

# 排长队! 高考后又迎“摘镜潮”

专家提醒:摘镜是医疗行为不是“赶时髦” 术式选择需“量眼定制”

随着2025年高考落幕,学生和家长们已经在紧锣密鼓地安排考后事宜。与以往高考后买手机、电脑等电子产品相比,今年高考后热宠已变成旅游、学车、摘镜,成为新的高考后“三件套”。其中近视手术备受大家关注,各家眼科医院已迎来摘镜热潮。记者从山东第一医科大学附属青岛眼科医院了解到,该院角膜屈光科迎来了手术小高峰。

## 高考后近视手术现小高峰

近日,记者走访时看到,候诊大厅内人头攒动,不少家长和考生正在排队等待咨询和检查。医院的统计数据显示,高考结束后的这段时间里,近视手术的预约量较平日增长了1倍多,其中高考生占比超过80%,这一数字相较于往年也有显著提升。

刚完成术后半年复查的考生小张兴奋地和记者分享:“现在视力还是5.0,很满意!我高三寒假就做了近视手术,因为想报考军校,这类学校对近视手术时间限制严格,一成年我就来摘镜了,现在只等高考放榜。”小张的经历并非个例,在候诊的人群中,许多考生都怀着类似的目标。

除了职业需求,形象提升也是不少学生选择摘镜的重要原因。18岁的小吴告诉记者:“戴了这么多年眼镜,鼻梁上都有压痕了,而且总觉得戴眼镜影响颜值,趁着高考结束做个手术,希望能以全新的形象开启大学生活。”在与同龄人的交流中,记者发现,像小吴这样因形象因素选择手术的不在少数,他们希望摆脱眼镜的束缚,在大学这个新的社交环境中展现更好的自己。

生活便利性同样是驱动考生摘镜的重要因素。特别是对于热爱运动的学生来说,眼镜在运动过程中常常带来诸多不便。因此,为了能够更自由地享受运动的乐趣,不少学生将生活便利作为摘镜的首要原因。

## 双胞胎为警校梦想摘镜

小吴和小泽是一对18岁的双胞胎,从小一起长大,性格相似,连近视度数都差不多——两人裸眼视力只有4.1(近视约350度)。他们的父亲是一名警察,受父亲影响,兄弟俩从小就立志报考警校,希望未来能穿上警服。然而,警校对视力有严格要求:裸眼视力必须达到4.8以上,而他们的近视问题成了最大的障碍。高考结束后的第一天,兄弟俩就来到了青岛眼科医院北部院区龙克利主任门诊,经过检查,两兄弟眼部情况良好,可以行双眼全飞秒手术。全飞秒手术是目前最先进的近视矫正方式,恢复快、安全性高。完善检查后两兄弟择日同时做了全飞秒手术,术后第一天,视力均恢复到5.0。

为切实满足高考后激增的摘镜需求,青岛眼科医院进一步优化医疗服务体系,着力提升就诊效率和服务质量。通过科学调配医疗资源、创新服务模式、优化就诊流程等系统性举措,有效缓解了“一号难求”的就诊压力。

龙克利主任介绍,两院区均配备了全飞秒、全激光、半飞秒手术等全套手术设备,像微创全飞秒4.0、像差引导的个性化激光手术、角膜交联术



资料图片

合半飞秒手术等创新技术应用,能为患者提供多样、全面、安全的手术方案选择。

近年来近视矫正技术不断革新,为众多近视患者带来了更安全、更精准的治疗选择,但高度近视、角膜较薄的群体摘镜仍然面临一定的风险。

为进一步提升近视矫正效果,北部院区角膜屈光科前期引进了角膜胶原交联技术,并将其与现有半飞秒等近视激光手术相结合,不仅显著提升了手术的安全性,更使术后角膜稳定性迈上新台阶。

## 专家:需要理性对待 不能盲目跟风

然而,面对火热的近视手术市场,专家提醒,近视手术并非人人适合,需要理性对待,不能盲目跟风。

“近视手术有严格的禁忌症,不是想做就能做。”龙克利强调,圆锥角膜、严重干眼症、未控制的青光眼患者,由于眼部条件不适合手术,贸然进行手术可能会导致病情加重或引发其他并发症;未成年人正处于身体发育阶段,眼球还在不断变化,近视度数也不稳定,此时进行手术可能无法达到理想的效果,甚至可能出现视力回退的情况;近两年视力不稳定,度数仍在快速增长的患者,也不建议立即手术,因为手术只能矫正当前的视力,无法阻止度数的进一步发展;此外,有全身器质性病变,如糖尿病、自身免疫性疾病等患者,由于身体整体状况可能影响术后恢复,同样需要谨慎评估是否适合手术。

值得注意的是,手术成功并不意味着一劳永逸,术后的护理与用眼习惯

惯对视力的长期稳定至关重要。专家特别提醒接受近视手术的考生:

