



随着开学季的到来，“开学经济”升温，眼镜店这几天就迎来不少快开学的孩子们。而打着“帮助孩子治疗近视、恢复视力”幌子的各种医疗机构也乘机大肆宣传，有些更是夸大治疗效果。为了让大家免受这些不实广告带来的困扰，以下关于近视的科学常识有必要了解一下——

近视能否被治愈？真相来了！

近视是不可逆的



药物器械可以“摘镜”吗

最近，一些视力视光中心宣称“摘镜”“视力痊愈”“近视克星”等，如何正确看待一些药物以及仪器对于青少年近视的防治效果？

北京同仁医院主任医师魏文斌介绍，研究显示，近视是不可能治愈的，近视的发展也是不可逆的。但是，近视需要做散瞳验光，也就是解除睫状肌麻痹以后才能明确诊断。这就是说，散瞳验光以后再来排除假性近视。近视引起的眼球解剖结构的变化是不可逆的，因此近视本身没有办法治愈和逆转。

目前所谓的“摘镜”，是通过手术和其他手段来改变眼球的屈光能力，并不能改变近视本身所导致的眼球结构的变化，也不会减少诸如周边视网膜变性、近视性黄斑病变所引起的近视相关的并发症发生。

对于确诊近视的青少年，应该及时配戴眼镜，这样可以使眼睛和视觉中枢得到清晰的视觉刺激，维持眼睛的正常发育。青少年近视最重要的是防止近视的进展。目前市场上临床试验证实有效的近视防控药物只有低浓度阿托品，其他器具包括角膜塑形镜即OK镜、周边离焦眼镜等也

有一定的治疗效果，但这些手段仅能够防止近视的进一步发展，还无法做到治愈或逆转。以上器具和药物在近视防控中主要起辅助作用，其长期有效性和安全性仍然在大规模临床验证过程中。

手术可以治愈近视吗

魏文斌说，近视的手术治疗主要包括角膜的屈光手术和眼内的屈光手术。首先要注意的是，手术矫正必须在18岁以后，而且近视度数稳定以后方可进行，并且要进行严格的术前评估。青少年眼球发育还没有结束，不宜进行手术。

目前最常见的误区是，很多人都认为手术可以治愈近视。实际上，手术仅仅是“摘镜”，也就是说，通过手术的手段，把眼镜的屈光度施加到眼球上，让眼球能够匹配过度生长的度数。因此，手术并不能解决近视本身带来的眼球结构变化，近视手术以后仍然需要每年进行散瞳检查眼底，以防出现近视相关的眼底并发症。

远视储备应该如何保护

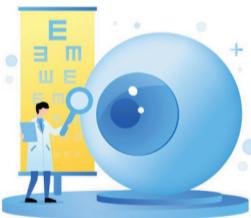
远视储备是孩子在成长过程中的一种生理性的远视。重视远视储备的保护，对于青少年近视防控至关重要。远视储备应该如何保护呢？

魏文斌说，远视储备是监测屈光度发展的重要指标，与年龄对应的远视储备量是预测近视发生的最佳指标。如果孩子在小学一年级的时候，远视储备已经消耗完了，那么他们在小学阶段极易发展成为近视。由于儿童青少年过早、过多地近距离用眼，导致远视储备低于其年龄对应的标准范围，就叫远视储备不足。因此，保护远视储备，是预防近视的关键。

为了有效防控近视，应该将防控措施前移到学龄前儿童。包括定期进行儿童眼保健和屈光的筛查，以检查儿童远视储备是否在正常范围内。如果远视储备过低，那么要及时改变生活习惯，包括增加户外活动，减少近距离用眼等措施，以预防近视的发生。同时，如果远视储备超过相应年龄的上限，也应该注意儿童是否患有远视眼。在儿童眼球发育的过程中，视力和屈光度的发育是互相匹配的，因此远视储备如果在正常范围内，还应该关注儿童的视力情况。如果视力低于年龄对应的裸眼视力标准，那么也应该进一步完善眼科的检查，以排除其他可能的眼部疾病。

据《人民日报》

解惑近视的误区



误区一：近视度数不深可以不用戴眼镜，多户外运动视力就能恢复？

在近视初期，很多人有个误区，觉得轻度近视不是真的近视，只是因为眼睛太累了，多休息再配合户外运动，近视度数就会复原。其实在医学角度上，近视分为真性近视和假性近视，假性近视可以通过医疗手段缓解，但是真性近视是不可逆的。首先，大家要知道真性近视和假性近视的区别。

假性近视本质上是眼睛调节能力失调的一种，指用眼过度后睫状肌出现的调节痉挛。这是一种眼睛疲劳状态，通过适度休息就可以缓解。但在这一阶段如果没有加以控制，假性近视就会发展为不可逆的真性近视。

