

让孩子们拥有一个光明的未来

温州打好近视综合防控“组合拳”

□本报记者 朱 丹



在温州市第八高级中学,人人参与大课间活动。



温州全面开展校医培训,专业医护人员进行现场指导。

温州市瓯海区龙霞实验小学开设趣味运动项目,让孩子们爱上户外锻炼。

教医联动,大数据精准“智控”每一双眼睛

儿童青少年近视呈现高发、低龄化的趋势,早已成为不争的事实。然而,想要对症下药做好近视防控,必须要摸清全市中小学生的视力底数才行。面对全市近110万在校学生,如何快速又准确地完成视力普查?对此,温州一方面投入资金为学校采购专业的检测设备,另一方面组织专业力量开展覆盖全市中小学校的视力普查人员培训。

记者在温州市蒲鞋市小学龟湖校区发现,不少教师都会操作视力检测设备。他们只需要轻点平板电脑上的界面,学生眼前的网络化视力表就会变换符号。相应地,学生根据不同符号依次进行比画,检测结果就可以直接录入数据库。这个流程结束后,学生还要在验光仪前测量准确的屈光度。经过这两项检查,才算是完成了整个视力检测。

与该校一样,几乎每所学校都有这样一批“业余医生”,能够娴熟地为学生做视力检查。2019年3月以来,温州市教育局共组织5000余名校医、保健教师及相关工作负责人,接受温州医科

大学附属眼视光医院的专业培训,学习眼健康方面的基本知识和掌握视力检测设备操作方法。其间,学校负责人、班主任也陆续接受培训,成为视力普查的关键参与者。

得益于强大的基层视力防控队伍,温州市第一轮学生视力普查仅仅用了半个多月就完成了。截至目前,温州已完成5次全市域、高时效的中小学生学习视力检查。

在创新近视普查模式的同时,温州还搭建了全国首个儿童青少年近视防控大数据监测平台。过去,中小学生学习视力检查需要手工录入数据,并以纸质方式存档;现今,每一名学生完成检查后,视力检测设备都会同步上传数据并生成一张电子反馈单,家长通过手机、电脑等终端就能及时了解孩子的视力情况。

经过多次近视普查,该平台精准采集了中小学习个体的视觉健康动态数据。在后台,任何数据录入后均不可修改,完全实现了“一生一档、档跟

人走”。针对近视发生早、发生快、风险高的学生,该平台会第一时间向家长发出预警,并且提供个性化的就医指导方案,真正做到“早筛查、早预防、早干预”。

根据对档案数据的全面分析,相关部门可以掌握全市中小学习近视率、矫正率等一系列变化情况。譬如,去年复学后的视力普查数据显示,低年龄段学生受疫情影响更明显,其中一年级学生远视储备有所降低。对此,温州市教育局有计划地开展学前阶段的近视防控工作,通过培训幼儿园教师来逐步完成3~6岁儿童的视力筛查。

“近年来,幼儿园里的‘小眼镜’明显比以往多了。近几天,专业医生正在分批为幼儿园里的孩子检查视力。拿到数据后,各个园区的保健医生将重点关注视力有异常情况的孩子,并做到每3个月回访一次。”温州大学附属实验幼儿园园长陈嫫认为,推动儿童近视防控关口前移,能够从源头上预防和延缓儿童近视发生。

家校合力,“一减一增”切实缓解学业负担

在温州市第八高级中学偌大的操场上,学生们自由奔跑入场,以班级为单位整齐列队,练武术操、跑方阵、喊口号,整个大课间长达35分钟;在温州市实验中学的各间教室内,学生们做起了由体育教师创编的《课铃·可理》拉伸操,每天上午、下午各进行一次这样的“微运动”,既能缓解疲劳又能增加运动量;在温州市第四幼儿园不同的活动区域里,孩子们或是自主进行户外活动,或是参加集体运动游戏,或是加入专职教练开设的游泳课……走进温州多所学校,记者看到

了一个个别样的近视防控场景。

开足开齐体育课时,实现中小学大课间全覆盖,保证学生每天充足的户外活动时间,是学校层面开展近视防控的重要手段。除了做好“加法”,温州各校围绕学生课业负担积极做“减法”,如严格控制义务教育阶段作业量,规范电子教学产品应用,特别是小学阶段布置作业不得依赖电子产品,小学教师在课堂上使用电子设备的时间不超过三分之一,引导学生减少电子产品的使用频率。

