

# 从“控”到“防” 近视防控关口如何前移

## 宁波市眼科医院将开设远视储备门诊 守住孩子“不近视”防线



周磊门诊中。

近年来,我国儿童青少年近视率居高不下,且呈现低龄化、进展加速趋势,近视防控已上升为国家战略。去年12月,国家卫生健康委等13部门联合发文,明确提出以“早筛查、早预警、早干预”为核心的近视防控措施。

保护远视储备量,是降低近视率的关键一环。今年3月,我国首个《儿童青少年裸眼视力和屈光状态评价规范》正式实施,为远视储备划定“国标”,强调远视储备不足需及时启动干预。为紧跟政策导向、落实防控理念,宁波市眼科医院计划于近期开设远视储备门诊,以多样化科学手段,在近视发生前筑牢远视储备防线,推动近视防控关口前移。



孩子们参观眼健康科普馆。

### 1 关口前移,“防”在首位

长期以来,大众对近视防控的理解多停留在“控”的被动阶段:孩子近视了,去配眼镜;度数深了,换更厚的镜片。然而,真正意义上的预防,应在近视发生之前就介入。

《中国近视前期管理专家共识(2025年)》明确提出,近视前期管理的核心是“关口前移、主动干预”。宁波市眼科医院副院长(执行院长)周佳玮解释,降低近视率的关键,是让孩子不近视;一旦发展为真性近视,那就只能控制进展速度。因此,防控的落脚点在于“防”,即关口前移,在孩子远视储备尚未耗尽前主动干预,提升近视防控效率。

孩子出生时都是远视眼,随着眼球的生长发育,远视度数逐渐降低,最终达到正视状态。这段“远视余额”就是远视储备。储备消耗过快、过早耗尽,是儿童走向近视的重要预警。

宁波市眼科医院眼视光专科主任周磊介绍,远视储备这一概念的重要性在于明确:孩子视力正常并不意味着没有近视风险。远视储备不足的时候,孩子的视力是正常的;当视力明显下降时,多已发展为不可逆的真性近视,此时干预往往为时已晚。

临床中,周磊接诊的一名儿童,在幼儿园大班时检查显示,仍有100余度的远视储备,家长比较放心。然而,进入小学一年后复查,其远视储备几乎耗尽。虽然后续通过多种干预措施,两年内未发展为近视,但若建立屈光发育档案,更早发现、更早干预,目前或许仍可保留充分的远视储备,近视风险将大大降低。

### 2 科学防控,有效手段与现实困境并存

目前,通过行为干预、光学以及药物干预进行近视防控,学界已有高度共识。

然而,这套公认有效的方案却并不容易落实。孩子学业压力大、时间被作业和辅导班填满,每天两小时的户外活动并不容易;电子产品的普及,也让不少孩子有着“屏幕沉迷”;不少家长对远视储备认识不足,普遍存在“视力好就没问题”的误区。

更值得警惕的是,当前市场上充斥着各类近视防控产品,宣称能够“退眼轴、降度

数”,但其中多数无可循证医学依据,本质上属于无效干预。它们不仅浪费家长的时间与金钱,也分散了他们对正规防控手段的注意力和信任。与此同时,不靠谱的科普信息正在网上广泛扩散,不少非专业人员冒充专家“带货”、散布焦虑,加剧了家长的不安和困惑。

面对这些现象,作为公立医疗机构,宁波市眼科医院始终以专业、科学的声音对冲市场乱象,为更多家庭提供清晰的专业指导。

### 3 宁波实践,早筛早查已成共识

儿童青少年近视是一项需要全社会共同关注、共同行动的重大公共卫生问题,学校、家庭、医疗机构等都应高度重视。宁波市眼科医院作为市儿童青少年近视综合防控专家指导委员会办公室所在单位,积极构建“医校家”三位一体的防控体系,首创“红黄绿”三色码模式,对学生视力状况分类、进行精准干预;依托原有校园环境,设计“爱眼小屋”“护眼护眼带”,打造全方位的护眼宣教空间。迄今医校近视防控圈已覆盖43所学校。今年,新增2所中西医结合近视综合防控试点项目学校,引导学生参与户外眼肌训练等游戏,创新防控策略。

医院打造专业的眼健康科普阵地,让科学的声音走进千家万户。建成宁波市首个以青少年近视防控为主题的眼健康科普馆,组建明眸追光讲师团队,联动中小学、幼儿园、博物馆、社区等,以寓教于乐的方式,将眼健康知识融入学校教育和城市公益。

4月16日,宁波市眼科医院作为主办方,成功举办了2026年视觉健康全程管理与近视防控前沿进展宁波市级继续医学教育学习班。近年来,医院持续搭建学术交流平台,引入国内外前沿成果,全面提升区域眼视光诊疗水平,为关口前移、科学防控奠定坚实基础。

### 4 公立担当 守护孩子的光明未来

顺应政策导向、贴合现实需求,远视储备门诊正是推动近视防控精细化、系统化的重要抓手。

根据医院规划,远视储备门诊主要面向学龄前及学龄期儿童,重点服务远视储备不足、消耗过快的近视高危人群,提供规范化屈光发育档案建立、眼轴测量、远视储备精准评估、个性化干预方案定制等全流程服务。

远视储备门诊隶属于眼视光专科,定位更聚焦近视发生前的主动预防,专注于远视储备动态监测,提供近视防控的前端服务。如果把近视防控比作“持久战”,这一门诊致力于“战前”关键准备,以精细化管理实现“防患未然”,力争“不战而胜”。

2025年底以来,上海、广东、江苏、山东等多地公立医院,陆续开设同类门诊。周佳玮表示,远视储备门诊仍处于实践探索、总结优化、逐步推广阶段,它将不仅是一个“给孩子看眼睛”的地方。医院将以该门诊为载体,推动科教研一体化融合发展,让眼视光领域的新理念、新标准、新技术、新范式落地开花;同时,持续深化医校近视防控圈建设,依托大数据技术提升防控精准度,构建一个覆盖全生命周期、融合多方力量的眼健康保护生态。

远视储备门诊的设立,不仅是临床服务项目的增设,也体现了公立医疗机构在公共卫生领域的责任担当。宁波市眼科医院正以更高站位、更宽视野、更强力度,将专业智慧转化为守护光明的坚实力量,为下一代的光明未来贡献更多宁波经验。

记者 程鑫  
通讯员 水蓝薇