真性近视，又称轴性近视，长时间近距离视物时，眼球的睫状肌高度紧张形成调节滞后，刺激眼轴向后增

长，当持续保持这个状态，会使眼部肌肉失去弹性，眼轴不能复原，于是就发生了近视。眼轴的长度一旦改变，是无法逆转的，所以近视的度数也无法恢复。

所以如果刚刚发生近视，一定要及时去眼科医院诊断，不要耽误了假性近视的治疗时间。

误区二：做了激光手术，视力恢复了不就是治愈近视了吗？

近视矫正眼科医生一般会告诉患者：近视眼手术是一种“美容手术”，对于度数过高又不想戴镜的人来说，通过手术可以做到摘掉眼镜，但这并不意味着把近视真正治好。

激光手术虽然能免除配戴眼镜的麻烦，但也是通过改变眼屈光系统的屈光力，以达到把成像点“推到”视网膜上的效果，并不会改变眼轴较长的事实。特别是对于高度近

视患者而言，做完手术后，虽然视力提高了，但相关的眼底病变危险一样存在。

误区三：眼部有很多穴位，通过针灸或按摩可以治好近视？

按摩、理疗等保守的方法可以用予假性近视的治疗，但是对于真性近视没有任何作用。所以对近视眼开展治疗以前，首先要到医院明确眼睛是真性近视还是假性近视。如果是假性近视，可以通过局部的按摩、理疗或者中医的方法，都可以促进假性近视的恢复。

但是如果经过检查以后确认是真性近视，这些方法都不会使近视的度数降低或者视力恢复正常，按摩最大的作用就是缓解眼部疲劳，在一定程度上减缓近视发展的速度。大家千万不要抱有侥幸心理而听信偏方，以至于错过最佳治疗时间而发展为高度近视。

据科普网

关于近视的4大话题

话题一：还没近视，如何预防？

答案：让近视不发生或推迟近视

“预防孩子近视发生，户外活动是关键。”浙江大学附属第二医院眼科中心视光部主任倪海龙表示，不论室外是晴天、阴天或是雨天，光线亮度都要高于室内。“如果一天内累计户外活动时间超2小时，就能有效缓解眼疲劳，并帮助体内分泌多巴胺，抑制眼轴过度增长，预防近视。”

首都医科大学附属北京同仁医院主任医师张丰菊称：“俗话说‘药补不如食补’。预防近视，家长要纠正孩子挑食的不良习惯，改善孩子的饮食结构，每天给孩子补充丰富的蛋白质和维生素。”

话题二：疑似近视，如何鉴别？

答案：不让假性近视变真

“散瞳验光能够区分真性近视和假性近视。”上海交通大学附属第一人民医院主任医师柯碧莲提醒，不过，孩子从假性近视转变为真性近视的窗口期通常只有两三个月，家长要带孩子去专业的眼科医疗机构定期做眼健康检查，及时识别、治疗，避免“弄假成真”。

话题三：已经近视，如何控制？

答案：延缓近视度数增长

国家眼部疾病临床医学研究中心主任吕帆表示，孩子近视后，并非简单地配副眼镜。专业的医疗机构会提供个性化且合适的近视矫正方案，防止孩子近视度数太高，较早发展成高度近视，甚至病理性近视。目前，经临床认证能延缓近视度数增长的光学手段有微结构离焦眼镜、多焦RGP、角膜塑形镜等，药物手段如低浓度阿托品等。

话题四：高度近视，如何补救？

答案：避免高度近视并发症

“接触镜比框架眼镜更适合高度近视患者矫正视力。”南开大学视光科学研究院副院长李丽华表示，如果患者近视度数在600度以内，可以首先考虑角膜塑形镜，其次是离焦软镜。如果不适合戴接触镜，离焦框架眼镜可供选择。

如果已经高度近视，该怎么补救？对此，长沙爱尔眼科医院副主任医师陈兆认为，可从“减少伤害”和“增加保护”两方面来避免引发高度近视并发症。要减少伤害，就要养成良好的用眼习惯，避免做伤害眼睛的运动，如跳水、山地车骑行等；要增加保护，就要定期去专业的眼科医疗机构做眼健康检查，做到早发现、早诊断、早治疗。据《新快报》



扫码查看
相关内容



中共大同市委主管主办

大同日报社出版

电话:0352-2050272
编辑部地址:大同市御东行政中心21层22层

邮政编码:037010

承印:大同日报传媒集团印务公司

电话:0352-2429838
广告经营许可证:140200400009

广告热线:0352-5105678

发行热线:0352-2503915

自办发行

单月订价:21.5元