达州融媒

達州晚報 教育 NEWS

周刊
达州市教育局联办

2026年10月23日
星期五
丙午年九月十四
值班编委 王爱民
达州融媒网 www.dzrm.cn

达州市融媒体中心（达州日报社） 主管主办 国内统一连续出版物号 CN 51-0063 总第7056期 今日12版

减少教学过程中电子产品使用时长！

三部门部署防控儿童青少年高度近视

近日，教育部、国家卫生健康委、国家疾控局联合印发《关于防控儿童青少年高度近视的通知》（以下简称《通知》），推动各地、学校和家庭持续践行健康第一教育理念，科学认识、切实防控儿童青少年高度近视。

《通知》明确了高度近视的内涵和危害，高度近视通常是指近视度数大于等于600度或眼轴长度大于等于26毫米的屈光不正状态。儿童青少年近视程度一旦发展为高度近视，可能会演变成病理性近视，增加发生视网膜脱离、黄斑病变、青光眼、白内障等并发症风险，造成不可逆的视力损害，是致盲性眼病的主要原因之一。

《通知》就主动预防高度近视发生提出了6个方面的防控举措。

保障用眼环境。各地教育部门要指导中小学校落实教室、宿舍、图书馆（阅览室）等采光照明要求，使用并定期维护符合国家标准要求、有利于视力健康的照明设施，采购高度和学生身高、发育相匹配的可调节式课桌椅，减少教学过程中电子产品使用时长；

增加户外活动。中小学校要严格落实中小学生每天综合体育活动时间不低于2小时，推行“课间15分钟”。引导已近视的学生进一步增加户外活动时间；

加强日常护眼。中小学生可通过经常性远眺等方式放松眼睛，保持“一拳一尺一寸”的正确读写姿势，坚持规范做眼保健操；

掌握近视底数。各地教育部门要组织和督促中小学校严格落实中小学生每学年1次健康体检和每学期2次视力监测，准确报送视力监测主要信息；

跟踪重点对象。中小学校要在健康体检或视力监测中重点关注每年近视度数增长超过50度或眼轴长度增长超过0.2毫米的学生；

校家医协同防控。中小学校要及时向家长反馈学生近视度数增长过快等情况，提醒家长带孩子到医疗机构进行全面眼健康检查，遵照医嘱采取科学的防控措施延缓近视发展。

《通知》要求，各地教育、卫生健康、疾控部门要加强对防控高度近视的宣传教育，医疗机构、中小学校要为高度近视的学生建立视觉健康档案，规范记录眼轴长度、眼底检查、矫正视力等信息，及时发现高度近视并发症风险并进行针对性干预。建议家长做好孩子高度近视后的防控工作，至少每半年带孩子到医疗机构进行1次全面的眼健康随访检查，出现异常情况及时就医。鼓励中小学校教育引导已高度近视的学生主动缩短连续近距离用眼时长，减少连续使用视屏类电子产品时间。已高度近视的学生要注意避免可能对眼球和头部有直接冲击或明显震荡的剧烈运动，可在运动时佩戴合适的防护眼镜，防止眼外伤。各地教育部门要指导中小学校面向已高度近视的学生加强心理健康教育和关心关爱，帮助他们正确认识眼健康状况，积极应对高度近视带来的影响。

□央视新闻



（图片由豆包AI生成）

□主编 李 睿 □编辑 王万礼 广告热线 2377273 达州日报（晚报）遗失启事、公告刊登 19382875827（微信同号） 发行热线 2382208 法律顾问 四川天仁和律师事务所 零售价 1.00元