

# “小眼镜”挤满眼科门诊

## 多数近视,远视、散光、斜弱视也有增加 寒假或成孩子视力发展“分水岭”



昨天上午,一小患者在医院检查眼睛。 记者 许天长 摄

□记者 童程红 通讯员 王丽娜

放假了,不少家长会带孩子上医院检查眼睛,看看一学期下来,视力有没有改变。这几天,市眼科医院和多家医院的眼科门诊,15岁以下患者有大幅增加。不少小患者一学期下来近视度数增加了100度,有的还因为不良用眼诱发了斜弱视,可把家长们愁坏了。

### 门诊量增加50%,15岁以下患者占55%

昨天上午,在市眼科医院门诊大厅,记者看到,挂号处、验光处、配镜处,已经挤满了“小眼镜”。

医护人员说,放假几天来,日均门诊量从原来的1200人次增加到1800人次,15岁以下屈光不良的患者占55%,主要是近视,其次还有远视、散光、斜弱视等。

家住江东区幸福苑小区的刘女士说,自己是特意请了个假,带儿子豆豆来看眼睛的,“放假几天,他不是看电视就是玩手机,我和爱人都要上

班,实在不能时时看着他,管着他。”刘女士说。

经检查,才上小学二年级的豆豆左右眼分别有200度和300度的近视。左眼较上学期增加了75度,右眼增加了100度。这让刘女士非常懊悔:“应该一早就把电视遥控器藏起来,把电脑上锁。”

市眼科医院眼视光门诊主任、主治医师周磊表示,从门诊情况来看,视力明显下降的小患者不少。有的几个月里近视度数增加了100度甚至更多,有的从假性近视转为真性近视,有的并发了散光。

### 多种原因致少年儿童近视多发、早发

在小儿眼科门诊,医生们发现,300度以上近视小患者中,90%以上经常接触小型数码产品。有的孩子抱着iPad能玩一下午,有的孩子偷偷破译了父母的手机密码,然后看视频玩游戏。

“有研究表明,人眼在对着数码产品时,眨眼频率会大大降低,眼睛得不到泪液的养护,时间稍长就会出现视疲劳,进而导致干眼和近视。”周医生说。

学琴、学棋的孩子也是近视的高发人群。这是因为,孩子练习时,需要长时间近距离用眼,容易让眼睛过度疲劳。对于这些出现近视苗头的孩子,医生建议家长,给孩子用点抗疲劳的眼药

水,同时,带孩子去打乒乓球、爬山,让眼睛得到放松和锻炼。

部分家长“舍本逐末”的做法也间接导致了孩子的近视。在市六院眼科中心,一些候诊的家长告诉记者,自己给孩子买了眼保健仪、护眼灯,以及有护眼功能的作业本,经常给孩子吃猪肝、枸杞、胡萝卜,怎么孩子还是近视了,而且度数不断增加?

对此,市六院眼科中心主任医师王育文表示,少年儿童近视多发、早发,与不良读写姿势也有很大的关系。家长与其花钱买“装备”,不如帮助孩子练好“内功”,掌握良好的用眼姿势和形成良好的用眼习惯。

### 人放假,眼睛也要跟着放假

寒假也将是孩子们视力发展的分水岭。其间如果注意用眼卫生,加强户外运动,200度以下的“小眼镜”完全有望降低度数甚至摘下眼镜。如果仍然我行我素,假期结束后,搞不好就要更换更高度数的眼镜了。

专家建议,广大家长要把握寒假,将孩子的视力往好的方向引导。

具体的做法是,减少使用数码产品的机会,电视控制在一天半小时以内,手机、iPad最好不

要碰。鼓励孩子出门,骑车、爬山、打球,自然光下的体育活动,可以增强眼睛的调节功能。学习时,灯光过强过暗都不行,窝在沙发上、斜躺在沙发上也不行。

当孩子出现眯眼等近视苗头时,家长不能随意购买市面上的护眼产品,而是要及时带孩子上医院检查治疗。确诊为假性近视的,可以使用药物散瞳;确诊为真性近视的,必须验配眼镜并经常佩戴。

