

哺光仪、拉远镜、雾视屏……

近视防控“神器”，是“黑科技”还是“智商税”？

医生提醒，护眼别舍本逐末

■庄奕

截至2023年，我国儿童青少年总体近视率为52.7%，其中小学生近视率为35.6%，初中生为71.7%，高中生为80.5%。近视防控成为家长们普遍关心的问题。

近来，许多号称能让近视度数降低、眼轴回退的防近视、治疗近视的产品正在市场走俏，让家长十分心动。

这些产品究竟是“黑科技”还是“智商税”？记者对此展开了调查。

想尽办法还是近视了

一年前，在用尽各种办法后，林女士10岁的女儿，还是戴上了离焦框架镜。

保护女儿的视力，一直是林女士家的头等大事。从女儿念幼儿园小班开始，林女士就给她补充各种对眼睛有好处的营养品。除了食补，林女士还会给孩子敷眼膜。女儿用眼40分钟后，就会到床上躺着，一边敷眼膜缓解眼疲劳，一边听故事。一到双休日，林女士的丈夫就会带女儿到红梅公园，一逛就是大半天。

在防控近视上，林女士不可谓不用心，可到三年级下学期时，女儿的学生素质发展报告单却显示：左眼视力4.5，右眼视力4.3。林女士带着女儿来到医院，验光结果显示，女儿的近视度数为300度，已属中度近视。林女士花费4000多元，为女儿配了一副

离焦框架镜，每三个月再检查一次视力。医生说，如果控制得好，每年近视度数可能增长不到25度，甚至完全不增长。

但林女士依然很焦虑。就在半年前，她花费799元买了一款能发出专利护眼光谱、减缓眼轴增长的护眼灯。最近，她发现许多人又在鼓吹哺光仪、翻转拍、拉远镜、雾视屏等诸多近视防控产品。有许多“当事人”现身说法撰写文章，产品效果实在令人心动。

近视防控产品让人眼花缭乱

记者看到，号称能防控近视的产品五花八门，价格从数百元到万余元不等。主要分为以下几类。

哺光仪：宣称使用的是波长为630—650纳米的红色半导体激光，类似阳光中对眼睛近视防控有益的红光。使用者每天使用2次，每次使用3分钟，就能达到相当于户外沐浴阳光3小时的效果。

拉远镜：通过凹凸面镜的光学反射，将近处的物像拉远放大至远处，把看近变看远，降低因近距离用眼造成近视的风险。市场上主要有两种设计的拉远镜，一种是头戴式，一种是支架式。

雾视屏（远像光屏）：其原理和拉远镜差不多，都是通过特殊的镜面反射，把近在眼前的东西拉远到几米以外。其外形有点像老式显示器，价格也令人咋舌，贵的要2万元。商家宣称，用雾视

屏可以看动画片、电影、上网，连续看两三个小时都没事，实现“用眼自由”“屏幕自由”。

护眼别“病急乱投医”

“学术圈公认的能控制近视度数上涨的，就这三样：日间户外活动、光学手段、低浓度阿托品。”市一院眼科主任医师刘瑶说，他发现很多家长特别关注护眼产品，却忽视了护眼问题的本质。

造成青少年近视发生、发展的主要因素有两个：长时间近距离用眼和缺乏户外活动。保护视力要做到读写时要保持正确的姿势；每天尽量进行2小时的阳光下户外活动；劳逸结合，近距离用眼一段时间后就要远眺休息。近视后，要通过光学手段如OK镜、离焦框架镜、离焦软镜等来延缓近视增长。

“我不推荐家长采用那些五花八门的防控新手段。”刘瑶说，哺光仪属于激光照射产品，国家药监局2月6日正式公布哺光仪的最终审评文件，因其安全性没有得到确认，还出现过一些严重的眼底损伤案例，撤销哺光仪的二类医疗器械证，以后按最高级别的三类医疗器械管理。雾视屏、拉远镜等产品，和真正的远距离用眼也是不一样的。虽然它们未必会对眼睛造成太大的伤害，但也没有宣传中的效果。如果家长给孩子用上了这些所谓的新技术，忽视日间户外活动和科学用眼，那就舍本逐末了。

全域马拉松第一波参赛福利官宣

■常体 吕亦菲

本报讯 记者近日从市体育局获悉，市体育面向所有参与常州全域马拉松赛事的跑者及家庭，推出“全域马拉松专享惠民活动”，目前已宣布第一波活动内容，后续还将发布公共交通、旅游景点等优惠福利。

2024年常州市全域马拉松赛事所有参赛选手，可在惠民活动场馆免费体验健身、游泳、乒乓球、网球、壁球运动项目1次（五选一）。

参加半程及全程马拉松项目，且单项净计时排名前200名的选手，至惠民活动场馆办理游泳、健身年卡享受公示价五折优惠。其他所有参赛选手至惠民活动场馆办理游泳、健身年卡享

受200元优惠；所有参赛选手可至晋陵体育薛家全民健身中心3楼游泳馆前台领取优惠券礼包一份；所有参赛选手可至“白云新城”和“江南春”售楼处领取精美礼品一份，并可专享下午茶一次。

所有参赛选手携家属，至惠民活动场馆办理健身、游泳家庭年卡享受300元优惠；报名参加惠民活动场馆游泳、羽毛球、篮球、乒乓球等培训课程享受9折优惠。比赛期间，所有参赛选手携家属入住奥体明都酒店，享受订3间/夜免1间/夜，餐饮享受9折。