当然,关于近视防控,仅仅相关部门及学校发力还不够,家长也是不可或缺的一环。线上、线下双渠道宣传护眼知识,家校协同管理孩子电子产品的使用,开发近视防控家庭课程,制订亲子锻炼计划……为联合家长共同守护孩子的眼健康,学校可谓是绞尽脑汁。慢慢地,许多家长也开始转变观念,把预防孩子近视放在了心上。

“关爱孩子的眼睛,我们要从家长自身树立正确的健康意识做起,然后再言传身教,这样的效果会更好。”陈林华是温州市蒲鞋市小学的家长,也是温州医科大学附属眼视光医院的医护人员。平时,她会以家长老师的身份走进该校的“蒲公英课堂”,为孩子们带去通俗易懂的护眼知识。去年“停课不停学”期间,她和同事编制了一套“护眼宝典”,通过学校公众号向全校学生推广。这套线上课程一经推出,便受到了校内外众多家长的喜爱。

为了全面构筑家庭防线,温州更是在全市范围内招募了220名热心志愿者,组建起了一个“妈妈宣讲团”。两年多以来,这群志愿者进社区、进学校、进礼堂,为成千上万的家长送去了近视防控宣讲活动,引导家长合理控制孩子学习强度,以及督促孩子养成良好的用眼习惯。

□郑焕东

儿童青少年近视问题从来没有像今天这样引起全社会的广泛关注,牵动亿万家的心。

为认真贯彻落实习近平总书记关于“共同呵护好孩子的眼睛,让他们拥有一个光明的未来”的重要指示精神,温州市结合儿童龋齿防控工作,于2018年8月率先启动“明眸皓齿”工程,主动承担创建第一批全国儿童青少年近视防控改革试验区。两年多来,温州市始终坚持在儿童青少年近视防控的科学化、精准化、信息化、全员化、系统化上发力,出台近视防控实施方案,实施综合防控系列“组合拳”,形成了“政府主导、学校主体、教医协同、五方协作、家校联动”的近视防控模式,工作经验先后在中国数字健康医疗大会、全国中小学健康促进启动启动仪式、“读懂中国”国际论坛、全国综合防控儿童青少年近视现场会等会议上作典型介绍。

聚焦百万学生,打造全覆盖近视数据智控平台。2019年以来,为全市1000多所中小学配置网络化近视检测设备,截至目前已完成5次全市域、覆盖百万余名中小学生的近视普查,普查率超过99.5%。依托大数据,温州建立了“覆盖全市、不可修改、一生一档、档跟人走”的视觉健康档案,打造全国首个儿童青少年近视防控大数据分析平台,精准掌握全市学生近视率、高度近视率、矫正率等数据,并提供及时的个性化预警和就医指导。

聚焦标本兼治,全面改善校园视觉环境。校园是学生用眼主场景、近视防控主阵地。一方面,温州把改善校园爱眼护眼环境作为“明眸皓齿”工程关键环节,连续3年写入政府工作报告、列入年度民生实事项目,累计投入财政经费1.64亿元,对全市近2.4万间教室实施灯光照明改造,采购与更换可调节课桌椅31.8万多套。另一方面,狠抓根本环节,强化体教融合、作业变革,严格要求学校开足开齐体育课时、增加阳光下运动时间、减轻学生过重课业负担、规范课堂电子教学产品应用,合理控制学习和用眼强度,并将视力保护纳入学生日常行为规范养成和综合素质评价体系,探索纳入教师绩效考核,让每一位教师都切实承担起监管责任。同时,坚持近视防控“从娃娃抓起”,启动学前教育师资近视防控知识轮训,逐步落实3~6岁儿童眼健康筛查。

聚焦全程管控,构建近视防护全链条体系。坚持校内防控与校外延伸两手抓、两手硬,着力推进近视防控全天候全方位覆盖。一方面,构筑家校链条。抓好家庭“第一道防线”,推出“妈妈护航公益行动”,组建“护眼妈妈团”,开展进村进社公益活动,引导家长树立正确育人导向,合理管控孩子使用电子产品,密切关注视力变化,加强异常情况监测和及时检查矫正。另一方面,构筑社会培训机构建延伸监管链条。教育、市场监管等部门联合“双随机”抽查校外培训机构、托幼机构视觉环境,形成合力保障儿童青少年眼健康的良好社会氛围。

