

## 快速生长叠加学习负担,让孩子患近视的风险大增

## 医院眼科有个无奈的“三年级现象”

□本报记者 徐日明

“来,写个你的名字给我看看。”哈尔滨市眼科医院眼肌屈光科副主任医师何龙接诊时对患儿提出了这个要求,看着患儿一笔一画地写着,医生渐渐眉头紧锁。因为患儿的握笔姿势原因,拇指挡住了写出的字迹。为了看清自己的字,患儿的眼睛被迫离书本很近。“这就是小学生近视的一个重要原因。”何龙医生说,这个患儿虽然刚刚9岁,但是近视已经超过了100度。近日,记者从哈尔滨市眼科医院了解到,该院2023年近视眼患者为21371人,14岁以下儿童占比为六成以上。眼科医生表示,读写姿势不正确、户外活动少、不当使用电子产品等原因造成了少年儿童近视高发。

## 握笔姿势不正确

## 拇指挡住视线让视力减弱

“在患儿就诊的时候,我通常会让孩子写几个字,而在孩子写字的时候可以看到,因为对读写姿势的忽视,拇指挡住视线让孩子视力越来越弱。”何龙医生说。

“‘手离笔尖一寸,胸离桌子一拳,眼离书本一尺’,这是预防近视眼应该学习的,但在眼科医院的门诊中,看到的情况却不乐观,因为能做到这一点的小学生并不多。”何龙医生说。不正确的握笔姿势让拇指挡住视线,孩子不得不离得更近才能看清字。何龙医生表示:“不会握笔,孩子长时间近距离写字,让近视眼在儿童中高发。”

同时,一些儿童因过早识字阅读,在睡前躺着阅读或是在灯光较暗的情况下阅读,导致眼部疲劳,最终形成近视。

## 小学三年级以后

## 学生近视眼发病率超22%

在各大医院的眼科有一个无奈的“三年级现象”,我国小学生近视眼发病率22.78%,这部分患儿的主要发病时间在小学三年级以后。

“所谓‘三年级现象’是快速生长叠加学习负担而形成的。”哈尔滨市眼科医院近视激光治疗中心主任马志刚说,近视是因为眼轴变长形成的,孩子在出生后视力多为远视,且远视储备量足够,随后平均每生长10厘米眼轴就会加长1毫米。在6岁以前,孩子生长速度不快,加上足够的远视储备,同时学习任务相对较轻,因此6岁以前近视比较少见。孩子到了6岁以后生长加快,眼轴也在快速变长,一些远视储备不够的孩子就增加了近视的风险。

通常在小学三年级后,学习任务加重了,课外补习也开始了,在快速生长叠加学习负担的情况下,导致近视在孩子八九岁时高发。

## 手机游戏加上兴趣班

## 小心近视在快乐中发展

马志刚主任表示,儿童的兴趣班是一个值得注意的问题。他接诊了一名弹钢琴的6岁女孩,近视已经达到了500度。女孩说,弹琴的时候看五线谱很累。马志刚主任认为,排除家族遗传因素,单就孩子长时间盯着密密麻麻的五线谱就加剧了视疲劳。还有绘画班的孩子,要长达一两个小时盯着画纸以及参照物,对视力也会产

生影响。

另外,电子产品也是近视眼发病率居高不下的重要原因。每到节日和假期过后,这种情况愈加严重,有的孩子近视度数甚至会上升100度。医生介绍,一些孩子是由隔辈老人代管的,孩子父母经常不在家,只要孩子吵闹,老人就把电视打开或把手机给孩子看动画片,结果孩子才七八岁,就已经是200度的近视了。另有一些来院就诊的患儿家长介绍,孩子从两岁左右就开始接触早教软件,都是用平板电脑和手机学习。有的孩子喜欢玩手机游戏,五六岁就开始玩,每次玩几个小时,一上学就是“小眼镜”。

看屏幕不会直接导致孩子近视,最重要的是距离。眼科医院张志龙主任表示:“3岁以下孩子眼部肌肉发育不完全,眼睛过劳会导致视力过早变异。因此,3岁以下儿童不应使用电子产品,6岁以下孩子玩手机每天不应超过30分钟。”

## 近视应及时配眼镜

## 眼镜背不起的“两个锅”

记者在采访中遇到了市民张女士,她是带着儿子吉祥(化名)来看眼病的,吉祥刚10岁,近视已经达到了200度。说起为什

么不给儿子早些配眼镜时,张女士有自己的一套逻辑:“戴上眼镜,眼睛不就变形了吗?而且戴上眼镜就再也摘不下来了。”

张志龙主任表示,一直以来,“眼睛变形”和“越戴越近视”这两个锅总是眼镜在背,但事实并非如此。

张志龙主任拿出一个镜片说:“这是近视镜,呈凹透型。在平日的感觉中,戴了眼镜的人只要摘下眼镜就显得眼睛大且突出,影响美观,实际上是凹透效果的假象。近视患者因为眼轴增长本来就会使眼睛变大且突出,患者本人照镜子的时候,因为眼镜的凹透效果显得比较正常,只要一摘下眼镜,真实的影像就让人难以接受,但这实在不关眼镜什么事。”

同时,近视是不可治愈的疾病,戴上眼镜就摘不下来这是存在的,但这是疾病发展导致的,不关眼镜什么事。就算不戴眼镜,近视也会同样发展,而且比戴眼镜发展得更快。因此患者出现近视后,到正规医院接受治疗并正确佩戴眼镜是明智的选择。