## 宁波舟山港港区调整 合并两港区新增一港区

本报讯(记者 吴明京 通讯员 王军 宋兵)来自市港航管理局的消息,2月5日至7日,交通运输部和浙江省人民政府联合组织召开《宁波—舟山港总体规划(2012~2030年)》审查会议。根据该规划,宁波—舟山港港区重新调整:合并泗礁、绿华山两个港区,新增白泉港区,但整个港区总体上仍然保持“一港、四核、十九区”的空间格局。

据悉,一港即宁波—舟山港;四核即六横、梅山及穿山核心发展区,北仑、金塘、大榭、岑港核心发展区,白泉、岱山大长涂核心发展区,洋山及衢山核心发展区,在空间上引导港口集中发展;十九区即调整后的十九个港区,分别为北仑、洋山、六横、衢山、穿山、金塘、大榭、岑港、梅山、嵊泗、岱山、镇海、白泉、马岙、定海、石浦、象山、甬江、沈家门港区。

此前的2009年,交通运输部和浙江省人民政府联合批复了《宁波—舟山港总体规划》,明确了宁波—舟山港的功能定位和总体发展格局。随着“一带一路”、长江经济带、浙江海洋经济发展示范区和浙江舟山群岛新区等国家战略的深入实施,浙江省对宁波—舟山港发展提出了新的更高要求,为推进宁波—舟山港深度融合,于是开展新一轮宁波—舟山港总体规划编制。

## 我市最大滩涂水库 郑徐水库建成 每年可从曹娥江引水2.4亿立方米

本报讯(记者 边城雨 通讯员 胡钦炯)昨天从市水利局获悉,宁波最大的滩涂水库郑徐水库基本建成,每年可从曹娥江引水总量达2.4亿立方米,将大大缓解我市干旱缺水的局面。

郑徐水库建设工程被列为宁波及慈溪两级重点工程建设项目。工程建设选址位于慈溪市东部沿海郑家浦与徐家浦围涂区内,南靠九塘,北至郑家浦至徐家浦段十塘横堤,东接徐家浦西直堤,西至郑家浦隔堤,总投资8.5亿元,工程自2010年11月动工。水库采用半湖半库型式,占地总面积13355亩,其中水库占地面积1万亩。水库总库容为4270万立方米,去年1月大坝建成开始蓄水。

据数据预测,现有条件下,若完全由境内优质水资源负责供应慈溪所有的生活和工业用水,则不可避免出现缺水情况,其中2010年缺水2500余万立方米,2015年缺水6300余万立方米,2020年缺水更将达1亿立方米以上,郑徐水库建成之后,这一现状将大大改观。

## 长期空着房子不交租金 江东一租户 被取消公租房承租资格

本报讯(记者 谢昭艳 通讯员 王小辉 樊丽渊)近日,承租和塘雅苑小区公租房、长期拖欠租金及闲置房屋的承租户谢某,被有关部门联合上门清退。

和塘雅苑小区是宁波市首个大规模集中建设的市级公共租赁住房小区。自2013年8月份正式入住以来,小区内现有1951户来自海曙、江东和江北三区的承租户,入住率达93%。昨日,相关部门和单位对长期拖欠租金及闲置房屋的承租户谢某,联合上门实施清退。

据了解,此次被清退的承租户谢某,自2013年7月办理入住手续以后,长期闲置承租房屋且拖欠租金。其间,市、区住房保障部门曾多次催缴租金并要求其退出公租房。2014年6月,经司法程序,江北区人民法院判决谢某支付拖欠租金及滞纳金,谢某拒不执行。2014年10月,根据公共租赁住房相关管理规定,江东区住房保障中心取消了该户的承租资格。

江东区住房保障中心负责人张巍称,谢某长期(超过3个月)违规闲置公租房并拖欠租金的行为,已经被记入住房保障信用档案。此次取消其住房保障资格后,5年内不得享受公租房、经济适用住房和限价房等住房保障政策。