

# 青少年近视“有迹可循” 角膜塑形技术可控视力加深速度

**于青** 视光部主任 眼科硕士 擅长用非手术方法矫正视觉功能障碍,包括视觉疲劳、青少年近视控制及各种眼部手术后的视觉功能重建。另外,对隐形眼镜相关检查、隐形眼镜佩戴并发症处理,特别是在青少年近视控制OK镜等特殊隐形眼镜方面有丰富经验技巧。



**胡祥进** 主任医师 小儿斜弱视专家 全国斜弱视学组成员,从事眼科工作30余年,擅长儿童斜弱视、低视力及复杂性屈光矫治,对疑难病症有独特的治疗方法。在国内率先提出“弱视儿童治愈后的四项脱镜指标”及蓝光闪烁治疗儿童电视性斜颈等研究成果,并拥有相关专利2项,获省市科技进步奖5项。



**吴江秀** 视光学硕士 从事视觉保健和医学验光多年,尤其擅长青少年的近视控制,对于儿童可配戴的OK镜和RGP角膜接触镜的验配具有丰富的经验,擅于处理各类眼镜配戴不适问题。另外,对于干眼、视频终端综合征及各种原因引起的视觉疲劳也有独到的处理方法。



**饶玉** 视光医师 从事小儿眼科及视光工作十余年,主要从事儿童斜弱视、青少年屈光发育保健及隐形眼镜的验配,擅长使用各种隐形眼镜(RGP、OK镜等)矫治屈光不正,控制青少年近视加深。另外对于儿童斜视弱视的诊断和治疗,以及婴幼儿早期视力检测也有丰富经验。



在近年公布的上海市中小学生《国家学生体质健康标准》抽样检测中显示,中小学生近视检出率仍“居高不下”。检测发现,学生视力近视检出率11-12岁为47%,13-15岁为66%,高中阶段16-18岁更达到75%。眼科医生提醒学生以及家长,预防近视没有特效药,关键在于纠正错误观念,进行长期综合干预。

## 警惕视力减退前的先兆

家长如果发现孩子视力有异常,比如眯眼、歪头等不良注视习惯,应当及时到医院就诊。戴镜是目前矫正儿童真性近视唯一有效的手段,切莫抱有“眼镜越戴越深”的错误观念。已有很多家长因为不想让孩子佩戴眼镜,一拖再拖,以至延误了最佳治疗时机。人们都认为视力减退是无声无息地降临,等到发现视物模糊时,木已成舟。其实,视力减退之前是有先兆的,比如发生眼疲劳,还有许多人还伴有眼睛灼热、发痒、干涩、胀痛,甚至引起偏头痛,亦可引起枕部、颈项、肩背部的酸痛。这是由于眼部的感觉神经发生疲劳性知觉过敏导致。

此外,斜弱视的问题也越来越常见,一般多发于儿童。弱视中最重要的为斜视性弱视,半数以上的弱视与斜视有关,从症状上来看,斜视为眼位异常,弱视是视力异常。弱视可以形成斜视,斜视可以导致弱视。

## 减缓视力加深速度的OK镜

青少年近视眼的自然变化过程是不可逆的。角膜塑形镜技术,就是人们常说的OK镜技术,这种眼镜只需在夜间睡眠时佩戴,白天无需佩戴,但经长期佩戴后能起到减缓近视加深的作用,这种方法已经得到国内外多次研究证实,是现有方法中最为有效的一种。

OK镜技术无法治疗近视,它的工作原理是在佩戴时改变角膜的几何形态,使中央变平,从而降低甚至消除近视度数。但角膜是有弹性的,在摘除OK镜后,角膜逐渐恢复到戴镜前的状态,因此,通过夜间佩戴OK镜改变角膜形态,降低近视度数,白天可维持正常视力,之后角膜恢复戴前状态,又需要佩戴OK镜来矫正。尽管佩戴OK镜无法永久性的矫正

视力,但长期佩戴,能有效减缓视力加深速度。美国俄亥俄大学、香港理工大学的研究表明,角膜塑形两年后,眼轴的增长只有佩戴框架镜和隐形眼镜的一半甚至更多。

OK镜的定做工艺复杂,对验配前的检查也要求很高,需要排除相关的眼表疾病和免疫功能问题;在初次检查要用2-3个小时详细测量眼睛各参数,硬性的要求有:近视在600度以下,散光150度以下等;在验配后还需要试戴,而且如果孩子的度数、眼压、散光值和个人卫生习惯不合要求,也是无法成功配戴的。但是由于这种镜片采用特殊高透氧材料,并且夜间佩戴,需要严格遵从科学佩戴方法。于青医生建议,因为OK镜主要还是在晚上睡觉时戴的,戴好后十分钟左右应当上床休息。