## 福彩科普

## “刮刮乐”彩票有保质期?

即开型彩票,受到许多购彩者的喜爱。人们习惯将市面上的即开型彩票称作“刮刮乐”,实际上“刮刮乐”是福彩系列中即开型彩票的统一品牌名称。

以福彩刮刮乐为例,常有网友提问,刮刮乐卖得很好,为何偶尔会看到有关即开票游戏停售的公告呢,这是怎么回事?停售后是否影响兑奖呢?要了解详情,首先需要明白四点知识:一是即开票的使用期限,二是部分即开票游戏停售的原因,三是停售后的即开票如何处理,四是即开票游戏的兑奖期限。

## 一张即开票的使用期限是60个月

《彩票发行销售管理办法》第三章第二十四条规定:“传统型、即开型彩票的使用期限为自印制完成之日起60个月,使用期限到期后,应当停止销售。严禁销售超过使用期限的传统型、即开型彩票。”也就是说,一张即开型彩票从上市到退市,是有生命周期的,最长“寿命”是60个月。期限届满后,必须停止销售。

## 即开票游戏停售有两种情况

每年财政部网站都会公布停售的即开票游戏,也会公布批准上市销售的即开票新游戏,这属于彩票市场正常的“新陈代谢”,目的是持续优化即开型彩票游戏的产品结构,满足不断变化的市场发展需求。

部分即开票游戏停止销售的原因,大致有两种情况:一是已达到使用期限,必须停止销售;二是优化游戏产品结构,推陈出新,促进彩票市场健康发展。

发行彩票的初衷是筹集社会公益资金,促进社会公益事业发展。即开型彩票



游戏是筹集社会公益资金的载体,既要实现公益目的,又要通过市场发挥作用。因此,为了优化彩票游戏结构,促进彩票市场健康发展,满足购彩者的需求,财政部会批准彩票发行机构停止销售部分即开票游戏、上市部分新游戏,确保即开型彩票游戏结构合理,促进彩票市场运行有序、持续发展。

## 停售后的即开票必须销毁

《彩票发行销售管理办法》第二十七条规定:传统型、即开型彩票的废票、尾票以及超过使用期限的彩票,应当按照《实施细则》第二十七条、第二十八条的规定销毁。实施销毁前,负责销毁彩票和负责监督销毁的工作人员,应当将经批准销毁彩票的名称、面值、数量、金额与现场待销毁彩票实物进行核对,清点零张票,抽点整本票。核对无误后,出具销毁确认单并签字、盖章。核对中发现问题,应当立即停止销毁工作,查明原因并处置后再行销毁。

《彩票管理条例实施细则》第二十七条规定:纸质即开型彩票的废票、尾票,应当定期销毁。销毁彩票应当采用粉碎、打浆等方式。第二十八条规定:彩票发行

机构申请销毁纸质即开型彩票的废票、尾票的,应当向财政部提出书面申请并提交拟销毁彩票的名称、面值、数量、金额,以及销毁时间、地点、方式等材料。财政部应当自受理申请之日起10个工作日内,对申请进行审查并作出书面决定。彩票发行机构应当自财政部作出书面决定之日起30个工作日内分别在民政部、国家体育总局的监督下销毁彩票,并于销毁后20个工作日内向财政部报送销毁情况报告。

## 逾期不兑奖视为弃奖

购彩者应及时关注财政部和彩票发行机构发布的停售公告,留意您手中的即开票的兑奖时间,避免因超过兑奖期限造成弃奖的遗憾。

《彩票发行销售管理办法》第三章第二十八条规定,即开型彩票的中奖者,可以自购买之日起兑奖,兑奖的截止日期为该批彩票停止销售之日起的第60个自然日。逾期不兑奖的视为弃奖。

自财政部批准之日起两个月内,彩票发行机构会向社会发布公告,公告内容包括财政部的批准文件名称及文号、停止销售的即开票游戏信息、停止销售日期、兑奖截止日期等。

值得注意的是,如果相关通知中明确指出即将停售的即开型彩票的印刷批次,那么在不停售范围内的同名即开型彩票仍可继续正常销售、兑奖。

购彩者还可以与彩票销售站联系,明确自己购买的即开型彩票的兑奖期限。喜欢收藏彩票的购彩者,也请注意即开票停售通知,在相关彩票停止销售前及时购买。

广告信息

## 理性购彩

## 别让情绪牵着走

通过信用方式购彩、沉迷研究开奖号码、大额购彩、盲目跟风……小心,您的行为可能是非理性购彩!

适度购彩天天开心,陷入非理智情绪危害多!带来经济压力、影响工作事业、产生极端念头、透支信用影响未来……不加以节制,这些严重的后果会对您的生活造成影响!时刻保持理性,必要时寻求帮助,如果存在非理性购彩行为,可采取这些办法!

## 寻求帮助

在发现自己购买彩票过多时,可以及时向身边亲友寻求帮助,同时,将情况告知彩票销售人员,为自己找好外界援助。

## 自我约束

为自己规划好每个月购买彩票的预算,坚守这个预算,不受冲动驱使超支,计划好购彩行为,实行“自我约束”!

## 另寻娱乐

说到底购买彩票只能是一种娱乐方式,如果发现有沉迷其中的苗头,可以寻找其他健康的娱乐方式,如体育锻炼、读书或社交活动,来进行娱乐,代替冲动消费。

不做情绪俘虏,提防非理性购彩。娱乐性购彩奉献爱心,乐享快乐公益生活!