

近视防控 “睛”益求精

科技赋能与全域联动的 “光明守护”实践

近日,宁波市眼科医院走进华东师范大学宁波艺术实验学校,对该校学生进行了视力筛查,精准采集视力、电脑验光、眼轴、角膜曲率等数据。这也意味着该院启动了2025年医校近视防控圈试点学校全面的视力筛查。筛查数据将以“红黄绿三色赋码”的形式向学生、家长、学校分层反馈,实时预警,确保每位学生视力状况精准掌握,以便及时调整防控方案,实现“防小化、防高度化”目标。

作为宁波市儿童青少年近视综合防控专家指导委员会办公室所在机构,宁波市眼科医院以高度的社会责任感,创新推出“防-筛-控-研”四维联动模式,通过与学校深度合作,发挥医院资源优势,聚焦提升全民近视防控意识,制定校园近视防控方案,建立学生视力档案,开展科学用眼护眼健康教育,探索出一条覆盖全生命周期的近视防控宁波模式。



宁波市眼科医院组织专家进校园进幼儿园进行视力筛查。



宁波市眼科医院在近视防控宣传教育月举办的大型广场活动。

1 医校共建近视防控圈, 三级防控网络日益完善

2020年,宁波市眼科医院率先提出医校近视防控圈理念,以“医校近视防控圈”为核心,构建“家庭-学校-医院-学生-社会”联动体系。通过市教育局和市卫健委的协同推进,至2024年已实现全市1770所学校32个防控圈全覆盖。宁波市眼科医院作为宁波市首批医校共建近视防控圈医疗单位,也由最初的13所学校逐年扩展至43所,其中幼儿园17所,小学2所,完全中学3所,高中15所,九年一贯制3所,十五年一贯制3所。

面对逐年扩大的近视防控圈,宁波市眼科医院迅速组建了一支由领队、视光医师、筛查员、工程师组成的专业团队。依托宁波市眼科医院的技术优势,建立了标准化的筛查与干预流程。每学期至少开展一次全面的视力筛查,并提供“一人一档”的数字管理。

早在2021年,宁波市眼科医院关注到近视发病年龄越来越小的现状,提出近视防控要抓小抓早,需要关口前移,其重点人群应该到学龄前儿童的前瞻性建议。对此,宁波市眼科医院首创校园防控的三色预警。医院研发的智能监测系统,对学生的视力筛查结果赋以“红黄绿”三色码:红码表示筛查性近视、黄码代表近视前期,绿码则代表未近视。对黄码近视前期的学生,进行近视预警,并建议提前干预,尽量推迟近视的发生;对红码近视学生,则建议采取控制近视措施,以减少高度近视的发生。

针对已经近视的学生,医院建立了高度近视的专病管理库,对600度以上学生进行眼底定期监测,必要时开展后巩膜加固术等前沿技术。

到2024年,宁波已共建32个医校近视防控圈,实现全市1770所中小学(幼儿园)全覆盖,分级干预的“红黄绿三色赋码”也已全面铺开。

2 中西医结合科研与技术创新

2023年3月,宁波市眼科医院开设中医眼科门诊,推出用于近视防控的中医特色疗法,采用耳穴按摩、针灸等中医手段助力近视防控,该传统中医疗法尤其适用于远视储备量不足、近视前期、低度近视人群,为近视防控添砖加瓦。

为进一步提升近视防控水平,近年来,宁波市眼科医院联合多家医疗机构,深入挖掘中医药精髓,开展中西医结合近视防控研究,成功开展国家级中医药传承项目——《基于“治未病”儿童青少年近视中西医结合综合防控关键技术及应用研究》,该项目基于中医“治未病”思想,针对远视储备不足及近

视的儿童青少年,采用以耳穴贴压中医适宜技术为主,联合用眼健康宣教、生物光子、地巴唑雾化等中、西医多种近视防控方法。计划3年内完成1320例多中心、队列研究,逐步形成宁波市中西医综合近视防控特色。

为优化中西医结合方案,确保技术领先性,宁波市眼科医院多次组织专家赴成都考察,进行跨省交流。目前项目已取得阶段性成果,并计划将中医适宜技术纳入校园日常防控,如为低年级学生提供耳穴贴压服务,延缓近视发展。未来,医院将继续深化科研创新,优化防控策略,力争实现近视防控的全覆盖和精准化。

3 跨界协同,构建全域防控生态链条

在宁波市新城实验学校的一堂家长护眼课上,来自宁波市眼科医院的专家,正用道具演示握笔姿势对眼轴的影响:当孩子拇指与食指交叉握笔时,视线会被手部遮挡,迫使头部左倾15度,长期下去就会导致双眼屈光参差。

这个场景,是宁波构建家、医、校全域近视防控的一个缩影。

作为宁波首批医校共建近视防控圈指导单位,宁波市眼科医院坚持科普先行,通过组建近视防控宣讲团,建立眼健康科普馆等措施,为学生及家长提供校外课堂,融入“小小眼科医生”体验活动,寓教于乐强化学生自身护眼意识,逐步改变家长重治轻防观念,从而为孩子创造良好的居家视觉环境,提高了对孩子使用电子产品的监管意识,科学管控电子产品使用时长和方式。

在过去的三年中,宁波市眼科医院成功举办了150余场科普宣讲活动,深入校园、社区和广场。此外,通过线上微信公众号平台推送了约400篇科普文章和视频。作为宁波市科普教育基地的眼健康科普馆,在近三年接待了近1万人次的线下访客,线上访客则超过了50万人次。去年,宁波市眼科医院原创动漫视频《E小鹿近视防控六计》荣获省级一等奖,并已在多个公众平台播放。

这种政府主导、部门协同、专家指导、学校教育、家庭配合、社会参与的综合防控机制,共同为爱护护眼营造了良好氛围,有效地促进儿童青少年视力健康发展。

在多方努力下,2023年宁波成功入选全国儿童青少年近视防控改革试验区。

记者 程鑫
通讯员 陈怡文/摄



宁波市眼科医院眼健康科普馆成了孩子们的“网红打卡地”。