

眼镜度数要低配？不对！

近视防控4个误区要注意

散瞳是儿童青少年屈光检查的常规方法，可以暂时消除儿童青少年眼睛睫状肌的调节力，获得真实的屈光度数。散瞳会不会有副作用？

散瞳验光又称睫状肌麻痹验光，分为快慢两种，适用不同人群：

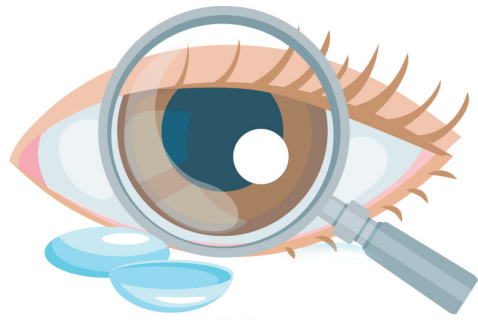
快速散瞳：一般使用复方托吡卡胺滴眼液，适用人群主要是8岁以上的近视儿童。这种散瞳方法的优点是

所需时间较短，并且瞳孔恢复速度快，通常第二天就可以恢复正常，不会明显影响生活和学习。但这种方法可能存在睫状肌麻痹不彻底的弊端，导致验光测得的近视度数有可能与实际度数有一些差异。

慢速散瞳：一般使用1%阿托品眼膏，适用人群主要是8岁以下的近视儿童，或12岁以下有远视的儿童。这种

散瞳方法对睫状肌的麻痹作用比较彻底，验光度数与孩子的真实近视度数更接近。缺点是瞳孔恢复时间较长，大约需要3周左右，用眼影响较大。

北京同仁医院眼科医学视光中心副主任宋红欣说：“散瞳验光总体来讲还是非常安全的，属于准确的、必要的手段，来对孩子的近视、远视或者散光等屈光不正状态作一个正确判断。”



注意孩子近视防控的4个误区

孩子近视，家长们难免焦虑，可关于近视防控的说法五花八门。哪些是需要避开的误区？

戴框架眼镜会导致眼睛变形吗？

北京同仁医院眼科主任接英说，戴眼镜并不会导致眼睛变形，为什么？因为我们的眼镜是戴在我们的眼睛外部，和我们本身眼球发育没有直接影响，因此戴眼镜并不会导致眼球变形。

硫酸阿托品滴眼液能“逆转近视”是真的吗？

北京同仁医院眼科医学视光中心副主任宋红欣说，硫酸阿托品滴眼液能够有效延缓近视度数增长，但目前看它是没有办法逆转近视、治疗近视的，我们现在能做的是让近视度数发展慢下来，而不能治好近视。

儿童近视眼镜度数要低配，对吗？

北京同仁医院眼科主任接英说，配镜要根据儿童屈光的真实状态来充分矫正屈光不正，这样才是一个正确的配镜方法。低配就会造成儿童视物不清，反而需要进一步动用眼睛的调节功能，可能会造成视疲劳进一步加剧，反而会造成近视发生发展。

戴眼镜会让近视度数越戴越深吗？

北京同仁医院眼科医学视光中心副主任宋红欣说，戴眼镜不是造成近视度数加深的原因，而不戴眼镜看不清楚东西的时候，对于孩子来讲近视度数反而会发展更快、加深更快。戴一个合适度数的眼镜，会在一定程度上减缓近视发展。

据央视新闻客户端

医生建议中高度近视者全天佩戴框架眼镜

经过散瞳验光，一旦孩子确诊为真性近视，就要及时治疗以及佩戴眼镜来矫正视力。儿童近视的配镜原则是什么？配镜后还要注意什么？

儿童近视的配镜原则

一般来说，儿童50~300度的近视称为低度近视；其中50~100度属于低度近视中度数较低的情况。如果裸眼

视力尚可，比如0.8以上，日常学习，比如看黑板不受影响，并且没有明显用眼疲劳，可以暂时不用配镜，但需要每3个月复查视力。

近视300~600度为中度近视，600度以上为高度近视。医生建议中高度近视者全天佩戴框架眼镜，以避免因视物模糊导致眼睛过度调节造成疲劳，进而造成眼轴过度拉伸，近视度数增加的情况发生。

