

学龄前儿童应用眼保健综合干预对视力水平的影响

陈少兰 麦金和 吴平雅

南村镇社区卫生服务中心 广州 番禺区 511400

摘要: **目的:** 分析学龄前儿童应用眼保健综合干预对视力水平的影响。**方法:** 在 2023 年的1月-12月期间, 挑选了 100 位1-4岁儿童作为研究对象, 采用随机数字表的方法将儿童平均分配到对照组与实验组, 每组 50 人。对照组采取常规干预, 观察组应用眼保健综合干预, 对比两组实例视力 = 水平。**结果:** 经过比较后发现, 观察组患者的 GQIL-74 评分优于对照组, 观察组护理满意度高于对照组, 观察组不良事件概率低于对照组, $P < 0.05$, 差异具有统计学意义。**结论:** 对于学龄前儿童应用眼保健综合干预, 能够有效提升儿童的视力水平, 值得进行临床推广。

关键词: 学龄前儿童; 应用眼保健综合干预; 视力水平; 影响

目前, 儿童视力衰退现象引起了社会各界的广泛关注。根据最新的统计数据, 我国学生近视的比率大约在 70%至80%之间, 近视产生的原因与遗传背景及婴幼儿长时间不良用眼习惯, 青少年时期近距离用眼过度密切相关。通常情况下, 眼球的发育会在18岁之前停止, 而12-18岁之间, 近视往往快速发展。在这个年龄段的青少年由于学业压力, 经常性地过度使用眼睛。此外, 我国中小学生面临的学业压力沉重, 作业量非常大, 并且他们的日常生活和娱乐方式发生了巨大变化, 户外活动时间极少, 这些都是近视发病率大幅上升的重要因素。若学龄前儿童未能培养出正确的用眼及保护视力的习惯, 那么近视的发病率将显著提高。在这个年龄段, 儿童的眼部正在经历关键的发育、功能恢复和成熟阶段, 同样也是形成护眼好习惯的黄金时期。因此, 增强儿童的视觉健康, 实施全面的眼部保健干预措施显得至关重要。家长与孩子本身需要了解更多关于眼部保健的知识, 这样才能有效提高孩子的视觉质量。本研究旨在深入全面分析眼保健干预措施对学龄前

儿童视觉健康状况的作用, 以下是具体的报道内容。

1 资料与方法

1.1 临床资料

在 2023 年的1月-12月期间, 挑选100 位1-4岁儿童作为研究对象, 采用随机数字表的方法将这些儿童平均分配到对照组与实验组, 每组 50 人。在对照组里, 有 25 名男孩和 25 名女孩, 他们的年龄分布在 1 到 4岁之间, 平均年龄为 (2.52±0.23) 岁; 其家长的教育程度为: 拥有本科或更高学历的有 26 人, 大专学历的有 17

人, 高中以下学历的有 7 人。而在实验组中, 男孩 24 名, 女孩 26 名, 年龄介于1 至 4 岁之间, 平均年龄为 (2.55±0.26) 岁; 家长的教育背景为: 本科及以上学历者 23 名, 大专学历者 15 名, 高中以下学历者 12 名。两组儿童的基本资料相比, 并无显著差异 ($P > 0.05$)。所有儿童的家长均自愿加入本研究, 并已经签订了知情同意书。

1.2 方法

对照组接受标准儿童保健措施。儿保团队医生主要给孩子身高、体重、头围、生长发育作评估等体检。并没有眼保健相关的措施。

观察组则采用全面的眼保健促进策略。

(1) 组织眼部健康知识普及讲座。鼓励儿童、家长积极参加眼保健知识讲座及参与式活动, 目的是增强儿童及家长对视力保护的认知度和关注度。向学龄前儿童和家长们分发宣传资料, 为吸引孩子的兴趣, 宣传资料应采用生动卡通动画形式制作, 以增强教育内容的吸引力, 激发孩子学习护眼知识的热情。同时, 向家长们传授必要的实用信息, 确保他们能够在讲座中学到知识, 并且应用到日常生活中, 提升教育的实际效果。

