

学生记者总动员

爱眼护眼在行动

□代 萍 张 川

眼睛是心灵的窗口，透过这扇窗户可以看到五彩缤纷的世界。但现在，清晰的世界离我们越来越远。因为越来越多的同学出现视力问题，鼻梁上纷纷架起了厚厚的眼镜。那么，近视是怎么形成的呢？怎么做才能预防近视呢？

3月10日，来自合肥市翡翠学校、合肥市习友小学、合肥市明珠小学以及合肥市方兴小学的12名学生记者来到合肥市小八兔眼科门诊，他们变身“眼科小医生”，与眼睛来了次“亲密接触”，让爱眼护眼行动起来。现在，让我们跟随小J的脚步，一起去围观那天发生的趣事吧！

开启眼睛发现之旅

活动在陈金亮院长的欢迎致辞中开始，陈院长用一个有趣的画猫游戏让学生记者们明白了眼睛的重要性。随后，身穿小医生工作服的学生记者们开启了关于眼睛的发现之旅。在工作人员的带领下，学生记者们对小八兔眼科的综合验光室、验光配镜室、视功能训练室、眼镜制作室等进行参观了解。在参观过程中通过工作人员对各科室仪器设备的讲解，学生记者们了解了眼科基础知识和相关仪器设备的功用。

接下来，为了让学生记者们深入了解视光知识、了解自己的视光情况，小八兔眼科还对每个人进行全面视力检测体验。检测快捷方便，只要坐下来，眼睛对准仪器照一下，裸眼视力、屈光度、眼生物参数这些复杂的数据就会直接生成，学生记者体验后纷纷称赞：“好神奇！”

变身“眼科小医生”

这次的活动，学生记者们同时也是“眼科小医生”的身份，这不，为了让“小医生”们懂得更专业的视光知识，学会正确的爱眼护眼知识，成为合格的“眼科小医生”。小八兔眼科的视光专家陈晓龙叔叔为在场的家长及学生记者们开展了一场关于视力健康的专题知识讲座。在讲座中，陈医生用简单易懂的语言，生动形象的图画，为学生记者们讲解了眼球的构造、近视的发病原因、近视的危害、近视的防控治疗、基本的视光检查以及爱眼护眼小常识等。学生记者们认真听讲、仔细记录。

在陈医生的讲解下，大家才知道，原来生活学习中不良的用眼习惯、营养不均、缺乏运动、光的伤害等都会损害眼睛，导致近视呢！不少爱吃甜食的学生记者们都表示从现在开始要少吃或不吃甜食，爱护眼睛从此刻做起。在讲座的互动环节，学生记者们提出了许多专业的问题询问陈医生。

对话眼科专家陈医生

学生记者苏晨曦：请问陈医生什么是假性近视？

陈医生：假性近视是由于用眼过度致使睫状肌持续收缩痉挛，晶状体厚度增加，视物模糊不清。这种可通过改变用眼习惯，使视力恢复到正常状态。同学们要对此重视，因为假性近视若不及时缓解，最终会导致眼轴变大而成为真性近视。

学生记者刘尧：请问陈医生，近视会不会遗传呢？

陈医生：父母均是近视600度以上，遗传给后代的近视几率是40%左右；若其中一方高度近视，其遗传的几率可降到20%；但如果父母均是低度近视，遗传的几率要小得多。

学生记者丁想：请问戴了眼镜后，近视会不会越来越深呢？

陈医生：近视加深的原因很复杂，和先天遗传、后天环境都有关，而与眼镜本身无关。

学生记者林子韵：为什么吃甜食多会导致近视眼？

陈医生：因为甜食含有大量的糖，糖在体内代谢时需要大量维生素B1，如果糖分摄取过多，维生素B1就显得不足了。维生素B1缺乏会使视神经生长发育受影响，从而导致视力的减退。过多地摄取糖分也会降低体内钙质，使眼球弹力减弱，助长近视眼的发展。

此次活动学生记者们了解自己的视光情况，明白爱眼护眼的重要性，还学习了保护眼睛的小知识，可谓收获满满。“从现在开始，我要坚持做眼保健操，写作业的时候保持正确姿势，养成良好的用眼习惯。保护好眼睛。”学生记者朱文析在活动结束时认真地对小J说。已经伏案工作了一个小时的小J也赶紧起来活动下身体，让眼睛休息下。同学们，爱护眼睛从自己做起，从小习惯做起，让我们一起守护好心灵之窗吧！

一周快报

消费维权进校园

□徐 华

淮北市淮海路小学学生记者站联合淮北市工商局、相东市场监督管理局开展“大手拉小手 3·15消费维权进校园”活动。淮北市工商局12315中心李川秀主任以《食品安全法》为讲解重点，针对学生的实际情况，通过知识讲座，有奖问答等方式，生动地展示了相关法律法规。学生们认真学习相关的法律法规，积极踊跃地参加现场的抢答，并讲述了自己平时消费时遇到的诸多问题。工商局及市场监督管理局的工作人员耐心地为同学们解答了问题。

此次活动不仅拓宽了学生记者们的知识视野，还有利于树立学生们健康的消费观，提高他们的消费维权意识，同时学会用法律武器正确维护自身的合法权益，促进学生正确消费观念的形成，营造合理消费、绿色消费、节约环保的校园消费氛围。