配镜后要注意什么？

北京同仁医院眼科主任接英称，配镜以后需要在医生指导下进行定期复查，比方说每三个月就要监测一下度数是不是有变化，眼球的眼轴是不是有增长，根据眼睛度数发生发展的具体情况来调整我们在近视防控中的具体措施和具体方案。

弱视、散光和斜视 这些眼病需重视

近视属于常见的眼部屈光不正的情况。医务人员提示，除了近视，下面这几种眼部疾病也常见于儿童青少年。

弱视

弱视是指儿童视觉发育关键期内，因异常因素干扰导致单眼或双眼最佳矫正视力低于同龄正常水平，且即使戴眼镜也无法矫正至正常视力的眼部疾病，会严重损害儿童青少年的视功能。

弱视需要通过定期眼部检查尽早发现，确诊后及时采取针对性措施，如

戴矫正眼镜、视觉训练以及遮盖训练等。

特别提醒：6~8岁前是弱视治疗“黄金期”，如果错过这一阶段，视力可能永久无法恢复正常，还会影响立体视功能的建立，导致双眼协调能力受损。

散光

散光多为先天性角膜或晶状体形态异常所致，难以通过预防避免，但可以通过定期眼科检查尽早发现。确诊后，需根据医生建议通过戴散光眼镜、角膜接触镜，或成年后手术等方式矫正视力，以改善视物清晰度。

斜视

斜视表现为眼球位置异常，双眼无法同时注视同一目标，当一只眼注视目标时，另一只眼会向内侧、外侧或上下方向偏离。斜视需通过医院的专业检查明确病因和严重程度，再制订个性化治疗方案。早发现、早干预，以最大程度恢复双眼视功能。

北京同仁医院斜视与小儿眼科主任付晶说：“这个评估不仅仅是一个年龄的评估，还有病情程度的评估，因为发病年龄也不一样，所以对于干预的年龄没有绝对的年龄限制，主要是取决于病情，早期干预，效果是最好的。”

□星空有约

水星19日迎西大距，黎明时分显露真容



观测水星遇良机 新华社发 朱慧卿 作

新华社天津8月17日电（记者周润健）8月“星空剧场”又上新了。19日，水星将迎来西大距。天文科普专家表示，今年水星共有3次西大距，本月的西大距是观测条件最好的一次。在本次大距前后的几天清晨，如果天气晴好，感兴趣的公众有望一睹这颗贴近太阳、平时难得一见的行星。

在肉眼可见的太阳系5颗行星中，水星是最难观测的一颗。主要原因在于，水星是距离太阳最近的行星，从地球上，它和太阳也是挨得很近，几乎与太阳同升同落，常被太阳的光掩盖。

那么，什么时候可以观测水星？“在一个会合周期（约116天）里，从地球上，当水星与太阳的张角最大，即‘大距’时，是观测水星的最佳时机。

大距分为东大距和西大距。东大距前后，水星在黄昏时分的西方低空出现；西大距前后，水星在黎明时分的东方低空出现。”中国天文学会会员、天津市天文学会理事杨婧说。

水星运行速度很快，围绕太阳运动一周仅需88天，因此，一年当中水星东大距和西大距会各出现3至4次。每次大距时，水星的观测条件也不一样，这是水星和太阳的位置关系变化所造成的。

“本次大距观测条件不错，日出时水星的地平高度约18度，亮度0等。有条件的公众如果借助天文望远镜观测，还会发现水星呈月牙形，约40%的圆面被太阳照亮。”杨婧说。

杨婧同时表示，观测水星不限于19日。前后几天，水星的高度变化不大，都有机会观测到。