

# “摘镜大招”就能一劳永逸吗？

全国6亿人近视，屈光手术受到近视患者青睐，但得防误区

我国到底有多少人近视？2018年世界卫生组织公布的一项研究报告显示，中国近视患者达6亿人。去年6月5日，国家卫生健康委发布我国首部眼健康白皮书《中国眼健康白皮书》指出，我国儿童青少年近视眼总体发生率为53.6%，大学生近视总体发生率超90%。到正规医院进行屈光手术，成为越来越多近视患者的“摘镜大招”。那么，屈光手术是否安全？手术后如何护眼？不能进行手术的未成年人如果防止近视？



摘下近视镜，是很多人的梦想 视觉中国供图

## 灵魂之问

### 手术摘镜，安全性如何

2018年，王凯进行了全飞秒屈光手术，没有任何并发症和后遗症，甚至术后第二天就回归了工作岗位，现在他的工作生活用眼一切正常。王凯是北京大学人民医院眼视光中心主任医师，他对此类手术持肯定态度。“屈光手术主要分为角膜屈光手术和眼内屈光手术（ICL）。角膜屈光手术包括表层手术、全飞秒、半飞秒；眼内屈光手术主要是眼内镜、眼内接触镜植入手术。”王凯表示，目前来看，无论在国内还是国外，屈光手术都是摘镜的主要治疗手段之一。解放军总医院眼科医学部派驻六中心眼科副主任医师秦力维表示，随着屈光手术术前检查和手术设备的不断改进，手术并发症的预防和治疗更加成熟，手术技巧日趋精湛，屈光手术的安全性已经大大提高了。“手术过程中基本没有非常严重的并发症了，最多是因手术配合等问题暂停手术改期再行或术式的更改等。手术出现后遗症、并发症的概率都很低。”秦力维认为，应该加大对屈光手术利弊的宣传，实事求是，让大家更加了解这种手术，对各种类型手术的适应症有所了解，明白自己的眼睛为什么要选择这种手术方式，而不是一味地选择贵的、流行的术式。同时，大家要正确看待网络关于屈光手术的误解和谣言。不能把这种手术神化，认为它十全十美，也不要因为个别不实的谣言而把它拒之门外。

但值得注意的是，后遗症、并发症的概率很低并不代表万无一失，绝对安全的手术是不存在的。因此，多位眼科医生提示，患者术前要积极配合医生做严格全面的眼部检查，按医嘱做好术前准备；术中放松心情配合医生顺利完成手术；术后最主要的就是严格按照医生交代的术后注意事项，按需按量点眼药水，及时到医院来就诊复查。徐州医科大学附属医院眼视光中心主任赵愈敏举例：屈光手术术后要点一种激素类眼药水——氟米龙滴眼液，这种眼药有的人点一年都没事，但有人点完眼压就会升高。有个男生做完手术后没有按医嘱回医院做术后复查，而是一直在点氟米龙滴眼液三个月，半年后他发现其中一只眼看不清楚了，到医院检查后诊断他患上了青光眼。其实这个后果本来是可以避免的，若术后严格按照医嘱来复查，医生就会发现他眼压高，停药或者换一种药就没事了。

## 实话实说

### 矫正不是治愈，近视眼还存在

很多人在完成屈光手术后会走进一个误区：认为做完手术可以高枕无忧了。但其实手术只是把眼镜从鼻梁上拿下来，放到眼球上去了，近视眼还是存在的。不少专家在采访中表示，术后若不注意用眼卫生，过度近距离用眼还是会再近视的。

“屈光手术术后还应该像预防近视眼一样保护自己的眼睛。”秦力维说，屈光手术后与近视前护眼是有区别的，术后的眼睛都是不戴眼镜的近视眼，他们的眼内结构还是原来近视眼时的状态，特别是术前高度近视的患者，术后一定要避免极限运动、外伤、劳累，每年要散瞳查眼底，少看电子产品，减少近距离视物的时间，多参加户外运动，饮食均衡、定期复查视力、眼底。

王凯对此非常认同，他建议，术后前半年，应注意控制用眼强度，尤其是近距离用眼强度，如果天天躲在被窝里刷手机，眼睛的调节功能会跟不上，可能会出现假性近视或者视力回退等情况。

