

兒童配鏡你想問的都在這裡

上海市消保委時尚專業辦

30-05-2023 上海市消保委

孩子有近視、散光了，要不要給孩子配鏡？要配，配多少度數為佳？怎樣配鏡才能夠讓孩子度數不加深或少加深？這是做父母最關心的問題

兒童近視了要不要配鏡，眼鏡會越戴越深嗎？

聽到孩子近視了，很多家長會非常著急，看到市場上湧現出五花八門可以治療近視的產品，家長便“亂投醫”，甚至求助偏方。但從近視的原理來說，如果您的孩子已經確診了近視，那麼在目前醫療技術條件下近視是不可逆的！近視度數大於 100 度，就應該配鏡了。戴眼鏡加深近視度數的論斷，是沒有科學依據的，而且有可能延誤近視的治療，近視是不能治癒的，因此，一旦確診了近視，就應該干預。

定期給孩子做視力檢查，是早期發現兒童近視或其他眼病最重要和最有效的手段。小學期間是近視的高發階段，家長應當每隔 6~12 個月帶孩子到正規醫療機構進行視力檢查。

配鏡度數是配足好還是淺配一點好？

配眼鏡是延緩孩子近視度數加深的手段之一，近視的孩子如果長期不戴眼鏡或配戴度數淺的眼鏡，視網膜一直都成模糊像，大腦中樞會通過一定的補償機制（例如：頻繁眨眼、揉眼、眯眼、歪頭等）來改善這種模糊的像，長時間會導致視疲勞，造成近視度數增長。

眼鏡是一直戴著好還是戴戴脫脫好？

專業的驗光師，會根據孩子眼睛的不同症狀，建議採用不同的配戴方式。如果這個孩子在檢查中發現其眼位是內隱斜，AC/A 高常，而調節功能基本正常情況下，孩子在看近時可以不戴眼鏡或配戴功能性眼鏡，以幫助孩子更健康的用眼，減緩眼疲勞。但如果孩子眼位是外隱斜，AC/A 低常等，不管是看遠還是看近，都需配戴眼鏡。還有一種情況家長特別需要注意，如果孩子兩隻眼睛近視度數差別大，一隻眼睛度數低，另一隻眼睛度數高，雙眼一

起看可以看清。一些家長覺得這樣也可不必配戴眼鏡，但是實際並非如此！兩眼視力差距大，長時間可能會影響大腦的雙眼融像功能，抑制視力不好的眼睛看東西，影響雙眼的立體視覺，從而使視力不好眼睛變成弱視。

近視防控三要點：瞭解近視、定期檢查、自我預防。



孔磊君，上海三聯集團公司培訓部經理，在眼鏡行業已工作近 30 年，高級驗光技師。