(2) 构建少儿视力健康管理档案。依据儿童们视力状况, 打造一份详尽的少儿眼科档案, 以便于更有效地执行和推动眼保健工作的落实。家长们需详实记录儿童的视力及眼部使用情况, 对于那些用眼不当的儿童, 要及时进行视力矫正, 并提供专业的眼部保健指导。具体的保健指导措施包括: 1.控制孩子用眼时间。长时间盯着电子设备或书本容易导致眼部疲劳和近视的发生。建议孩子每隔一段时间进行眼部放松操, 远眺或闭目休息, 有效减轻眼部压力。2.保持良好的用眼姿势。坐姿端正, 保持适当的阅读距离, 避免低头看手机或书本, 有助于

作者简介: 陈少兰 (1982年12月-) 女, 汉, 本科, 江西省赣州市人, 主管护师, 从事儿童保健方向的工作

减少眼部疲劳和视力下降的风险^[1]。3户外活动也是保护孩子视力的重要途径。阳光下的户外活动有助于调节眼睛对远距离的适应能力，减少近视的发生。鼓励孩子多参与户外运动，享受自然光线的照射。预防阳光直射伤害。确保孩童不要在烈日下长时间玩耍，尤其是正午阳光最为炽烈的时候。外出活动时，必须佩戴适当的遮阳帽子。定期进行眼部检查也是关键。及早发现并纠正孩子的视力问题，有助于预防近视的进一步发生。4.保持良好的生活习惯和饮食均衡也是孩子视力发育的重要因素。多食用富含维生素A、C、E等的食物，注意营养均衡，有助于维持眼部健康。5坚持每日眼部保健运动，确保儿童每日执行眼部保健操，重点在于按压睛明、攒竹、鱼腰、丝竹空、太阳、承泣、四白等穴位，旨在舒缓眼部肌肉紧张，增强肌肉的调节功能。

(3) 确保儿童学习场所光照适宜。必须让儿童的学习、阅读和娱乐空间拥有足够的光线，避免在暗淡的环境中眼睛造成负担。

(4) 推动资讯交流与传播。创建微信群等网络交流平台，让南村社区儿保医生和眼科专家能在群里发布有关学龄前儿童护眼保健的文章、视频等学习资料，借此提升家长对眼部知识的认识和掌握。家长们可以在交流群内相互交流用眼心得。儿保医生、眼科专家以及父母之间应保持紧密的沟通，确保对儿童近期用眼状况的及时掌握。专家可以依据家长提供的信息，给出有针对性眼视力调整建议，以增强儿童眼部保健行为的科学性与适宜性。

(5) 玩耍时，注意照顾孩童，避免接触尖锐物品以防伤害眼睛。为了鼓励学龄前儿童形成良好的用眼习惯，可以引入互动小程序，让儿童通过打卡的方式增加活动的趣味性。对于坚持打卡的儿童，可以给予小奖品作为鼓励，以提高儿童们遵守良好用眼习惯的积极性^[2]。

1.3 观察指标

(1) 视觉功能障碍比例。该比例涵盖了近视、视力衰弱、超视、光散射、斜视等多种视觉问题，计算公式为：视觉功能障碍案例数除以总案例数再乘以100%。

(2) 日常生存品质。采用日常生活品质评估量表(LQI-74)进行衡量，满分为100分，分数越高代表生活品质越优越。(3) 满意度评价。总评分为100分，90至100分视为高度满意，70至89分视为基本满意，低于70分则视为不满意。满意度计算方式为：高度满意案例数与基本满意案例数之和除以总案例数，再乘以100%。

1.4 统计学方法

将本组数据代入SPSS21.0软件处理分析，计量资料

用($\bar{x}\pm s$)表示，实施t检验；计数资料用%表示，用 χ^2 检验。 $P < 0.05$ ，差异有统计学意义^[3]。

2 结果

2.1 比较2组患者的GQIL-74评分

比较2组患者的GQIL-74评分，观察组要优于对照组， $P < 0.05$ ，差异具有统计学意义。具体结果见表1。

表1 比较2组儿童的GQIL-74评分($\bar{x}\pm s$)

