨莉华介绍,在近视学生中,近10%近视学生为高度近视,而且占比随年级升高而增长,在幼儿园6岁儿童中有1.5%为高度近视,高中阶段达到了17.6%,高度近视的危害仍不容忽视。

“值得重视的是,近年来,学生高度近视患病率急剧上升,幼儿、低龄儿童中‘小眼镜’的比例逐渐升高。”杨莉华强调,幼儿阶段是视力

发育的重要时期,儿童一旦出现真性近视就无法逆转,且近视的程度会随其年龄增长而自然加深,做好预防眼部疾病和及时诊断治疗是保障幼儿光明未来的基本途径。

2020年,我市儿童青少年近视现状调查结果显示,幼儿园大班儿童近视检出率为10.94%,可以说每10个幼儿园宝宝就有1个戴上了眼镜。

记者了解到,我市已印发《十堰市儿童青少年近视综合防控实施方案》,到2028年,6岁儿童近视率控制在3%左右,小学生近视率下降到38%以下,初中生近视率下降到60%以下,高中生近视率下降到70%以下,全市学生体质健康标准合格率达到90%,优秀率达到25%以上,使得全市中小学生近视发病率能够低于全国中小学生近视发病率。

## 视力不良有六大主因

记者从宣讲会上获悉,视力低下是青少年学生的常见病和多发病,严重影响着中小学生的身心健康,已成为全社会高度关注的青少年健康问题。

中小学生学习负担重、发展,与环境因素、遗传因素及自身体质、营养和健康因素有一定关系。总结有以下主要原因:

有些学校片面追求升学率,学生课业负担较重,学习压力大,近距离用眼时间过长;

长时间看电视、玩电子游戏、上网时间过长等,使眼睫状肌长时间得不到松弛,一直处于痉挛状态;

教室和家庭照明条件差、课桌椅不配套、学生读写姿势不端正、近距离用眼;

体育锻炼、户外活动、睡眠时间不足;

体质和膳食营养不均衡;  
佩戴不合格眼镜。

宣讲会上,专家介绍,对于个人来说,高度近视有可能导致白内障、青光眼等并发症,甚至致盲。对于国家来说,近视将使精密制造、军事、军工等领域产生巨大的人才缺口。

近年来,国家对此加倍重视,连续出台相关政策。2018年,教育部、国家卫健委等8部门联合印发了《综合防控儿童青少年近视的实施方案》。2021年,教育部等15部门联合印发了《儿童青少年近视防控光明行动的工作方案》。还有健康中国行动、“双减”政策等,旨在减少减缓儿童青少年近视的发生发展。

## 儿童青少年的近视防控需要多方协作

“目前我国儿童青少年近视发病率高,更多的是与学习负担重,过多、过早地接触电视、电脑、手机等电子产品有关。”杨莉华认为,3岁以下幼儿应尽可能避免接触手机、平板、电脑等电子产品,3—6岁幼儿每天使用电子产品的时间不宜超过一小时。学龄儿童应大力倡导每天户外活动至少1小时;近距离阅读一次不超过40分钟,课间到操场去活动,放松眼睛;养成良好用眼习惯,坚持做眼保健操;定期检查视力等。

“不少家长、老师对近视防控存在认知误区,错误地认为近视没什么了不得,一副眼镜或者一个手

术就能解决,殊不知近视是一个不可逆的过程,高度近视甚至会造成视网膜脱落、黄斑病变、甚至失明等严重后果。”宣讲会上,市教育局党组书记、局长寇伟直言,近视防控工作的难点在于如何减轻用眼负担,要做到“一增一减”,即增加阳光下的户外运动,减少学生的学习负担。然而,在“云端”教学被大量采用的今天,为用眼“减负”尤为不易。所以,近视防控不仅是教育和卫生领域的问题,也是全社会的问题。面对此种现状,除了政府部门出台相关政策外,还需要学校、学生、家庭、医疗卫生机构共同努力才能行之有效。