

<<防治近视三岁抓起>>

图书基本信息

书名：<<防治近视三岁抓起>>

13位ISBN编号：9787560539492

10位ISBN编号：7560539491

出版时间：2011-6

出版时间：西安交大

作者：石一宁 编

页数：180

字数：108000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<防治近视三岁抓起>>

### 内容概要

由石一宁编著的《防治近视三岁抓起》采用通俗易懂的语言从八个方面对儿童青少年近视进行了详细介绍，包括儿童青少年近视的形成和发展、预测和预防、保健和治疗，以及相关眼病和并发症的防治等。

并结合多年临床防治工作的经验，针对目前孩子的学习现状，调整近视防治思路，提出了近视防治的新方法。

《防治近视三岁抓起》适合于家长、儿童青少年眼保健工作者、全科医生等阅读。

## <<防治近视三岁抓起>>

### 作者简介

石一宁，陕西省人民医院主任医师，医学博士。

30年来一直从事眼科临床、科研及教学工作，尤其关注近视眼及其并发症防治，在临床工作中积累了大量的临床数据，做了万余例儿童青少年的眼健康调查和随访，从中总结归纳出一些近视眼的形成和发展规律，在系统观察儿童青少年近视的形成发展过程中，寻找出近视防控的关键年龄点，建立了临床简易可行的眼底观察指标与进展预测。

所主持的有关近视眼防治的研究课题分别获省、市级科技进步奖。

担任多本眼科专业杂志的编辑委员会委员。

编写出版医学专著十余部，在核心期刊发表学术论文数十篇。

## <<防治近视三岁抓起>>

### 书籍目录

#### 前言

##### 一、认识我们的眼睛

眼睛是怎样构成的

眼睛是怎么看见物体的

什么样的眼睛是“好眼睛”

什么是正视眼

眼睛屈光不正是什么意思

屈光不正分为哪几类

视力检测与屈光状态有什么差异

了解眼球的发育有什么意义

正确理解眼球的发育

视力指的是什么

常用的视力表有哪几种

影响视力测定的因素有哪些

孩子一定要看到1.0才是正常的吗

近视力测定有什么意义

为什么要验光

为什么说1.0视力的孩子也可能有近视

儿童正常眼的屈光度一定是+0.0D吗

眼球发育指标中眼轴与屈光度有什么关系

角膜曲率在近视形成中有什么作用

眼压在近视形成中有什么作用

角膜厚度在近视形成中有什么作用

##### 二、近视的原因

近视的本质是什么

近视眼是怎么形成的

影响单纯性近视眼形成的因素有哪些

什么是假性近视，近视有真假之分吗

什么是视疲劳

公众对近视的认识有哪些误区

如何走出对视力判断的误区

如何摆脱近视的“立等可取”的配镜方法

散瞳对儿童屈光检测和近视治疗的意义

儿童“治疗眼镜”的验配不能等同于成人的“劳保商品眼镜”