组别	例数	GQIL-74评分	
		实施前	实施后
观察组	50	71.13±2.31	93.41±0.43
对照组	50	71.23±2.42	85.32±1.35
<i>t</i>		0.2114	40.3754
<i>P</i>		0.8330	0.0000

2.2 对比儿童在接受相关措施之后的满意度

对比儿童在接受相关措施之后的满意度，观察组满意度比对照组理想，差异有统计学意义， $p < 0.05$ ，如表2。

表2 对比患者在接受相关护理之后的满意度(*n*, %)

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
观察组	50	39	11	0	50(100.00%)
对照组	50	34	7	9	41(82.00%)
χ^2					7.1111
<i>P</i>					0.0076

2.3 两组视力不良发生率对比

比较两组视力不良发生率，观察组优于对照组，差异有统计学意义，具体如表3。

表3 两组视力不良发生率对比(*n*, %)

组别	例数	干预前	干预后
观察组	50	14	1
对照组	50	13	7
χ^2		0.0507	4.8913
<i>P</i>		0.0817	0.0269

3 讨论

在视力成长的关键阶段，学龄前儿童需要特别关注眼部健康。通过实施眼部保健措施，可以在一定程度上增强儿童视力，并帮助他们改正不正确的用眼方式。由于这个年龄段的儿童认知有限，他们往往不能有效地掌握保护视力的方法，缺乏主动参与视力保护的意识。此外，由于自控力不足，他们常常忽视用眼卫生，导致视力问题频发。幼儿园作为儿童们重要的日常活动环境，应当加大对儿童眼部健康的关注力度。通过为学龄前儿童提供全面的眼保健服务，并鼓励儿童、家长共同参与，可以有效地监督和指导儿童的用眼姿势，确保他们的作息时间既科学又合理，进而使儿童们的眼保健行为

更加标准化,预防视力下滑。根据本研究的成果,经过干预,实验组的眼保健行为发生率高于对照组,不良用眼行为和视力不良发生率均低于对照组($P < 0.05$)。在全面的眼健康促进计划中,家庭监护人、我社区儿保科工作人员以及眼科专家共同构成了儿童用眼习惯的监管体系,确保儿童们在眼视力保健过程正有正确认知。同时,该项目还定期对儿童们的视力状况进行监测,一旦发现异常便迅速采取有效措施矫正。在本项研究中,实验组的生活质量评分和满意度均显著高于对照组(P 值小于0.05)。在眼健康促进计划实施过程中,家长们积极参与至关重要,他们注重对学龄前儿童进行健康知识的教育和管理,采用与儿童生活紧密相连的宣传手段,有效提升了学龄前儿童对眼健康保护理念的认知水平,从而有效地减少了视力问题的发生。家长在儿童的成长过程中扮演着纠错、引领与监护的角色,助力儿童们培养出正确的眼部保护习惯,有效减少视力问题的出现,从

而提高儿童们的生活品质。通过对学龄前儿童开展全面的眼部健康保护措施,儿童可以逐步意识到护眼的重要性,并在日常生活中自发地采取护眼行动,保持眼部的健康状况。

综上所述,对学龄前儿童进行系统性的眼部健康保护措施,有利于塑造规范的眼部保健行为模式,减少视力问题的发病率,增强视力品质、生活水准及满足感。

参考文献

- [1]刘丽景,马龙飞,刘吉,等.以微信群为载体的家庭医生-儿童保健医生-家长联合干预在学龄前儿童肥胖管理中的应用效果[J].中国社区医师,2023,39(29):167-169.
- [2]沈琛越.益肺健脾推拿手法在学龄前易感体质儿童保健中的应用研究[D].浙江中医药大学,2022.
- [3]冯泳仪.学龄前儿童视力筛查情况分析以及在儿童保健中的应用价值[J].名医,2020,(13):141-142.