

防控“小眼镜” 社会在行动

本报记者 丁美栋

近年来，儿童青少年的近视问题，越来越引起全社会高度关注。增强护眼意识、加强体育锻炼、做好有效防控，多方协作联动，共同营造爱眼护眼的视觉友好环境，呵护孩子们的明亮双眸，需要全社会行动起来。

戴上“小眼镜” 麻烦真不少

最近，家长熊美娟有些烦心事。孩子田梓灏回家，总说在课堂上看不清黑板，眼睛有时还会出现酸涩感。熊美娟马上带着孩子去医院做了一次系统检查，结果发现孩子视力已经有所下降。

田梓灏是福建省三明市小学五年级学生，此前视力一直不错。“前段时间，孩子在家看书看电视时，偶尔会揉眼睛，当时我没太当回事。”熊美娟对自己的疏忽感到懊悔，并准备按照医生的建议，帮助孩子养成良好用眼习惯，防止视力进一步下降。

“戴眼镜给我的日常生活带来很多不便。”来自浙江省丽水市的中学生常轩瑶有两年的“近视史”。她说，冬天一进教室，眼镜便蒙上一层雾，视线一片模糊；日常参加课外体育锻炼，还得注意眼镜的脱落问题。

近年来，儿童青少年近视呈早发、高发、低龄化态势，已经成为影响孩子们健康和全面发展的突出问题。监测数据显示，2022年中国儿童青少年总体近视率超50%，已经近视的学生中，轻、中、高度近视分别占53.3%、37.0%、9.7%。在某高中担任班主任的丁女士坦言，站在教室讲台上，看到很多“小眼镜”，“我真为孩子们的眼睛健康情况感到担忧”。

校园中的“小眼镜”为何这么多？“孩子近视的形成无外乎两个主要因素。一是遗传因素，即父母的近视情况对孩子有直接影响。二是环境因素，主要和孩子们的生活习惯、用眼习惯有关。”北京同仁医院眼科副主任医师田磊介绍。

一些儿童青少年在近视管理的“黄金期”，用眼陋习颇多：用眼坐姿不端正、做眼保健操不规范、长时间室内近距离用眼、使用电子产品时间过长……长此以往，孩子的视力损伤在悄无声息中发生。

防控“小眼镜”，已经是民生大关切。今年全国两会期间，代表委员提出多项提案建议，呼吁进一步关心近视防控，重视儿童青少年用眼健康。“需要通过各方努力，降低青少年的近视发生率，让每个‘追光少年’都拥有光明的未来。”全国人大代表、上海交通大学副校长、上海交通大学医学院院长范先群说。

今年全国两会民生主题记者会上，教育部部长怀进鹏介绍，将采取务实管用的举措着力解决“小眼镜”“小胖墩”和学生心理健康问题，加快实现校内减负提质增



左图：山西运城眼科医院医护人员在运城人民路小学了解学生视力健康状况。



右图：河北省邢台市广宗县第四小学学生在课间踢毽子。

效，促进学生全面发展、健康成长。

增强体育锻炼 培养爱眼习惯

“铃铃铃……”随着课间休息铃声响起，安徽省蚌埠市新城实验学校的操场逐渐热闹起来。孩子们纷纷来到室外，快速组队活动，或挥舞球拍、步伐灵活，或跳起皮筋、上下翻飞……在春日暖阳下，学生欢声不断，尽情享受体育活动带来的健康畅快。“我们坚持健康学校建设，用好用足课间休息时间，让孩子们来到户外活动和望远。这不仅有助于学生强健体魄，还能缓解视力疲劳。”新城实验学校校长顾庆悦说。

造成儿童青少年近视早发、高发的原因很复杂，主要有课业压力、生活习惯等因素。但有一个原因不容忽视——日间户外活动和体育活动时间不够，休息放松保障不充足。

户外活动预防近视主要与多巴胺有关。上海市眼病防治中心主任邹海东介绍，室外较高的光照水平会促进眼睛释放更多的多巴胺，延缓眼轴增长，从而起到

预防近视的效果。此外，户外强光照刺激瞳孔缩小、景深加深、模糊减少，也会对抑制近视发生起到一定作用。

中国已出台多项政策措施加强学生户外活动。2021年，国务院印发的《全民健康计划（2021—2025年）》提出，对青少年群体实施体育活动促进计划，推进青少年体育“健康包”工程，开展针对青少年近视等问题的体育干预。2023年，国家疾控局发布的《儿童青少年近视防控公共卫生综合干预技术指南》（以下简称《指南》）提到，以增加日间户外活动和体育活动为主要抓手，推动近视等学生常见病同防同控。今年3月，教育部等四部门联合部署全国近视防控宣传教育活动，要求中小学校课间应安排学生走出教室适量活动和放松，每天统一安排30分钟大课间体育活动。