## 保持良好的用眼习惯

不良的用眼习惯是青少年视力的最大威胁。很多孩子喜欢躺着看书、看电视,殊不知这种轻松“享受”的同时,也在不停损害着眼睛。正确的方法应当调整坐姿,保证照明,每

次持续阅读不要超过一小时,间歇时做眼睛保健操或者极目远眺,都可以放松调节紧张的眼部肌肉。看电视距离不要太近,最好为电视屏幕对角线的4-5倍,另外,很多孩子喜欢玩电脑游戏,一待就是几小时,眨眼频率降到每十几秒甚至二十几秒一次,而正常人每五、六秒钟眨眼一次,此期间,注意力高度集中,眼睛泪液分泌量不足,以至于无法保持眼睛表面的湿润,造成“干眼症”,严重的甚至会损伤角膜。事实上,让孩子多多“回归自然”,鼓励孩子多进行室外活动,在更多视野开阔、空气清新的环境得到彻底放松。

**张筱琳**  
活动内容:如果您的孩子近期有眯眼、歪头、揉眼睛、借用同学的眼镜、经常看电子产品并且半年以上没有做过专业视力检查的,可参加免费青少年近视控制视力咨询(免费预约专家及专业评估)。

活动时间:5月27日-6月10日  
活动人数:每位专家限定30位名额  
报名方式:021-50196116(9:00-18:00)  
报名截止时间:6月6日

## 第三届·上海装饰装修博览会

### SHANGHAI DECORATION EXHIBITION

**惊喜连连送,好礼不断篇**

惊喜一: 报名即得精美报名礼一份(每天限前500名)

惊喜二: 现场下订可得签约大礼包一份

惊喜三: 整点抽奖赢豪礼

惊喜四: 名品建材9元超值秒杀  
(礼品总价不超过5000元)

时间: 5月31日~6月2日

地点: 上海国际展览中心  
娄山关路88号/兴义路77号【9:00~17:00】

索票热线: 400-822-4366

网络报名: www.jtzs.com

**名优家装推荐平台**

**全市超低价建材热销新品**  
沪上市民疯狂抢购

**上海家装标杆领军企业联盟打造**  
20万质量保证金单位共同参与

**10000m<sup>2</sup>超大规模卖场式建材展馆**  
&家装实景盛大开放

**年度最具影响力装潢大展**  
30万待装修市民翘首以待

**施工艺现场展演** 千套施工实拍首度公开  
热销100建材企业携 4500款建材强势出击  
五大讲座连番上 获益不忘献爱心

**8展合一 真正的博览会!**

**第三届 上海建材团购展: 冰点价建材限时抢购**

**2014 “市民喜爱的品牌家装” 交易展: 覆盖所有装修需求**

**第二届 上海套餐式装修团购展: 满足所有消费者心理价位**

**2014 别墅宜居生活设计展: 品质人文住宅超凡体验**

**第五届 臻品软装定制展: 当红风尚家居待您品鉴**

**2014 高端大宅精品设计展: 不容错过的至臻感官体验**

**第一届 申城家装先锋工艺展: 国际先进家装工艺展演**

**第七届十大优秀青年室内设计师获奖作品展: 获奖作品悉数展出**

**联合主办: 20万家装饰质保金单位**    **上海家装标杆领军企业**

**支持单位: 上海装饰装修行业协会**

媒体支持:

劳动报	时代	DECORATION 室内装饰	和家	STDeco	上海商报	搜房网
Google	大众点评	Bei 百度	SouFun	房天下	地铁供线	房天下

**交通指南 / 地铁:**  
2号线娄山关路站3号口/10号线伊犁路站4号口  
出口处免费提供会场直通车,提供专车观展接驳服务。  
【接驳时间: 9:00-17:00】

**公交:**  
57、925、925B、936、911、709、784、806、938、158、69、836、827等直达会场。

**停车:** 会场周边大型停车场提供免费停车服务。