



# 第六届眼视光西湖论坛 发布漫画版视光日历

本报记者 郑佳颖 本报通讯员 曹露婷 金薇薇/文  
吴志毅/摄

近日,浙江大学医学院附属第二医院眼科中心、浙江大学眼科医院、浙江省重要致盲眼病防治技术重点实验室主办的第六届眼视光西湖论坛在杭州召开,今年大会的主题是“视觉健康与近视防控”,吸引了700余位全国各地的眼科、眼视光、视觉健康等领域的专业人员到场参会。

2020年上半年疫情期间,中小學生近视率上升11.7%,其中,小学生近视率增加15.2%,远超初高中生。“近视防控面临复杂、严峻的挑战,全社会应当共同关注儿童青少年近视问题,而如何将科普的力量发挥到极致,展示科普的专业性、通俗性、针对性、互动性和创新性等主要特征,是眼视光同道们一直在努力的方向。”论坛执行主席、中华医学会眼科学分会眼视光学组委员、教育部全国综合防控儿童青少年近视专家宣讲团成员、浙大二院眼科中心视光部主任倪海龙提到,自己作为一个“爱跑出诊室走进校园”的眼科医生,针对孩子、

家长、学校等不同角色,讲好对应的近视防控故事、提高他们的近视防控意识很关键。

近视可以防控,且防胜于控、控重于治,这是他17年来一直坚持进校园科普讲座的初衷。

他强调,导致近视发生发展最关键的因素是孩子的生活习惯,而学校和家庭是两大最主要的场所。科学研究表明,在幼儿阶段开始坚持每天白天户外活动时间2小时可以有效预防近视发生与发展。

倪海龙坚持,学校应当积极响应国家在近视防控方面的号召,落实孩子的课间活动。如因课业繁重、设施建设不全、安全威胁考虑等因素间接剥夺孩子的玩耍时间,在一定程度上是“因噎废食”。

其次,倪海龙与时俱进地将“家长的陪伴”提升到近视防控的高度上来。不少家长下班到家,仍不可避免地使用手机、电脑等视频终端,孩子在身边,一切就潜移默化地发生了。家长们不应将孩子的近视防控与日常的陪伴分离开来,只有做好榜样,坚持适当的监督和陪伴,才能有效地推进家庭近视防控的“革命任务”。

站在科普的角度,从线下校园讲座出发,将科普再以直播、短视频、微课等多样地辐射到更大的范围,是当下及未来宣教工作的重点。截至目前,浙大二院眼

科中心倪海龙眼视光团队联合钱江晚报和重视眼健康公益投入的国际领先的光学镜片研发生产企业蔡司光学开展了系列进校园科普讲座与直播活动近20场,收看量已超数百万。

“做公益,就要每年都有进步,或惠及的范围在增加,或科普的形式在增加。”还有什么办法能让更多孩子获益?让孩子更愿意积极主动地去接受科学的护眼知识?这是倪海龙一直在思考的问题,同样也是蔡司光学中国区董事长、总裁彭伟一直所关注的。

今年11月起,浙大二院眼科中心、蔡司光学、钱江晚报三方再次携手,基于专业、企业的社会责任和媒体的传播能力,共同打造“视光日历”这一科普读物,针对来源于门诊、患者群、校园讲座时家长们老师们等最常见的近视防控的疑惑及认识误区等,以极为精简的文字搭配动漫,以一问一答的方式,将晦涩难懂的专业知识蕴含于生动有趣的故事中,再现学校家庭门诊等多种场景。

视光日历涵盖近视的成因,危害,预防,矫正和控制等六大篇章的问题,全面、完整,旨在纠正家长的认知误区,揭示保护视力与学业成长并非绝对矛盾,帮助家长正确引导孩子的用眼行为习惯和生活方式,科学对待近视矫正与控制,助力近视防控工作。

