核心知识问答之三

0~6岁儿童眼保健

家长关于儿童眼健康的常见误区

误区一 宝宝的眼睛看上去很明亮肯定没问题

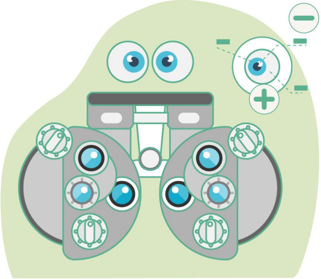
一些0～6岁儿童眼睛从表面看是正常的，但实际可能存在致盲性或严重影响视觉发育的眼病。比如位置比较靠后的先天性白内障、早产儿视网膜病变、先天性青光眼和其他先天性眼底病等，可能致盲；弱视、高度远视、散光和屈光参差等，会严重影响视觉发育。

误区二 小宝宝“对眼”没关系长大就好了

“对眼”医学上叫“内斜视”，婴幼儿的内斜视有真假之分。假性内斜视是由于宝宝鼻骨未发育完全，鼻梁宽且扁平，只是外观看起来像内斜视，随着鼻骨发育，“对眼”自然消失。

有的“对眼”是真的内斜视。内斜视是儿童常见眼病，会影响宝宝的视力发育，**还会影响立体视的发育，需要尽早治疗。**

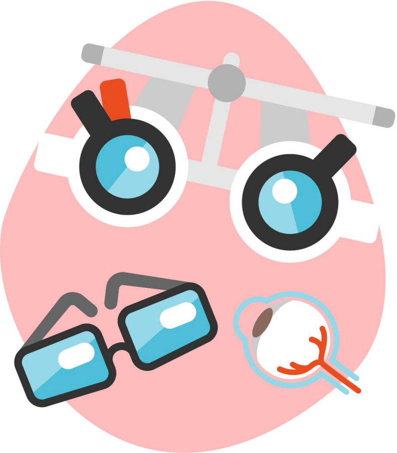
家长一旦发现宝宝有“对眼”，应及时找专业的眼科医生检查明确诊断，不要盲目认为会自然好转，耽误治疗。



误区三 孩子视力差就是近视了

引起儿童视力差的原因很多，近视只是其中一种。6岁内儿童近视较少，而远视和散光引起的视力异常更常见。另外其他眼病，如弱视、眼底疾病等也会影响视力。

所以，**如果发现孩子视力差，应进行详细检查，明确影响视力的原因，给予针对性的治疗和用眼指导。**如近视了要限制近距离用眼时间，远视引起的弱视要多用眼促进恢复。



误区四

孩子视力不好不用担心 长大就好了

若检查发现孩子视力异常，家长一定要重视。6岁以前是儿童视觉发育的关键时期，**如果孩子存在斜视、远视、近视和散光、先天性白内障和重度上睑下垂等眼部异常，都可以表现为视力差，**可能会影响孩子的视觉发育，引起弱视，导致长大后即使戴眼镜视力也不能正常。

误区五

散瞳药对孩子的眼睛有伤害

散瞳验光是儿童验光的必要步骤。不散瞳进行验光检查，经常会让正常的眼睛也表现为近视，或高度远视的眼睛表现为远视度数减低。散瞳后才能准确检查近视、远视和散光的度数，确定是否需要配镜矫正以及配戴眼镜的度数。

正确使用散瞳药物对眼睛和身体都是无害的，散瞳后短时出现的看近不清、畏光，随着药物的代谢会自然恢复。家长不应拒绝散瞳验光检查，以免错过孩子的最佳矫正时期，耽误、影响孩子的正常视觉发育。

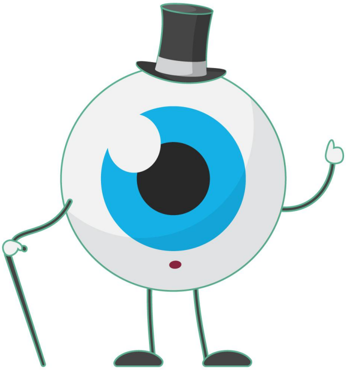
误区六

孩子不要戴眼镜
戴上就摘不下来了

眼镜的作用是帮助儿童解决眼部聚焦的缺陷，使儿童看清晰，促进视觉发育，缓解近视进展。

眼镜能不能摘下来要根据孩子的眼病种类和程度而定，中度的远视随着年龄增长而减轻，有可能摘下眼镜；散光和近视一般不能摘镜，要等到18岁左右视力发育稳定时，通过激光手术可以摘镜。

