

# 你想知道孩子为什么会近视吗

很多家长一发现孩子视力下降,就直接给孩子配副眼镜戴上,对于孩子为什么会近视,许多家长却不清楚。家长了解孩子近视的诱因,做好孩子近视防控工作,有助于孩子的视力发育。

## 诱发近视原因多

据洛阳博爱眼科医院刘金超主任介绍,引发近视的原因很多,除先天性遗传因素,后天因素也影响着孩子视力发育,主要有环境因素、学习工作条件、用眼习惯等。长期用眼过度是罪魁祸首,孩子长时间近距离看书、照明差、书籍印刷质量差、阅读姿势不正确、学习负担过重等都可能引起近视。

## 治疗因“眼”而异

孩子近视怎么办?刘主任表示,应首先通过科学验光确定孩子是真性近视还是假性近视,然后根据个人检查结果制订不同矫治方案。假性近视可通过强化眼肌锻炼,缓解眼疲劳,使视力恢复到正常状态;真性近视需要到医院检查治疗。目前,博爱眼科医院有框架眼镜、RGP、角膜塑形镜等多种针对近视



孩子们在进行视功能训练

的治疗方法,可根据个人检查结果制订不同矫治方案。

针对青少年近视日趋低龄化的现状,博爱眼科医院开设了“青少年近视门诊”,这是洛阳市首个专门针对青少年近视预防、治疗及专业研究的特色专家门诊。门诊由该院知名眼科专家坐

诊,全面排查近视原因,制订个性化矫治方案,使治疗更加准确、科学,力求给孩子一个“清晰的未来”。

## 养成良好的用眼习惯很关键

减轻眼睛负荷,养成良好的用眼

习惯是预防近视的关键。

刘主任表示,家长应该督促孩子,避免连续近距离用眼、长时间使用电脑、卧床看书,平时多做眼保健操,多向远处眺望;家长在空余时间多带孩子出去运动,有助于孩子眼球放松。

另外,无论孩子是否近视,都应定期进行视力检查,如果发现视力下降,应及时到正规眼科医院验光诊治。

## 相关链接

博爱眼科医院于6月18日至8月31日开展眼健康筛查活动,全面排查孩子近视、弱视、斜视、先天性白内障等疾病,同时开通暑期训练营,有特色又有趣的训练模式,让你提高视力、享受精彩假期两不误。

咨询电话:63656666

**洛阳博爱眼科医院**  
**斜弱视训练指导中心**  
 电话:63656666

## 教育大讲堂第四十二讲预告

### 暑期保护心灵之窗

□记者 杨寒冰

暑假来了,又到了学生放松、休闲的时间。看电视、玩电脑,这已经成为学生日常生活中不可或缺的部分,在暑期接触的时间将更长。

电视不可能消失,电脑只会越来越普及,可是,长时间看电视、玩电脑,孩子的眼睛会受不了。怎么办?怎么既让孩子玩得开心,又让孩子眼睛不受到伤害呢?

教育大讲堂第四十二讲,护眼专家许红静将为家长支招。科学用眼、受益一生,家长不妨来听听。

时间:7月6日(周六)9:30

地点:市实验中学阶梯教室(西工区玻璃厂南路61号)

无须预约,免费听讲。读者有问题,可在讲座结束后与主讲人进行现场交流。

# 中考后 家长要为孩子打出四张“牌”

□张俊利

要毕业了,初三的孩子除了面临中招择校纠结,心里还在纠结什么呢?看看一个初三学生的作文《我会记得》吧——

我会记得我们的“家”,那里凝聚着我们一群小女生的欢乐和友谊,记得宿舍内我们的小床,那里记录着我们轻快的合唱……我会记得我们的教室,同学们曾争先恐后地发言、讨论,那里是承载我们梦想的殿堂,教室的墙上贴满我们共同的心愿,那是我们对梦的向往……

我会记得曾经有那么一群人,一些事,一些物,伴我走过三年的青春年华,让我舍不得离开。请相信,即使分开,我也会记得我们的家、我们的教室、我们的课桌、我们的老师,我们一起走过的青春年华……

三年的生活、学习,师生之间、同学之间建立了纯真深厚的友谊。中考过后,他们突然像游离了鱼群的小鱼儿,难免失落伤感。他们有自己的情感需求,而有的家长此时所关心的是让孩子参加这样那样的补习班,孩子对家长的安排,往往表现为“不受教”“不听话”,如果引导不好,会使孩子产生逆反心理,叫他做什么,他偏偏不做什么,甚至会对着干。

初三毕业,在这个人生的十字路口,正值青春期的青少年,需要大人的理解和引导。那么,家长们应该注意些什么呢?笔者提出如下建议:

第一,迎合孩子情感“断乳期”的需要,打“情感牌”。鼓励孩子和要好的同学一起去看望中小学的老师、班主任,增进同学之间的友谊,让孩子

存有感恩之心。同学之间可以互相切磋,以往的老师也会给孩子人生之路指点迷津。

第二,满足家长对孩子的热切期望,打“励志牌”。带孩子或者让孩子与同学去几所高等学府走走看看,感受高校的文化气息,让孩子在心里种下希望的种子。

第三,到名胜古迹放松心情,陶冶情操,打“娱乐牌”。带孩子或让孩子和同学一起去“登长城”当一次“好汉”,“看鸟巢”做一次“小鸟”,“观沧海”“歌以咏志”!

第四,阅读名著,欣赏大片,打“益智牌”。有些中外名著,孩子也许还没精读,有些影视大片,他们或许尚未欣赏,何不趁这个假期,让孩子在名著、大片中驰骋一番呢?!

洛阳网  
www.lyd.com.cn

## 洛阳人,看洛阳手机报

洛阳手机报本地新闻资讯内容丰富,总量占到了60%以上

移动用户发送短信 LYD 到 10658300 订阅, 3元/月。不收GPRS流量费。  
联通用户发送短信712到10655885 订阅, 3元/月。不收GPRS流量费。