如果真的发生了假性近视，早期可以通过用药缓解视疲劳，远眺放松等方式恢复。若确实又近视了，也可以根据检查数据决定是否可进行二次手术或佩戴低度矫正眼镜。秦力维告诉记者，这种情况在术前年龄小，术前自身近视度数不稳定，术后用眼过度或高度近视持续性发展的患者中多见，大多数患者的并发症和后遗症并不多见。

“值得警惕的是，有的人做了近视眼手术以后又看不清楚了，可能是又近视了，但也有可能是患上了其他眼疾。有问题要及时到医院就诊，看看是又近视了，还是有别的眼病，切勿‘自我诊断’耽误治疗。”赵愈敏提示。

## 视角

“一定要把科学的近视科普知识传递给公众，让科普知识通过媒体平台获得更有效的传播；还要注意针对性，根据不同的科普对象制定不同的内容，在科普的过程中加强互动，以便了解不同对象存在哪些认识误区，并加强其理解，从而化为正确的行动。”——全国综合防控儿童青少年近视专家宣讲团成员倪海龙

## 防控之道

### 坚持“教医协同”，降低近视率

2018年，八部门联合印发《综合防控儿童青少年近视实施方案》提出，到2030年，实现全国儿童青少年新发近视率明显下降，儿童青少年视力健康整体水平显著提升，6岁儿童近视率控制在3%左右，小学生近视率下降到38%以下，初中生近视率下降到60%以下，高中阶段学生近视率下降到70%以下。

国家耳鼻咽喉疾病临床医学研究中心主任、全国综合防控儿童青少年近视专家宣讲团团长瞿佳指出，近视防控不仅是国家战略，更要成为全民参与的民生工程。一方面要持续推进近视普查等工作，关注每个孩子的眼健康，持之以恒地落实各项有效举措；另一方面要广泛开展形式多样的科普宣传，不断增强科学眼健康理念，尤其要加强家长防控近视的主动性和积极性，在日常生活中引导孩子养成良好的用眼习惯。“此外，近视防控一定要坚持‘教医协同’，发挥学校在防控工作中的主观能动性，通过减轻学生的课业负担、增加学生的户外运动等举措有效推动防控工作落到实处。”

就在前不久，明月镜片携手儿童青少年近视防控专家与社会媒体开展“医媒共创研讨会”，上海市东方医院本部眼科主任、温州医科大学附属眼视光医院视光诊疗中心主任毛欣杰在会上表示，现在的近视控制需要个性化方案，仅仅验光还不全面，还要进行视光诊疗——眼轴测量、双眼视觉功能检查等。医生通过眼视光诊疗方式对孩子的眼睛有充分的了解后，选择个性化矫正方案，根据不一样的年龄、度数以及需求，选择不同的干预方法。“除了增加户外活动时间，减少用眼负担之外，还可以选择不同的光学矫正方法，比如功能性眼镜、角膜塑形镜、多焦软镜，同时一些药物对近视控制也有一定帮助。”“当下，大家对视觉健康的需求发生了变化，不单单是看得见还要看得清晰，看得舒服，看得持久。”江苏省眼镜协会副会长谢公兴向记者解释道，一副眼镜中，“视觉健康”的功能主要由镜片承载，不同的镜片可以满足不同用眼需求。比如针对孩子，有延缓近视度数加深的近视管理镜片；针对开车、外出等户外环境，有阻隔紫外线、防眩光的偏光太阳镜片；针对经常使用电子屏的视屏族，有阻隔有害蓝光的双重防蓝光镜片等。

据光明日报

刊登热线：025-84783581、13675161757  
地址：洪武北路55号置地广场1806室

## 厨师待聘

待聘厨，家常菜。  
13379522454

## 公告

南京居尚堂网络服务有限公司减资公告 根据2021年8月11日股东会决议，南京居尚堂网络服务有限公司拟将注册资本从90万元减至81万元，现予以公告，债权人可自公告之日起45日内要求公司清偿或提供担保。特此公告。南京居尚堂网络服务有限公司 2021年8月11日

注销公告 南京福全顺工贸有限公司股东(大)会于2021年8月9日决议解散公司，并于同日成立了公司清算组，请公司债权人于本公告发布之日起45日内，向本公司清算组申报债权。联系人：张一池 地址：南京市海福巷20号 联系电话：84876245 邮编：210007

## 遗失

遗失 南京市江宁区王龙餐饮店食品经营许可证副本，编号：JY23201150051861，声明作废。

科学防疫  
绝不松懈

不信谣 不传谣  
理性关注 不恐慌

现代快报+ ZAKER南京