活动时间为2024年4—12月。参赛选手凭本人身份证、“成绩证书”及户口本享受以上优惠政策（家属享受优惠时须提供户口本证明）。

踏春赏景，要守住文明出游底线

■周洁文

图片由文明旅游观察员拍摄

本报讯 当下，正值踏春赏花的好时节，常州各地公园、景区、乡村旅游点迎来大量游客，一派春景美好、其乐融融的景象。然而，总有游客攀花折柳，用不文明行为“煞”了好风景。

无视警戒线，随意踏入禁止入内的花田草坪拍照；晃动树枝、人为制造“花瓣雨”；攀爬景观，只为找到“最佳拍照角度”……记者在城区公园和郊区花田走访时，见到了不和谐的画面。这些不文明行为不仅影响了其他游客的体验，还影响了花草树木生长，甚至会让好风景提前落幕。

面对美景，游客拍照留念无可厚非，与文明相伴才是踏春赏花的正确方式。“希望市民游客爱护花草树木、珍惜劳动成果，让文明与美景同在。”一位景区工作人员告诉记者，他们在加强监管的同时，已经充分考虑游客需求，提前规划好观赏赏花路径、预留多个拍照打卡点。“与汹涌的赏花人潮相比，仅靠我们管理方巡查、劝导



力量有限，还需要更多人敢于向不文明行为说‘不’。”

春风十里，不如文明旅游的你。守住文明旅游的底线，定能让文明之花成为最美风景，绽放在来往游人的心中。



武进区第四个医防联合体试点签约揭牌

■赵雪煜 杭云 陆婷

本报讯 3月28日，武进区疾病预防控制中心、武进区妇幼保健计划生育服务中心与武进区湖塘镇马杭社区卫生服务中心共同举行医防联合体签约揭牌仪式，这是武进区的第四个医防联合体试点。

据悉，在武进区委、区政府的大力支持下，湖塘镇医疗卫生条件大幅改善，医疗服务水平显著提升。马杭社区卫生服务中心组建的17个家庭医生签

约服务团队通过走进不同的机构和社区，持续提供高效快捷的医疗服务，为湖塘镇居民带来了更加全面、连续、主动的健康管理体验。成立医防联合体后，马杭社区卫生服务中心将充分发挥家庭医生团队优势，创新公共卫生服务模式，提高服务能力，真正将“医”“防”融合，保障人民的生命安全和健康。

近两年来，武进区积极探索医防融合工作新模式，先后统筹区疾控中心与寨桥卫生院、西湖街道社区卫生服务中心、漕桥卫

生院创建了医防体试点。共建单位在慢性病防治、免疫规划、健康教育等方面紧密合作，取得了显著成效。特别是在消化道肿瘤、糖尿病、心脑血管病等重大疾病的防控方面，通过早期筛查、规范治疗和健康管理等手段，有效降低了疾病的发病率和死亡率，赢得了社区居民的广泛赞誉。

未来，医防联合体模式将在武进区全面复制、推广，形成“未病早预防、小病在社区、大病可会诊、转诊有家医、慢病会管理”的医防融合体系。

综合信息

0519
86685553
86677993
地址：常州市和平中路413号顺达大厦南楼311室

真矿泉 更养人

订水热线：0519-85101717

销户公示

由江苏丰浩建设工程有限公司承建的常州市武进区星河丹堤剩余地块(3#地块)项目建筑工程施工总承包已竣工验收收且农民工工资已发放完毕。拟申请农民工工资专户销户，现予公示(公示期:2024年03月29日至04月28日)，如有异议，请向常州市武进区建设工程管理中心(工程所在地建设主管部门)反映，联系电话:0519-86312787。

特此公告。

江苏丰浩建设工程有限公司
2024年03月29日

销户公示

由常州明大建设工程有限公司承建的龙江中路东侧、朱夏墅路南侧(HX070408)地块11~13、15~20、S2-S7#及地下车库建筑工程施工总承包工程已竣工验收收且农民工工资已发放完毕。拟申请农民工工资专户销户，现予公示(公示期:2024年3月29日至4月28日)，如有异议，请向常州市城乡建设工程管理中心(工程所在地建设主管部门)反映，联系电话:0519-88029267。

特此公告。

常州明大建设工程有限公司
2024年3月29日

拍卖公告

我公司受委托将对以下标的进行拍卖，现公告如下：
一、拍卖标的：1-5.金坛区新城东苑12幢71¹、12幢69¹、12幢73¹、16-215¹13-57¹房屋租赁权；6-8.金坛区北贤路285¹、243¹、293¹房屋租赁权；9-10.金坛区小圩路248、250¹、252¹房屋租赁权；11-12.金坛区万土新村15幢56¹、20幢56¹房屋租赁权；13.金坛区新城东苑四区11-25¹房屋租赁权；14-15.金坛区东城宜景苑7栋-111西侧，东侧营业用房租赁权。(具体详见拍卖资料)
二、拍卖时间、地点：1号-13号:2024年4月8日上午9:30;14号-15号:2024年4月8日下午2:30,在金坛区东门大街209号12楼拍卖厅。公告之日起接受咨询与标的展示。
三、注意事项：竞买人于2024年4月7日下午4点前按拍卖须知的要求，办理完毕竞拍登记手续和提交有效证件资料，并交纳拍卖保证金，否则不具备拍卖资格。
联系电话：82365099

江苏金沙拍卖有限公司
常州金坛拍卖有限公司