

# 寒假即将来临,记者走进上海“近视防控联合门诊”一探少儿视力问题 “双医生制”近视诊室开出“明眸处方”

■本报首席记者 唐闻佳 记者 储舒婷

才上幼儿园的小男生,视力检查就“亮起红灯”;小学生早早配了眼镜,更令家长揪心的是,孩子一戴眼镜直喊“眼睛疼”……寒假即将来临,记者近期走进上海市眼病防治中心“近视防控联合门诊”发现,门诊虽挂着“近视”的招牌,但青少年的视力问题远不止“近视”这么简单。

为此,这个门诊首开上海先河,采取由临床眼科医生与公共卫生医生联合出诊的“双医生制”,这也源自医生们的临床深切体会:与其局限在“下游”治疗孩子们的各种视力问题,不如到“上游”给孩子们开出“防、治结合”的“明眸处方”。

## 近视防控门诊:就诊者络绎不绝

本周二是上海市眼病防治中心“近视防控联合门诊”的开放时间,这次眼科副主任医师许琰与眼防公共卫生副主任医师何鲜桂“组合出诊”。

上午9点多,一对六年级的龙凤胎兄妹跟着妈妈走进诊室。“妹妹已经戴了一年眼镜了,哥哥最近查出来视力也不好了。”年轻的妈妈说。

许琰一看病历,两个孩子各有问题。哥哥双眼视力差别很大,右眼视力仅0.2;妹妹已近视一年多,但平时不戴眼镜,她说“因为戴着疼”。经检查发现,妹妹两只眼睛近视度数分别为150度、100度。

“不戴眼镜能看得清楚吗?平时戴多少度的眼镜?”面对医生的提问,妈妈说,一开始150度,后来变成175度……这显然与孩子的近视度数不符,家长喃喃道出原委:一直在一家眼镜店给孩子配眼镜,没想到验配不准。

“如果没有佩戴准确度数的眼镜,眼睛会一直处于非常累的调节状态,家长一定要按规范流程给孩子验光配镜。”许琰提醒。

给两兄妹开出检查单不久,诊室又迎来一位6岁的小男孩。经检查发现,他有300度重度散光。

“儿童视力问题不止近视那么简单。”许琰表示,可能还有远视、弱视、散光等,成因也非常复杂,比如倒睫、视功能失调、配镜不当等,都可能导致或加重儿童的视力问题。她与同事的工作就是发现各种青少年视力问题,给予准确的防治策略。



上海市眼病防治中心“近视防控联合门诊”的医生。

本报首席记者 唐闻佳摄

这个近视防控门诊自今年9月开诊以来,就诊者络绎不绝,预计寒假来临,还将有一波就诊高峰。

## 3岁娃高度近视:“真凶”竟是倒睫

在这群专业的少儿眼科医生看来,“近视”是一顶大帽子,但千万别随意套,很多孩子的视力问题不是“近视”那么简单,所以并不是简单地配戴一副眼镜就行了。

“孩子突然看不清,是屈光度变化;看近、看远时间长眼睛痛等问题,可能是视功能失调。”许琰说,现在儿童视功能疲劳发病率已高达23%,对此需要对症施策。

许琰告诉记者,她曾接诊过一个女孩,3岁前来就诊,其中一只眼睛近视居然高达1000度。仔细询问病史,再仔细观察孩子,许琰发现,这孩子毛发很浓密,长长的睫毛颇为好看,但美丽之下也隐藏着危机——倒睫,即睫毛倒向眼球,向后方生长。“倒睫一直刷到

角膜上,当孩子每次眨眼时,瞳孔区就被波及,角膜上皮大片脱落,可能对视觉发育敏感期的孩子造成‘形觉剥夺’。”许琰解释,这种情况直接导致了孩子屈光度的变化,形成弱视。

## 防、治结合:给孩子“明亮未来”

“别小看儿童高度近视,成年后容易致盲。”作为公共卫生医生,何鲜桂与许琰配合,在出诊过程中,还不忘给孩子家长开出有针对性的预防保健处方,包括户外活动监测、用眼环境光线、灯具选择、坐姿等方面的指导。她们的诊室小课堂还获得家长的“朋友圈点赞”,直呼“这是最满意的一次诊疗体验,有治疗方案,还获得丰富的眼健康常识”。