聚焦教医联动,增强学生健康用眼专业支撑。充分发挥温州医科大学附属眼视光医院在近视预防、治疗、科研方面的领先优势,成立温州市近视防控工作指导中心和专家委员会,率先开展近视防控标准化探索。目前已完成包括温州市中小学及幼儿园教室照明技术规范、儿童青少年近视普查标准、儿童青少年出版物(印刷品)的字体与纸张标准等建标创标工作,为近视防控系统有序推进提供有力制度支撑。同时,依托医院专业力量,加强培训提升,打造以校医为主体、医疗机构医务人员为补充的防控专业队伍,累计培训近视防控人员5000余人。

儿童青少年近视防控是一项长期的系统工程。温州将坚持多措并举、综合施策,在“政、校、医、家、人”五个层面上协同推进,努力实现近视防控时间、空间、人员无缝衔接和闭环管理,守护百万学子的眼睛健康,让他们都拥有一个光明的未来。

(作者系温州市教育局党委书记、局长)

政府牵头,『温州标准』科学改善护眼环境

近日,在全国综合防控儿童青少年近视暨学校卫生与健康教育工作现场会上,温州晒出了一张亮眼的“成绩单”——

自2019年以来,温州面向全市超百万名中小学习进行5次视力普查,普查率均超过99.5%。

监测数据显示,近两年,全市中小学习总体近视率年均下降1.28个百分点,下降幅度明显高于国家“每年降低0.5~1个百分点”的目标。

……
这一系列数据,是温州持续深入推进“明眸皓齿”工程所取得的显著成果。作为第一批国家儿童青少年近视防控改革试验区,温州于2018年8月在全国率先启动“明眸皓齿”工程,并从2019年开始连续3年将其列入市政府为民办实事项目。

从探索构建近视防控标准体系,到提升校园护眼环境;从普查全市中小学习近视情况,到搭建大数据智控平台;从守住学校近视防控的主阵地,到联合家庭、社会共同管控……短短几年,温州打出了一组漂亮的近视综合防控“组合拳”,其有益经验在全省乃至全国进行推广。

最近,温州市第二实验中学的后勤工作人员正忙着走进各个班级,给近段时间身高有变化的学生调整桌椅高度。“教室作为学生用眼的主要场所,里面的许多小细节如果处理不好的话会成为学生视力健康的隐患,如灯光照度不足、灯管装置不规范、课桌椅没有及时调节高度等。”副校长郭建昆对记者说,“近些年,除了更换可调节的课桌椅外,学校还把教室里原来的日光灯统统都替换成了带有栅格网的LED灯,让光源能够均匀照在黑板和课桌上。”

同样的,在温州市瓯海区龙霞实验小学,LED护眼灯、可调节课桌椅也是每间教室的“标配”。温州市教育局体卫艺处处长黄万统介绍,自从“明眸皓齿”工程实施以来,该市已经对近2.4万间教室实施灯光改造,采购与更换可调节课桌椅31.8万多套,而这些用于改善学生视觉环境的经费全部由政府来买单。

儿童青少年近视防控,事关民生。两年前,温州市政府开门问计,诚邀广大市民聚焦点、破难点、提建议。一时间,社会各界人士为守护孩子健康成长积极献策。经过慎重调研和科学认证,温州市政府出台“明眸皓齿”工程实施方案,落实经费,把改善校园爱眼护眼环境作为重中之重,并连续3年将其列为政府民生实事项目。

究竟哪种灯更能保护孩子的视力?教室里最合适的照度是多少?课桌椅的高度调节怎样才算达标?针对视觉环境改造中的盲点,温州在现行国家标准基础上,结合近视防控实际,研制《温州市中小学教室照明技术规范》,让全市学校在教室照明设施改造及日常维护过程有据可依。另外,儿童青少年近视普查标准也随之出炉,形成了温州特有的近视防控标准体系。

记者了解到,这些“温州标准”不只为学校提供了具体可行的方案,同时还延伸到了社会培训机构。各县(市、区)教育、市场监管等部门定期抽查校外培训机构及托幼机构的教室采光照明、课桌椅设置情况,确保在改善儿童青少年的视觉环境方面不落下任何死角。



温州市蒲鞋市小学教师正在为学生做视力检查。