



EYE

警惕近视低龄化

编者按

近年来,我国近视发生率居高不下。近视已成为影响国民尤其是儿童青少年眼健康的重大公共卫生问题。《中华眼视光学与视觉科学杂志》上发表的一篇文章称,近视是世界范围内的高发疾病,当前全球近视患病率超过28.3%,预计到2050年将达到49.8%。国家卫生健康委数据显示,我国超7亿人是近视患者,其中,儿童青少年总体近视率为52.7%,青少年近视率居世界第一。

流行病学调查发现,病理性近视相关眼底病变已成为我国不可逆性致盲眼病的主要原因之一。为进一步提高近视防控和诊疗的规范化水平,推动和

加强我国近视防治工作,国家卫生健康委在2018年6月发布的《近视防治指南》的基础上,于近日组织全国防盲技术指导组结合国内外最新的学术研究进展修订形成了《近视防治指南(2024年版)》。

6月6日是全国爱眼日。为此,本期编辑部对比了新旧两版《近视防治指南》的不同之处,并请全国防盲技术指导组组长王宁利对《近视防治指南(2024年版)》进行解读,以期各级医疗机构、学校和家长对儿童青少年采用有效的干预措施控制近视进展的速度,缓解近视低龄化问题。

(详见4~5版)

本报讯 近日,国家疾控局发布学生常见病多病共防“十要义”系列。“十要义”系列由学生版、家长版、校园版、社区版4个版本组成,每个版本提出10条具体措施,涵盖身体活动、合理膳食、充足睡眠、心理调适、环境优化等多方面内容。

据悉,今年4月30日,国家疾控局发布《学生常见病多病共防技术指南》,此次发布的“十要义”系列是为了帮助家庭、学校、社区更有效地做好学生常见病防控,助力构建多病共防多方协作模式,共同打造全方位学生健康生态圈。

学生版“十要义”包括:每天户外活动2小时,校内校外各1小时;记录运动数据,感受心情变化,激发运动积极性;久坐1小时后起身活动10分钟,放松眼睛和身体;用奶类、水果、坚果等替代高热量零食等。

家长版“十要义”包括:与孩子共同参与体育运动,增加身体活动量;定期关注孩子视力,及时调整用眼行为;学习阅读营养标签,科学选购食物,保持食物种类丰富、食物量适当;监测身高、体重变化,使用体质指数(BMI)评估孩子营养状况;增加亲子交流与互动,引导孩子做好情绪管理;倡导全家践行健康生活方式,营造积极家庭氛围等。

校园版“十要义”包括:改善学校体育环境,保障每日1小时校内户外活动;制定校园绿化方案,种植多样植物;配备标准要求的课桌椅,调整高度与身高匹配;校内避免售卖高盐、高糖及高脂食品,提供安全卫生的饮用水等。

社区版“十要义”包括:建立“健康菜市场”和“健康小餐桌”,推广健康食材和菜品;设立“社区家长开放日”,增进家庭间互鉴互学互促;组织建立家庭互助小组,分享孩子成长经验和解决方案等。(陈辰)

学生常见病多病共防“十要义”发布

02 赵继宗:网络神经外科
将成脑科学转化研究纽带

神经外科学要多学科交叉融合和协同发展,网络神经外科不仅为难治性神经系统疾患提供了更安全可靠的诊疗方法,同时也为神经外科学开辟了一条脑科学研究临床转化之路。

07 “我们希望发表能够
激发灵感的科学成果”

我们希望发表能够激发灵感的科学成果,确保成为高质量研究的大本营。通过发行新刊,或与新学会建立重要的伙伴关系,将好的期刊添加到期刊组合中。

12 当我们彼此温暖,
春天终将到来

作为医生,有时我深感无奈,因为能为患者做的事情太有限了。但就像特鲁多那句著名的格言“有时是治愈,常常是帮助,总是去安慰”,当我们彼此温暖,终有一日,春天将会到来。