家长和孩子对准分子激光手术的期待

##### 三、近视的常见临床表现

近视眼的眼外观有什么异常

为什么近视眼眼前会有黑影

近视为什么容易产生视疲劳

近视眼的视力有什么改变

青少年的视力减退仅仅是近视眼才会发生吗

如何判定近视的性质

如何确定近视的严重程度

近视眼在哪个阶段发展得最快

##### 四、近视眼应该做的眼科检查

## <<防治近视三岁抓起>>

如何诊断近视眼

电脑验光准确吗

如何看懂验光单

儿童配镜前为什么一定要散瞳验光

怎样正确散瞳

点眼药四步法

散光眼是怎么回事

屈光参差对视力有什么影响

什么是常规验光

医学验光有什么意义

为什么近视要查眼底

什么是眼压

如何看懂眼压单

哪些因素会造成眼压生理性波动

近视眼测量眼压有什么意义

近视眼为何要做裂隙灯显微镜检查

超声波诊断对近视眼有什么意义

眼底血管荧光造影对近视眼诊断和治疗有何帮助

### 五、重视近视眼的并发症

近视眼有哪些并发症呢

近视眼为什么会合并斜视

如何自测斜视度

隐斜视与近视眼有什么关系

近视眼为什么会合并白内障

为什么高度近视眼要注意并发青光眼

近视眼为什么有可能发生视网膜脱离

为什么近视眼会发生眼底出血

视物变形、眼前闪光是什么原因

近视眼为什么会有夜盲现象

### 六、与近视有关的其他眼病

孩子看电视时为什么歪头斜眼

为什么有时看东西变小变远

如何选择治疗斜视的方法

治疗斜视的手术危险吗

眼睑下垂可以治好吗

儿童弱视是怎样发生的

怎样发现孩子是否患有弱视

弱视怎么治

儿童也会患视网膜脱离吗

### 七、近视的预防和治疗

如何预防近视眼的发生

什么是正确的用眼方法

读书写字时什么样的照明最合适

眼保健操真的过时了吗

怎样做眼保健操

加强身体锻炼, 增加户外活动

怎样均衡饮食、预防近视

## <<防治近视三岁抓起>>

转眼球可预防近视  
眼的辐辏训练有助于预防近视  
好方法护眼一辈子  
怎样用菊花养眼  
预防近视要少吃甜食、多咀嚼  
微量元素锌和铜与近视眼发生有何关系  
缺乏微量元素铬为什么会患近视  
微量元素硒与近视有何关系  
多吃什么最护眼  
“护眼三营养”是指哪三种营养物质  
几则治疗近视的食疗方  
什么是假性近视  
如何鉴别真性近视与假性近视  
治疗假性近视的方法有哪些  
什么是节约用眼  
怎样节约用眼预防近视  
怎样用视觉训练法治疗假性近视  
药物治疗假性近视  
治疗近视的目的是什么  
如何防止近视眼进一步发展  
视疲劳如何治疗  
中医药有无治近视眼的方法  
针灸疗法治疗近视眼有效吗  
按摩疗法可治近视眼吗  
耳穴疗法可治近视眼吗  
气功疗法可治近视眼吗  
治近视眼仪器对近视眼的疗效如何  
常用的控制近视眼发展的药物疗法有哪些  
降眼压药对预防近视有什么作用  
近视眼是否应戴矫正眼镜  
配好眼镜后需要经常戴吗  
眼镜多长时间需更换一次  
为什么眼镜戴着不合适  
为什么近视眼配镜的矫正视力不能达到1.0  
自己怎样测检眼镜配得是否合适  
怎样自己测量眼镜的光学中心  
眼镜片材料有几种，应如何选用  
怎样选择眼镜架  
怎样配镜才是合格的  
框架镜有什么缺点  
眼泪与角膜接触镜  
什么是隐形眼镜，有多少种  
隐形眼镜的光学特征是什么  
隐形眼镜为什么能贴在眼球上  
什么是硬性透氧性角膜接触镜(RGP)  
哪些人适合戴RGP  
怎样验配RGP

## <<防治近视三岁抓起>>

什么是OK镜

OK镜能纠正多少近视度数

配戴OK镜应注意哪些问题

哪些儿童近视眼适合OK镜矫治

配戴OK镜的过程中为何要定期看医生

硬性、软性隐形眼镜哪种好

框架镜与隐形眼镜的度数应怎样换算

配隐形眼镜要做哪些检查

如何选择隐形眼镜

什么是超薄软隐形眼镜

哪些人适合戴隐形眼镜

用隐形眼镜矫正屈光不正有什么好处

为什么戴隐形眼镜要定期复查

戴隐形眼镜引起的巨乳头性结膜炎应怎样防治

隐形眼镜能引起哪些角膜改变

如何防治隐形眼镜引起的角膜感染

近视眼可以采用手术方法治疗吗

近视眼的准分子激光手术是一种什么方法

孩子长大后做准分子激光手术，近视就治好了吗

什么是巩膜加固术

治疗高度近视还有其他什么方法吗

### 八、近视并发症的治疗

应积极预防近视眼的并发症

近视眼合并斜视如何治疗

如何治疗近视眼合并白内障

应尽早治疗近视眼的视网膜脱离

近视眼合并青光眼应早期诊断和治疗

近视眼合并黄斑出血如何治疗

近视眼合并弱视如何治疗

附录1 重视建立控制近视的“眼健康档案”

附录2 3~15岁近视防治流程

附录3 不同年龄的屈光参数参考值

## &lt;&lt;防治近视三岁抓起&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页： 调节性小视症和大视症。

这是因为睫状体调节衰弱或麻痹时，由于晶状体屈光度减低，视物变小；反之，调节痉挛时，由于晶状体屈光度增加，视物似乎变大。

导致这种现象的原因很多，例如学习过度紧张或连续数小时看小说，生病发高烧等，孩子就可能会产生此现象。

一般闭双眼休息片刻就会缓解，恢复正常。

视网膜性小视症和大视症。

由于眼底病变，如中心性浆液性视网膜病变，在初期因视细胞水肿而产生视物变小、变形；晚期有渗出、视细胞萎缩而产生视物变大；其他眼底病，如视网膜脱离初期也可产生此症。

癔病性或精神紧张性小视症，是由于精神紧张、过度劳累或恐惧所致。

另外，还有视物变形（扭曲）、幻视症。

前者仍为眼底病，如视网膜脉络膜病变、黄斑变性、高度近视合并眼底改变、黄斑出血等。

如何选择治疗斜视的方法 对于斜视的治疗，要按不同的原因区别对待。

调节性共同性内斜视此型因远视所引起，看东西时要使用比正常人更多的调节和辐辏（内聚力），故引起内斜。

多发生于3岁左右，开始为间歇性，时而正常、时而斜；看远处斜视消失，看近时加重；用1%阿托品眼药水散瞳后，有的患儿斜视减轻或消失。

这种情况应滴1%阿托品3~7天，每天3次；之后验光、配镜。

一般戴镜治疗有效，每年用阿托品药水散瞳验光1~2次，根据斜视程度、远视度数决定是否继续戴镜治疗。

非调节性共同性内斜视1岁左右发病，由于中枢异常辐辏兴奋，或继发眼肌解剖异常所致，可因头部外伤、高热等全身病诱发。

此型斜视度大，无明显屈光不正，配镜矫正无效；有时合并上斜视、弱视。

应早期手术矫正，并作增视、双眼视功能训练。

共同性外斜视发病年龄3岁左右，初起为间歇性斜视，无明显屈光不正，视力正常，也可有近视。

如果斜视度在15°以内，可配戴近视镜矫正；15°以上者不论是否间歇或恒定斜视，都应及早手术治疗。

治疗斜视的手术危险吗 一提到孩子的斜眼需要做手术矫正，许多家长顾虑重重，担心手术中可能会发生意外或并发症，如手术后视力下降、碰伤眼球、遗留疤痕，害怕手术矫正不足或过度……由于患儿斜眼不是“急诊”，不红肿、不疼痛，也不会有生命危险，所以有的家长常常拖延治疗，长时间考虑而不能最后下决心，或者怀有侥幸心理，“斜视不治，长大就好了”，有的则受一些不科学的说法影响，认为“眼不治不瞎，耳不治不聋”，等等。



<<防治近视三岁抓起>>

编辑推荐

《防治近视三岁抓起》适合于家长、儿童青少年眼保健工作者、全科医生等阅读。

<<防治近视三岁抓起>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>