事实上,这也是上海市眼病防治中心开设“近视防控联合门诊”的初衷。这里有强大的公共卫生团队阵容,这些公共卫

生专家常年从事儿童近视预防工作,经验丰富,如今通过与临床眼科儿童近视专家联合坐诊,可提高对儿童青少年近视防控的个性化服务水平,提高满意度和防控近视效果。

何鲜桂告诉记者,2011年上海建立儿童屈光档案,跟踪调查发现,近视发病率在逐年缓慢上升,低龄化成为近视大趋势。如今通过在前端对家长进行预防指导,强调户外活动是最有效的降低近视发生的方式,多措并举之下,近视发病率预计能迎刃而解。

寒假即将来临,何鲜桂、许琰正积极筹备将这些“科学数据”配合实用策略传递给家长们。这群儿童青少年眼防医生告诉记者,在上海,这样的成功经验还有不少,在国家以及上海关于综合防控儿童青少年近视实施方案的指引下,多项创新工作已启动。但他们也注意到,近视是多因素共同作用的结果,需多部门、全社会推进、努力,给孩子“明亮未来”。

# 上海十大健康微信公众号出炉

本报讯(记者唐闻佳 通讯员董悦青)昨天,第三届“上海市十大健康微信公众号”揭晓,年度最佳健康微信公众号、最具人气阅读文章榜单同时出炉。市卫生健康委得到相关调研显示,2019年上海健康微信公众号累计阅读量近0.74亿,各大医院频现高点击科普作品,平均单个账号阅读量近53万。

2017年,上海率先在全国开启首个由政府部门组织的省级十大健康公众号推选,推选活动由上海市卫生健康委联合市委网信办、市政府新闻办共同开展。

今年,“复旦大学附属肿瘤医院”“上海第九人民医院”等10家微信公众号荣获“2019年上海市十大健康微信公众号”;“疾控U健康”“上海新华医院”等10家获提名奖,“上海市护理学会”“上海市长宁区妇幼保健院”等10家入围。

“上海交通大学医学院附属瑞金医院”的《医生朋友圈在讨论这件事,一定要告诉40岁以上的家人!》等10篇文章入选最具人气阅读榜单,“浦东卫生健康”等5家区卫生健康委官方微博获区域传播奖,市卫生健康委官方微博“健康上海12320”获特别贡献奖。

# 上海交大医学院出生缺陷与罕见病临床研究院揭牌 从源头阻断宫内胎儿出生缺陷

本报讯(记者李晨琰)从源头阻断宫内胎儿出生缺陷,积极防治患儿罕见病。昨天,上海交通大学医学院出生缺陷与罕见病临床研究院在国际和平妇幼保健院(简称“国妇婴”)揭牌成立。

据悉,该研究院由国妇婴牵头,联合上海交通大学Bio-X研究院,聚焦严重、高发的新生儿出生缺陷,旨在形成覆盖生命全周期出生缺陷防控和诊治体系,进一步提高、保障上海乃至全国出生人口质量。

“在我国,平均每30秒就有一名出生缺陷患儿出生,医疗的提前介入有时意味着生命的去留和家庭的圆满。”出生缺陷与罕见病研究院院长、国际和平妇幼保健院院长黄荷凤院士介绍,在我国,新生儿出生缺陷的总体发病率为5.6%,每年约新增出生缺陷患儿80万至100万例,占全球新发病例总数的20%。

“研究院将整合各附属医院优势资源和学科,实施覆盖整个孕期的多学科交叉转化研究。”上海交通大学医学院副院长江帆介绍,通过开展贯穿孕前/胚胎植入前、产前、新生儿各阶段的出生缺陷筛查及诊断,有助于建立积极性优生途径的出生缺陷防控综合体系,并发展基于胚胎源性、迟发性出生缺陷早期防控技术,构建非致死性出生缺陷多学科团队一体化诊治平台。

<b>体彩公报</b>	<b>超级大乐透第19148期公告</b>
中彩号码:	03+04+07+11+30 08+09
<b>排列3第19345期公告</b>	一等奖 5 10000000元
中彩号码: 8 7 4	二等奖(追加) 1 8000000元
直选每注奖金1040元	三等奖 91 119722元
组选3每注奖金346元	二等奖(追加) 35 95777元
组选6每注奖金173元	三等奖 213 10000元
<b>排列5第19345期公告</b>	四等奖 929 3000元
中彩号码: 8 7 4 0 8	一等奖奖金累积数:
每注奖金100000元	1357789883.69元