## 近视:防胜于控,控重于治

# 倪海龙:警惕高度近视的视觉健康损害

特殊时期的西湖论坛,除了聚焦近视进展与防控等专业领域的新进展新技术外,还重点以访谈形式将“眼健康和社会责任”正式加入到议程上来。

论坛闭幕式上的科普访谈环节,浙大二院眼科中心、钱江晚报、依视路三方共同探讨近视尤其是高度近视综合防控策略。

“从小近视,意味着在漫长的学生时代将有大概率发展成为高度近视,这是最让人揪心的事。”疫情期间,尽管受限无法开展线下讲座,但倪海龙并没有因此中断公益行动。

今年2月,他走进钱江晚报大咖云诊室,作为首场嘉宾线上开讲“疫情时期上学、居家如何护眼”。“越是艰难,越要科普”,强烈的社会责任感助推他继续前行。科普直播40分钟、短视频10分钟、2分钟等版本持续发力,引起了巨大反响;随后,为助力学生安心复学,他联合依视路光学送出近千份护眼包,让孩子在学习中不忘护眼知识;爱眼日当天,他又亲自打卡户外活动,发出“课间十分钟,让眼睛享受日光浴”的科普倡议,随同门诊的护眼小处方切实将“近视防控”概念传递给孩子和家长。在全国夺取了抗击新冠肺炎疫情的战略性的重大胜利后,在疫情防控常态化下,倪海龙在9月底再次开启了校园科普讲座。

“这些行动都是希望孩子和家长能正确看待近视,避免陷入误区,进而被不良商家利用牟利”。门诊中,不少家长带着高度近视的孩子来配镜,一脸愁容,但又小心翼翼咨询着成年后的近视屈光手术,希望获得“可完全治愈近视”的肯定答案。倪海龙提到,这是非常错误的认知,屈光手术尽管可以看作是“一劳永逸的近视矫正办法”,但这好比是做了一个眼睛表面整形手术,或者说是眼睛表面装上了一个永远不用摘的“隐形



眼镜”,眼睛的近视度数是去除了,但高度近视带来的眼底部病变或潜在的风险早已发生,这种改变是不可逆的,伴随终生,并在未来有发生视网膜脱离等高危眼病的可能。近视度数越深,这些病变风险越大,因此,要高度重视近视的预防和控制。即使做了手术后,也需要定期每年检查眼底等

讨论环节,钱江晚报资深编辑谷伊宁到场,分享了她近期眼病的情况,给在场的嘉宾敲响了“近视防控”警钟。她是一位高度近视患者,戴镜三十余年,常戴隐形眼镜,深受干眼及眼底病变困扰,“近视是伴随人终生的眼科问题,因此,关键在预防,抓小抓早是一贯奉行的近视防控原则。”作为深耕医疗领域三十余年的媒体人,谷伊宁团队与倪海龙专家团队在2018年起就紧密合作,通过媒体的力量将科普公益传递得更多,更广,给成千上万的用户呈现更丰富的科普形式并不断更新迭代。

“眼科医生最不希望看到的就是患者面临失明,近视防控关口要前移,要从幼儿阶段开始抓起,从娃娃抓起。”倪海龙提到,今年是习近平总书记就儿童青少年

眼健康作出重要指示两周年,国家又一次把“近视防控,拒绝小眼镜”提到了关爱儿童身心健康的突出位置,我们必须贯彻这个重要指示精神,持续推进近视防控宣传教育工作。

“全行业声音一致,是我们追求的目标,”依视路大中华区视力保健总裁林国樑说,“作为一家全球专业的光学镜片企业,我司响应国家号召携手眼视光专家们推出了近视管理白皮书。该书结合了科学、前沿的近视管理策略,希望和广大视光专业人员一起向全社会提供科学的规范的近视防控指导。”

除了对全行业形成近视防控共识的期待之外,依视路已在近视控制镜片研发方向做出较多努力,林国樑介绍,“我们通过全球领先的研究机构与眼视光专家合作,研发出一款新型近视控制镜片。临床实验结果显示,在提供清晰视野和舒适佩戴感的同时,其对近视发展有明显减缓效果,该款新型镜片将逐步开始应用于儿童青少年近视的矫正与控制。”

本报通讯员 曹露婷 金薇薇/文 吴志毅/摄