

科学防控近视 守护学生眼健康

东南眼科医院全面开展新学期校园视力筛查及科普工作,织密、织牢健康防控网

9月是第12个全国近视防控宣传教育月,主题为“落实健康第一理念,科学防控高度近视”。为营造全社会近视防控宣传教育氛围和支持性环境,家校社合力推动儿童青少年近视防控工作提质增效,东南眼科医院在教育部门指导下,发挥三级眼科专科医院优势,走进各中小学、幼儿园开展学生视力筛查建档和近视防控科普活动,在校内外形成浓厚的健康护眼氛围。

视力筛查建档:常态化、精细化、高效化

9月初,福州市各中小学、幼儿园启动2026年秋季学期学生视力筛查工作。东南眼科医院组织医疗团队,依托智能化筛查设备,配合学校有序、高效完成学生视力筛查和档案更新。

当前,儿童青少年近视防控正从粗放管理向分级分类、精准干预转变。这对作为前端流程的校园视力筛查提出了更精准、更规范的要求。东南眼科医院持续更新筛查设备,依托智能视力表和屈光数据采集系统,形成更低误差、更高效率的视力筛查,以及由实时更新的线上报告、可视化的视力发育趋势、动态预警及个性化健康指导组成的系统保障。



东南眼科医院医疗团队,进校园完成学生的视力筛查和档案更新

标准化的筛查流程和智能化筛查设备大幅提高筛查效率。在教育部门组织和学校积极配合下,筛查现场井然有序,不影响学校正常教学秩序。常态化筛查也让学生减少对眼科检查的陌生感和抗拒感,树立规范就诊观念。

多形式科普助力眼健康素养提升

学生的近视不仅要控,更重在防。全国近视防控宣传教育月期间,东南眼科医院创新形式,在校内外开展眼健康科普直播、近视防控宣讲、福州科技馆眼健康分馆体验等活动,着力提升师生、家长的近视防控素养。

9月4日,鼓楼区、台江区、仓山区、晋安区教育局,鼓楼区、台江区、仓山区妇幼保健院,东南眼科医院(福州科技馆眼健康分馆)共

同开展近视防控宣传教育月主题直播。直播专家、东南眼科医院副主任医师何春芳系统讲解了儿童视力发育过程、近视高危因素、高度近视带来的眼病风险等,并结合门诊经验,分析讲解了学生、家长在近视矫正方面的常见误区。累计超过18万人次收看。

9月16日,在福建省福州教育学院附属第二小学,福建省劳动模



赵广愚院长和学生进行互动

范、东南眼科医院院长赵广愚为三年级学生带来了一堂寓教于乐的“爱眼科普课”,通过趣味游戏、互动问答形式,让孩子们牢记科学用眼习惯,将近视防控融入日常生活。

在福州市钱塘小学、福州市仓山区实验中学(金山分校)等校,医院近视防控宣讲团通过国旗下讲话的形式,为全校师生进行科学用眼规范普及和健康指导;福州市南公幼儿园、福州市宁化幼儿园分园通过趣味游戏,让孩子们的爱眼意识“走在前头”;福州延安未来学校小学部将近视防控知识作为一年级新生家长的“必修课”,加入入学宣讲流程……丰富的科普形式织密、织牢健康防控网,做到从学生、教师到家长,从家庭到学校的全覆盖。

开学首月,东南眼科医院已完成62所学校约7.4万名学生的视力筛查和视觉健康档案更新。医院将持续发挥福建省儿童青少年近视防控基地,省、市两级科普教育基地,福州市青少年学生第二课堂,福州科技馆眼健康分馆等平台优势,全面开展校园视力筛查、近视防控科普工作,为学生眼健康护航。(张帅 张世杰)