# 搭上信息化的“智慧快车” 搭准优质化的“教学脉搏” 新技术助力“智慧资源”普惠学生 ——上海市闸北第八中学成功教育新探索有成效

## 经典画面

### 一次练习引发的“蝴蝶效应”

某日,选修历史的高二学生小陈自带的移动终端收到网络学习任务,同学们的练习内容不仅数量不同,连内容也不一致,难道是老师弄错了?噢,原来这是老师的“有意为之”,是学校尚学趣学习平台自动发送的个性化学习内容。

近年来,学校在个性化作业辅导方面,从完成初中高中几乎所有学科的基础题资源建设开始,实现自动发布、批改、统计到生成错题集;紧接着又在部分学科开发了针对不同错误的个性化辅导资源和矫正性练习,初步实现个性化的教与学。随着改革的深入,学校基于大数据的针对性教学与学,逐渐走向结合学科知识图谱的自适应学习。数据显示,学生利用移动终端进行学习正成为一种趋势,也是跨时空个性化学习的特征。

由上海市教育功臣刘京海创立“成功教育”而闻名的上海市闸北第八中学,立足研究普通学生、普通教师、普通学校成功之道,努力为每个学生提供成功人生的支点。面对信息技术的高速发展和对教育的影响,学校顺势而为,以新技术助力教育教学改革,取得

明显成效:《成功教育的新进展——BYOD移动学习终端应用及资源建设的研究》被列为2016年上海教育综合改革典型案例;2017年被教育部评选为“首批”全国基础教育信息化应用典型案例;新技术应用成果荣获2017年上海市基础教育教育教学成果奖特等奖,2018

年学校获得国家级教学成果奖二等奖,相关研究成果已在六省市24所学校推广应用,初见成效。2019年5月,学校入选上海市首批教育信息化应用标杆培育学校。校长陈婷说,闸北八中这个“老典型”努力搭上信息化的“快车”,以期让“成功教育”永葆活力。

## 悄然兴起:成功教育“二次改革”

对一所普通学校来讲,时间是个常数,生源是固定的,而教师群体的专业提升又是一个缓慢的过程。如何推进教育改革,既提高教育质量又提升学生素养是当前迫切需要解决的问题。学校认为,只有借助新技术的常态应用,用最短的时间提高学业质量,才能省出最多的时间提高学生素养。

从2012年起,学校启动移动互联新技术助力教育教学改革的实践研究,通过教师创造性运用新技术,再造学习环境,重构教学、评价流程;实现因材施教,推动成功教育新突破。

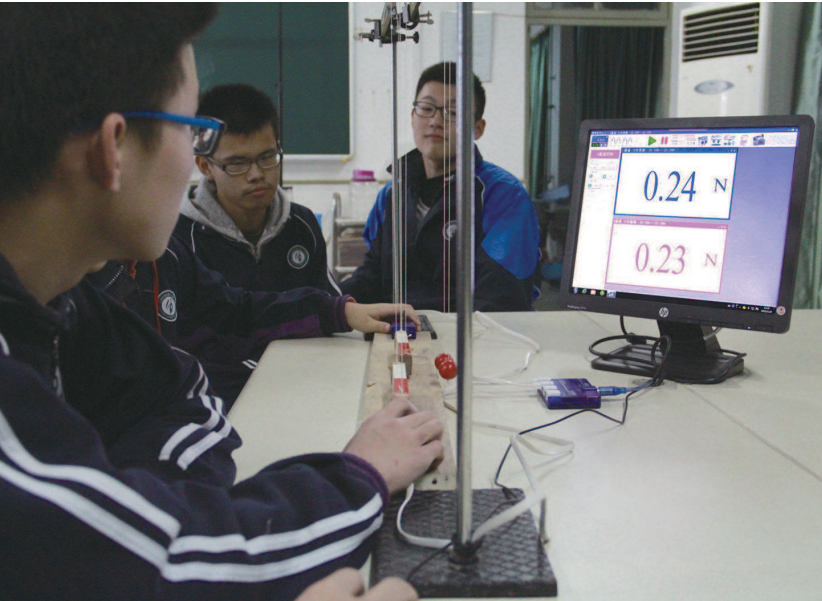
2015年,实现全校1000多名学生自带移动终端学习。整个研究通过学科学习和实践活动学习两大领域的六条实践路径有序推展,探索常态化应用新技术,促进学生自主学习、自主成功的理念、路径、策略与方法。