学校是学生活动的主阵地。除了增加体育锻炼时间，各地中小学校还拿出不少创新举措，比如规范日常在校行为、改进教室配套硬件、引导爱眼宣传教育等，着力培养孩子们的爱眼习惯，共同向校园“小眼镜”说“不”。

在浙江绍兴，上虞区百官小学结合民间传统“抓骰

防胜于控 控重于治

“我和身边的家长交流过关于孩子视力的话题，感觉一些家长对近视问题还不够重视，发现时孩子视力已经明显下降，无奈只能戴上眼镜。”熊美娟说。

“对于近视问题，很长一段时间社会普遍存在‘重治轻防’的错误观念。”陕西省保健学会学校卫生与健康专委会主委肖延凤表示，儿童青少年近视问题，应防胜于控，控重于治。

国家卫生健康委发布的《防控儿童青少年近视核心知识十条》（以下简称《十条》）指出，预防近视从小从早做起。儿童眼球和视力是逐步发育成熟的，新生儿的眼球较小、眼轴较短，此时双眼处于远视状态，这是生理性远视，被称为“远视储备量”。随着儿童生长发育，远视度数逐渐降低而趋于正视。远视储备量不足容易发展为近视。

家庭是近视防控的第一道防线。家长要从孩子出生就树立近视防控意识，给孩子一个健康视觉环境，帮助孩子养成良好用眼习惯，做到近视早发现、早预防、早诊疗。

分龄管控视屏时间是近视防控的重要一环。数据表明，2022年中国未成年人网民规模为1.93亿，未成年人互联网普及率达97.2%，基本处于饱和状态。智能终端普及的东风为未成年人开阔视野的同时，也在无形中对孩子产生不良影响。“视屏类电子产品的屏幕亮度、环境亮度、观看距离和暴露时间，是影响儿童青少年视力的主要因素。”北京大学儿童青少年卫生研究所教授马军认为，儿童青少年眼球透过性好，对光刺激敏感，对光变化反应能力强，更容易受到视屏类电子产品的影响。

专家建议，家庭选择电子产品，使用次序应为投影仪、电视、电脑、平板、手机。总体原则是屏幕越大、分辨率越高越好，并根据环境调整亮度。同时，家长应积极关注孩子视力健康，陪伴孩子共同运动，引导减少使用电子产品。

《指南》还提出，建立视力定期筛查制度和视力健康信息化管理。在广西壮族自治区南宁市青秀区，家长可以登陆学生视力监测家校信息共享平台，实时看到孩子视力各方面数据，并根据建议采取相应防控措施。

一旦确诊孩子近视后，应及时科学干预。《十条》建议，通过佩戴眼镜等进行矫正，延缓近视进展。对于戴镜视力正常者，学龄前儿童及小学生每3—6个月、初中高中生每6—12个月进行复查，根据具体情况决定是否更换眼镜。耳穴压丸等中医适宜技术经循证医学证实可控制近视进展，学生及家长应在专业医师指导下规范应用。

此外，国家卫生健康委等6部门联合印发的《关于进一步规范儿童青少年近视矫正工作切实加强监管的通知》明确指出，在目前医疗技术条件下，近视不能治愈。任何宣称能逆转近视的治疗方式，均涉嫌夸大和虚假宣传，家长需注意甄别，切忌“病急乱投医”。

世界·永康五金指数

2024年3月永康五金三大景气指数同步上涨

截至2024年3月，随着春节假期结束，企业全面复工复产，五金相关行业实现较快增长，构成永康五金景气指数的三大指数同步上涨。其中，生产景气指数环比涨幅最大，优于市场交易景气指数、外贸景气指数。

一、永康五金市场交易景气指数微幅上升

截至2024年3月，永康五金市场交易景气指数收于99.74点，环比上升0.34个点。与2月相比，市场需求景气指数、经营效益景气指数以及总体判断景气指数微幅上调，要素供给景气指数小幅下行，四大分项呈“三升一降”格局。

二、永康五金生产景气指数升幅较大

截至2024年3月，永康五金生产景气指数收于101.64点，环比上升10.02个点，生产景气指数重回扩张区间。与2月相比，市场需求景气指数、经营效益景气指数以及总体判断景气指数上升幅度较大，要素供给景气指数小幅下降，四大分项呈“三升一降”格局。