80后把可乐当水喝 血管老化堪比70岁老人

□本报记者 黄洁

很多人以为脑卒中是老年人才会得的病。现实中,熬夜、“三高”、肥胖等因素,让它不断向年轻人逼近。头晕、手麻、说话卡壳,这些可能是脑血管发出的危险预警。

9月4日,福建卫生报《大医生开讲》栏目邀请厦门大学附属中山医院神经内科主任、主任医师、副教授陈星宇,神经内科副主任医师、医学博士翁磊华做客直播间,科普脑卒中的筛查与防治知识。截至目前,本场直播吸引超35万人次在线观看。

中风不分大小,小中风也是危险预警

脑卒中俗称“中风”,80%为缺血性卒中(脑梗),20%为出血性卒中(脑溢血),根源大多是血管发生病变。动脉粥样硬化是脑卒中最主要诱因。

高血压、高血糖、高血脂是高危基础病;熬夜、抽烟、暴饮暴食等不良生活习惯,会加速血管损伤。脑卒中具有高致残、高致死、高复发的特点。短暂性脑缺血发作,俗称“小中风”,哪怕几秒症状自行消失,也绝不能忽视,这是身体发出的中风预警,放任不管很可能发展成重度脑梗。

直播中,医生分享了一则真实病例:一个80后男子,几乎不喝白开水,长期饮用可乐,体型肥胖,突发偏瘫、言语障碍,检查发现血管老化程度相当于六七十岁老人。

临床上30~40岁发生脑梗的年轻人并不少见,大多合并肥胖、“三高”,长期熬夜加班。除动脉硬

化外,房颤、心脏瓣膜病变,也是年轻人中风不可忽视的诱因。

医生建议:血管健康管理应从中青年开始,30岁起就要重视血压、血糖、血脂的监测管理。经常头晕手麻,要及时到医院就诊,除排查脑血管,还需要鉴别颈椎病、周围神经病变。

记住 BEFAST-120 口诀,快速识别中风信号

医生提醒,识别中风,要记住“BEFAST”和“中风120”口诀:

“BEFAST”口诀

B平衡:走路摇晃、平衡变差

E眼睛:突发视物模糊、视力下降

F面部:口角歪斜

A肢体:一侧手脚麻木、无力

S言语:说话含糊、大舌头、表达卡壳

T时间:出现以上任一症状,立刻拨打120!

“中风120”口诀:

1——看一张脸:观察面部是否出现不对称、口角歪斜或无法正常微笑;

2——查两只手臂:让患者平举双臂,若其中一只手臂无力下垂或无法抬起,提示单侧肢体运动障碍;

0——聆听语言:听患者说话是否含糊不清、无法完整表达或完全失语。

脑梗救治争分夺秒,静脉溶栓黄金时间为发病4.5小时内;部分患者经影像评估,时间窗可延长。

体检抽血正常,也不能排除脑血管隐患

不少人年年体检,抽血、CT结果都正常,却突发脑梗。原因在于普通体检缺少脑血管专项筛查。脑血管疾病筛查该做哪些检查?

基础初筛:血压、血糖、血脂;颈动脉彩超、TCD经颅多普勒超声,



翁磊华

陈星宇



无创、便宜,部分基层医院可开展。

进阶检查:MRA磁共振血管成像,无辐射,但可能存在假阳性;CTA血管成像,准确度更高,有辐射,需评估肾功能和造影剂风险。

金标准DSA全脑血管造影:有创检查,多用于介入手术前评估。

预防中风,做好这几件事

厦门大学附属中山医院是国家高级卒中中心、厦门市脑卒中质量控制中心挂靠单位。

该院2003年建立24小时卒中绿色通道,院前院内无缝衔接,入院至静脉溶栓平均仅43分钟;可开展静脉溶栓、机械取栓、血管支架等介入手术,并通过多模式影像评估,为超窗口期患者争取救治机会。该院卒中中心形成“筛查—急诊救治—介入手术—早期康复—长期随访”闭环管理,覆盖急性抢救与长期慢病管理,降低复发风险。

活动组织

主办单位:福建卫生报、福建日报·新福建客户端
协办单位:厦门大学附属中山医院