“批改学生默写的单词以前是最繁琐的工作之一。”学校一名英语老师谈到自己的感受,科技手段恰好可以解决老师的重复劳动,让老师有更多时间来精进教学水平。此外,移动终端打破了学生只能在课堂默写、学习的限制,既能提高学习效率,又可将剩下的时间用于自主学习。英语教师朱彦特别提到,她到六年级开始使用一个英语配音App,以此提升学生对英语的兴趣。这不仅提升了学生的学习兴趣,还纠正了学生的不良行为习惯。现在,尝到了信息化“甜头”的朱彦会主动找好的App学习软件推荐给同学,渐渐成为

了校内有名的App“培训师”。

光停留在以基础题训练为突破口是不够的,坚持建设教学资源才能促成教育教学的良性发展。学校近几年注重加强校企合作,开发了“智慧资源平台”,每天使用频次达到3万多人次。平台内不仅有初中语数英物等学科的数字化教材,还有初中中考、高中学业水平考、非考试学科等丰富的课堂教学配套练习资源。“在平台内,优秀的学生可以自行选择内容预习,普通学生则可以对照课件,不断巩固学习。”校级骨干教师严琦还提到,“在后台可以看到学生的尝试记录、时间和次数等数据,为教师调整教学提供依据,实现精准减负、增效提质。”

据悉,移动学习终端是以基于数据来改进教与学的针对性,提高有效性,从而腾出更多的时空发展学生的多方面素质。因此,学校引进DIS技术来创新教师演示实验与学生实验。改造后的数字化实验结果更直观、快捷,提高了实验教学的效益,也充分激发了学生的学习积极性。目前,学校教师运用DIS设备,改造和创新了141个演示实验和学生实验,涉及物理、化学、科学、生命科学以及劳技等学科。其中冯艳老师的“教师教育创新案例”还获得了上海、全国一等奖。



## 角色互换 师生成为“探究者”和“受益人”

教学与信息技术融合,对师生的成长产生了积极影响。在学生学习效果方面,无论在课内还是课外,学生基于课程包的学习参与度高、情感投入强,乐学、愿学,学习效率大幅提升,尤其是综合题的解题能力显著提升。学生由原来被动接受老师的“送餐”,到如今主动下载“课程包”资源,积极争取“自助餐”,学生的学习主动性得到很大程度的激发,这为学生实现自主成功提供充足的保证。

在教师成长方面:一方面是专家的引领与团队的头脑风暴,让每个参与的教师对教材知识体系的把握能力有了明显提升;另一方面,教师的信息化意识与素养也在悄然提升,教师对信息化助力教学变革发生了极大的兴趣。

## 深度融合:基于“课程包”的探索

自2015年开始,学校与企业合作开发“课程包”,试图探索出一条技术如何辅助学习的实践路径。“课程包”,是基于优秀教师丰富的教学经验和新技术的环境,针对学科教学过程中的重难点,依据学习目标,以学生在学习过程中的问题为导向,所设计的有真实的学习情境、明确的学习任务、学习过程和评价手段等核心要素的互动学习资源,可支持学生自主操作、探究,融入教师的

指导,具有试错、纠错和记录学习数据等功能。它是学生与书本知识之间生动有趣的对话包,是优秀教师根据丰富的教学经验,设计的符合不同思维类型的学生进入学习天地的思维导图。

通过几年探索,在资源开发方面成果丰硕,现已开发了三百余个工具;精品“课程包”,目前平台已有三千余个可共享。依据知识结构设计开发,初步建立初中数理化各科基本模型,部分学科已实现体系化开发:如数学学科,根据七年级第一学期教学教材,完成18个精品课程包,占总课时数1/3;化学学科,目前预实验类“课程包”已开发完,新授课重难点类共计12个知识主题,已完成一半的脚本设计与初步开发。

基于“课程包”的课堂应用,学校初步构建“尊重差异——体验互动——数据分析反馈”的学科学习模型,为新技术与课堂教学的深度融合,提供一条有效路径。

## 第三只眼

### 成功教育的“道”与“术”

■苏军

“成功教育”是出了名的,名在向普通学生普及了成功的道理,名在为每一位学生普惠了一条通往成功的大道。成功,是意识觉醒到信念坚定的过程,也是思维催醒到成长迈步的过程,讲究“道”的正确。成功之道,从认同到实践,成

功教育的价值也许就在这里。

成功,是主观意识与客观条件匹配的过

程,也是借助条件实现内驱发展的过程,讲究“术”的科学。成功之术,从慧眼到运用,成功教育的潜能也许就在这里。

静安教育 JINGAN JIAOYU

静安区“初中再加强工程”巡礼 ③