



圈里事

“近视手术不能治愈近视”上热搜 引发网友关注视力健康



远离近视

“治未病”是最好方法

“近视手术无法治愈近视。”前两天，一则和眼睛有关的话题登上热搜，引发桂林网友热议。不少桂林网友吐槽自己近视后的种种不便，现身说法提醒大家要爱护眼睛、爱护视力。记者为此采访了桂林本地眼科专家，请专家为大家介绍如何科学用眼、科学矫正视力。

话题 近视治不好 麻烦还不少

日前央视网报道，北京同仁医院眼科主任魏文斌表示，目前为止，还没有一种药物或者一种手术能把近视治好。近视的手术，仅仅是为了给大家摘眼镜，近视的状态是永远没有变化的。尤其是高度近视、超高度近视，引起我们眼球的变化，视网膜会变得越来越不健康，最终有失明的可能。

新闻发布后，这一话题登上相关网络的热搜第一，同时也引发了本地一些网友关于近视的讨论。

“戴眼镜时间长了，眼镜压在鼻梁上非常难受。有时候眼镜乱放一下子找不到，整个人就和瞎了一样。”市民于女士吐槽近视后戴眼镜给自己带来的种种不便。

市民李先生同样对近视后佩戴眼镜所带来的不方便感同身受。他说，戴眼镜后，镜片爱起雾给他带来了不少的麻烦。“戴口罩时，人体呼出的废气从口罩上沿排出去，一会儿就把眼镜弄得雾蒙蒙的，必须把眼镜摘下擦拭，才能继续佩戴。吃热食物时也是一样，像涮火锅、喝热汤，就连嗦米粉，这些食物冒出来的‘热气’，很容易让眼镜起雾，只能把眼镜摘下来进食，这时候裸眼又看不清，感觉食欲都降低了不少。”

对于“近视手术无法治愈近视”，不少网友也发表了自己的看法。

网友“平安小猪”说，据他所知，一些行业在报考或招聘时对视力有要求，有些还特别注明眼屈光矫正手术者无法报考或应聘。

市民禹女士说，自己近视度数有300多，之前她一直考虑要不要做近视矫正手术，看了这个话题她决定暂时不做手术了。

专家 近视手术仅仅是矫正

针对近视话题，桂林医学院附属医院眼科副主任医师靳荷表达了自己的观点。她表示，近视确实是不可逆的。近视手术也无法治愈近视，能做的仅仅是矫正近视，为了帮助大家摘掉眼镜而已。

专家表示说，医学上将近视分为屈光性近视和轴性近视，前者与角膜或晶状体屈光力的改变有关，后者是由于眼轴长度延长所致。还有一种人们常说的“假性近视”，则是由于用眼过度致使睫状肌持续收缩痉挛，晶状体厚度增加而导致视物模糊不清，这种情况下放松睫状肌后，视力能够恢复正常。

记者了解到，矫正近视有三种方式，分别是佩戴框架眼镜、佩戴隐形眼镜，以及接受近视手术。

对于隐形眼镜，专家介绍，长期佩戴隐形眼镜会造成眼部缺氧，容易导致干眼症、急性角膜炎等问题。另外，配戴隐形眼镜过程中如不注意卫生，则会埋下健康隐患。不少人在配戴隐形眼镜过程中由于手部或镜片受到细菌感染，没做好卫生清洁，结果引发眼部的炎症。

对于近视手术，人们也有需要注意的地方。专家表示，“近视手术是有严格的年龄规定，适应年龄在18至50岁左右。”18岁以下近视群体因为度数增长快、视力还未趋于稳定，最好不要考虑做此类手术。而40岁以上中老年患者，也要慎重考虑手术的必要性。

“目前近视矫正手术分为角膜激光手术和人工晶体植入手术，角膜条件允许的近视患者会首选前者。”



建议 远离近视 预防才是根本

前不久，记者拿到一份今年桂林某城区中小学幼儿园视力筛查数据，从数据看，有些孩子从幼儿园就开始近视了。

眼科专家介绍，总的来看，目前青少年的近视人数越来越多，所以做好近视的预防，尽量不要让孩子近视过早发生，发生近视后，不让近视过快加深。这位专家提醒，目前防控近视的方法有限，千万不要轻信一些商家或机构有关“逆转近视、治愈近视”的不实宣传。目前医学上还不能做到治愈近视，当下的关键在于让孩子近视增长速度慢下来。

要如何预防近视，或者防止近视加重呢？专家介绍，国内外的研究表明，预防近视的最好方式就是加强自然阳光下的户外运动，每天至少要有半个小时、最好是两个小时的户外活动，这样可以有效延缓近视发展。因为自然光能够刺激人体多巴胺分泌，有效延缓眼轴增长，并且在户外瞳孔会缩小，景深增加，造成视网膜成像清晰，可有效缓解近视恶化。

另外，科学用眼有个“20、20、20黄金准则”，同样有助于培养孩子良好的用眼习惯，即：在孩子看20分钟书后，向20英尺外的地方远眺20秒钟。以及写字“1-1-1”原则，即：写字时，身体距离桌子1拳，眼睛距离纸面1尺即33cm，握笔距离笔尖1寸。

对于经常面对电脑工作的成年人来说，要注意光线刺激，不管是室内光线，还是电脑屏幕光线，强烈的光线刺激都会对眼睛造成伤害。有些人喜欢关灯在夜间玩游戏，电脑屏幕光线直接刺激眼球，对眼睛伤害很大。坐在电脑前时，也可以参照上述科学用眼的“20、20、20黄金准则”等。只有耐心、用心去培养正确的科学用眼习惯，才能在根本上遏制近视的发生。

记者周子琪

为了家人，为了自己，爱惜生命，预防艾滋