孩子有严重屈光不正，特别是合并斜视弱视时，**如果家长不愿意接受孩子戴眼镜矫治，则会延误治疗，严重者会影响孩子视觉发育甚至会留下终生遗憾。**

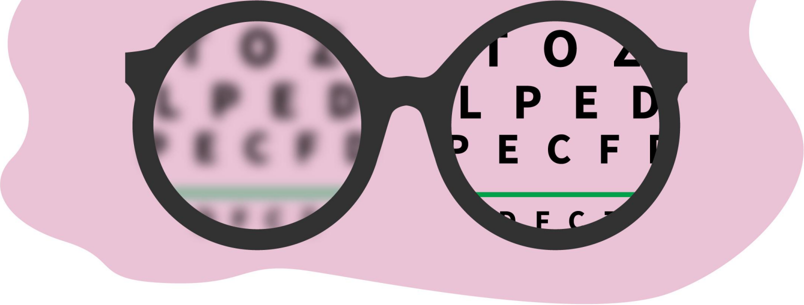


误区七

近视眼镜越戴度数越高

儿童近视后度数往往是每年增加，家长常误认为是戴眼镜引起的。其实这是由儿童近视本身的病变发展特征决定的，儿童近视发病年龄越小，成年后近视度数越高。

近视进展与年龄及用眼习惯有关，科学配戴眼镜可以减缓近视进展速度。孩子近视了，影响学习和生活，就要到医疗机构散瞳验光，准确配镜。


T O Z
L P E D
P E C F D
D E F C T

误区八 近视都是用眼不当造成的

近视分为单纯性近视和病理性近视。单纯性近视度数常低于600度，是遗传或用眼习惯等因素共同影响的结果。

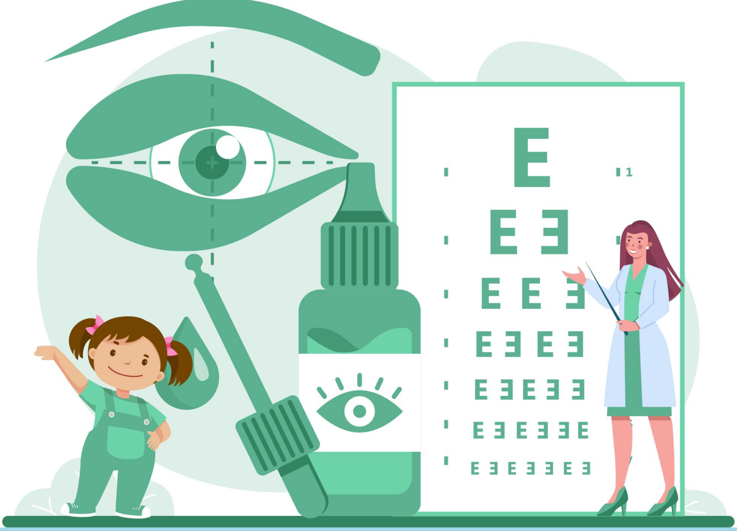
病理性近视度数常超过600度，伴有眼底视网膜病变，主要为遗传因素所致。遗传因素无法改变，父母如果患有近视，应特别关注宝宝的视力发育，带宝宝定期做眼部检查，以便早发现早治疗。**并应该帮助孩子养成良好的用眼习惯，减少近距离用眼时间，多户外活动，尽可能减缓近视进展。**

误区九

儿童配镜到眼镜店验下光就行了

儿童配镜前必须进行散瞳验光，**散瞳验光应当在专业的医疗机构进行。**

儿童的视力不良除了近视，还有远视、散光，有合并弱视的可能，其他眼病也可能会影响视力。因此，**带孩子到专业医疗机构通过眼科医生的检查和专业的医学验光后给出正确的配镜处方，才可以配镜。**



国家卫生健康委妇幼健康司 | 来源

健康中国政务新媒体平台可视化工作室 | 制作