用眼习惯方面:务必遵循“20—20—20”法则,即每看电子屏幕或书本20分钟,需向20英尺(约6米)外远眺20秒以上,让眼睛充分放松,缓解视疲劳。同时,控制连续用眼时间,避免长时间盯着电子设备,防止近视度数反弹。

用眼环境方面:部分接受角膜手术的患者术后可能出现干眼症。对此,可在医生指导下使用人工泪液滋润眼睛,也可在电脑桌前放置加湿器,改善空气湿度,避免眼睛处于干燥环境。此外,看电子屏幕时有意识地多眨眼,促进泪液分泌,保持眼表湿润。

此外,专家提醒,术后三个月内,由于角膜仍处于恢复阶段,应避免游泳。无论是游泳池中的消毒水,还是海边的海水,都可能含有细菌、微生物等污染物,容易引发眼部感染,影响伤口愈合。术后第二天虽然可以正常乘坐飞机,但潜水需在术后三个月,待眼部完全恢复后再进行。对于高度近视患者,即便完成手术,由于眼轴较长、视网膜相对较薄的病理状态并未改变,应长期避免参与蹦极、过山车、高台跳水等高速冲击碰撞类运动,以防视网膜脱离等严重并发症的发生。

如今,近视手术为广大学子打开了新的可能,但技术的进步并不意味着门槛的降低,科学评估、精准施治,才是拥抱清晰视力的正确方式。“摘镜是医疗行为,不是‘赶时髦’。”专家呼吁,“家长和学生应理性选择正规机构,在手术前进行全面、细致的检查,听从专业医生的建议,术后严格遵守护理要求,确保术后拥有良好的视力和眼部健康。”

本版撰稿

青岛早报/观海新闻记者 徐小钦

## 相关链接

### 请查收这份 “暑假护眼作业”

随着暑假脚步的悄然临近,不少孩子早已摩拳擦掌,期待开启一段精彩纷呈的假期生活。然而,作为学习的“放松期”,暑期往往也是近视高发的阶段。长时间使用电子设备、户外活动减少等因素,都可能对孩子的视力健康造成不利影响,甚至导致近视的发生或加深。因此,做好暑期近视防控工作,显得尤为关键。

### ◆科学用眼 养成良好习惯

在暑假里,孩子们的用眼时间往往大幅增加,无论是看电视、玩游戏还是上网课,长时间盯着电子屏幕,都会对眼睛造成伤害。因此,科学用眼是预防近视的关键。

家长应引导孩子合理安排用眼时间,每连续用眼30—40分钟,应休息10—15分钟。休息时,可以远眺绿色景物、闭目放松或者做一做眼保健操,帮助缓解眼部疲劳。

同时,要为孩子营造良好的用眼环境,保持室内光线明亮柔和,避免在光线过强或过暗的光线下看书、写字。此外,还应注重培养孩子正确的读写姿势,做到“一拳一尺一寸”,即胸口离桌沿保持一拳距离,眼睛离书本相距一尺,手指握笔处离笔尖一寸。

鼓励孩子多参加户外活动,每天保证2小时以上的户外活动时间,让眼睛充分接触自然光线,不仅有助于预防近视,还能增强体质。

### ◆按时复查 建立视觉健康档案

定期带孩子进行视力检查是近视防控中不可或缺的一环。暑假期间,家长可在家长教看视力表,初步了解孩子的视力情况,待孩子配合度提高后,可带其前往专业的眼科机构进行全面的视力检查,建立一份完整的视觉健康档案。

视觉健康档案就像是孩子眼睛的“健康存折”,记录了他们在不同成长阶段的视力变化、屈光发育等关键信息。通过对这些数据的分析,医生能够更早发现视力异常的苗头,及时采取科学有效的干预措施,防止近视进一步加深。

建议家长每3—6个月带孩子复查一次视力,及时了解孩子的眼睛健康状况。一旦发现视力出现异常,如看远模糊、频繁眯眼、歪头看物等现象,应及时就医,并根据医生建议进行规范矫正与治疗,做到早发现、早干预、早控制。

### ◆科学防控 角膜塑形镜助力

对于已经近视的孩子,采取科学、有效的近视防控手段尤为重要。角膜塑形镜是一种被广泛认可的近视防控方法,它是一种特殊设计的硬性隐形眼镜,晚上睡觉时佩戴,通过对角膜的物理塑形作用,改变角膜的曲率,从而在白天摘镜的情况下也能获得清晰的视力。

角膜塑形镜不仅有助于提升日间裸眼视力,更重要的是能够有效延缓近视度数的增长速度,尤其适合近视发展较快的青少年儿童。相比传统框架眼镜,它在日常生活中更为便捷,也减少了因戴镜带来的活动限制。

不过,角膜塑形镜的验配需要严格的检查和评估,必须在专业的眼科医生指导下进行。在佩戴角膜塑形镜期间,孩子和家长要严格按照医生的要求进行护理和佩戴,定期复查,确保佩戴的安全性和有效性。