三、永康五金外贸景气指数环比回升

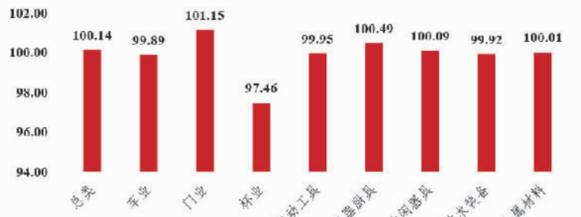
截至2024年3月，永康五金外贸景气指数收于95.96点，环比上升4.41个点。与2月相比，市场需求景气指数回升幅度较大，经营效益景气指数和总体判断景气指数小幅上调，要素供给景气指数小幅下降，四大分项呈现“三升一降”格局。

2024年3月永康五金三大价格指数集体回升

截至2024年3月，随着春节假期后制造业项目陆续复工，相较于五金材料的总体供应，五金市场需求更为旺盛，构成永康五金价格指数的三大价格指数集体呈现微幅回升态势。

一、永康五金市场交易价格指数微幅回升

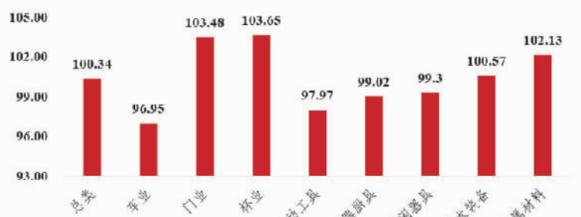
截至2024年3月，永康五金市场交易价格指数收于100.14点，环比上涨0.19个百分点。与2月相比，门业、休闲器具、技术装备以及金属材料四大行业环比上升，其中，技术装备行业涨幅最高，上涨0.18个百分点；车业、杯业、电动工具和电器厨具四大行业环比下降，八大五金行业呈“四升四降”格局。



永康五金八大行业市场交易价格指数图

二、永康五金生产价格指数环比小涨

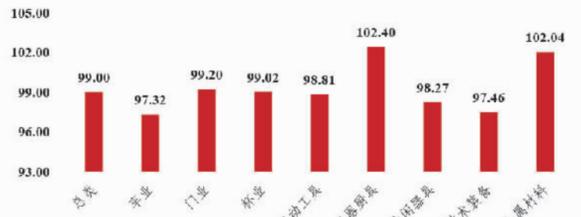
截至2024年3月，永康五金生产价格指数收于100.34点，环比上涨0.95个百分点。与2月相比，门业、杯业、电器厨具、休闲器具和金属材料五大行业环比上升，其中，杯业涨幅居首，环比上涨3.01个百分点；车业、电动工具、技术装备三大行业环比下降，八大五金行业呈“五升三降”格局。



永康五金八大行业生产价格指数图

三、永康五金外贸价格指数微幅上行

截至2024年3月，永康五金外贸价格指数收于99.00点，环比上涨0.13个百分点。与2月相比，杯业、电动工具、电器厨具和金属材料四大行业环比上升，其中，电器厨具行业涨幅最大，环比上涨2.40个百分点；车业、门业、休闲器具和技术装备四大行业环比下跌，八大五金行业呈“四升四降”格局。



永康五金八大行业外贸价格指数图

2024年3月永康五金产业发展持续向好

截至2024年3月，永康五金产业发展持续向好。具体来看，永康五金电商指数持续表现良好，创新指数稳步上升，产业链指数持续提升，物流指数小幅上扬。

一、永康五金电商指数表现良好

截至2024年3月，永康五金电商指数为107.99点，较2月上涨1.66个点。其中，境内电商指数收于99.26点，跨境电商指数收于116.72点，跨境电商指数表现出良好的增长势头。

二、永康五金创新指数稳步上升

截至2024年3月，永康五金创新指数为107.76点，较2月上涨5.86个点。其中，创新投入指数为110.97点，较2月上涨13.05个点；创新产出指数为106.42点，较2月上涨3.89个点。

三、永康五金产业链发展水平持续提升

截至2024年3月，永康五金产业链指数收于102.47点，较2月上涨4.28个点。其中，产业链规模指数为98.78点，产业链质量指数为107.29点，产业链稳定性指数为100.21点。

四、永康五金物流指数小幅上扬

截至2024年3月，永康五金一季度物流指数收于119.89点，较2023年四季度上涨1.22个点。其中，物流经营指数为130.71点，物流流量指数为111.93点，物流支撑指数为104.78点。

