

一  
基本信息

# 儿童 眼睛健康



vision  
eye institute



---

# 为什么需要带孩子去做眼科检查？

早期诊断和治疗对许多儿童眼科疾病至关重要。在日常健康检查（无论是由妇幼保健护士还是由全科医生执行）过程中发现的任何眼疾，都应该认真对待，并及时进行眼部检查。

---

所有儿童都应该在学龄前进行眼科检查。该检查可以由儿科眼科专家或眼科医生完成。





## 儿童眼部健康问题包括：

**屈光不正**，如近视、远视或散光。在这些情况下，眼睛不能折射（弯曲）光线，使其聚焦在眼睛后部（视网膜）的光敏组织上，导致构成的图像模糊或失真。屈光不正需要彻底的眼部检查予以诊断。

**结膜炎**是由细菌或病毒感染、过敏或潜在的全身性疾病引起的。新生儿结膜炎常在出生后一个月内发生，危险性较高，可能影响视觉，应及时接受儿科眼科医生诊治。

**懒惰眼（弱视）**是指一只眼睛视觉发育不良、大脑忽视该眼成像而导致的视力恶化现象。懒惰眼通常只涉及一只眼睛，但可能会影响双眼的视力。出现这种情况应该及时求助专业的验光师或眼科医生，并且通常需要持续数月甚至数年的治疗才能改善儿童的视力。

**内斜视眼（斜视）**也称为脱窗眼，一只或两只眼睛向内、向外、向上或向下偏斜。可能为持续性状况也可能为偶发性。需要进行彻底检查以排查严重的疾病，防止懒惰眼恶化，并矫正内斜视眼。

**先天性眼睑下垂（上眼睑下垂）**见于上眼睑，因负责抬起眼睑的肌肉变弱，或控制这些肌肉的神经受损所致。该情况可能会对视力造成严重干扰。如果情况严重，需要及时检查以诊断潜在病因，并予以适当治疗。

**儿童（先天性）白内障**在儿童出生时便已存在，但往往几年后才会发现。早期诊断对于确定儿童视力是否受到影响和确定最佳治疗疗程来说至关重要。并非所有病例都需手术，但视觉发育受损的儿童需要考虑手术治疗。

**儿童（先天性）青光眼**在儿童出生时便已存在，但症状和体征不明显，通常难以诊断出。如有疑问，应进行检查。任何有先天性青光眼家族史的儿童都应该接受检查。

**眼损伤和眼内异物**通常也会发生在儿童期。即使轻微的创伤（如角膜擦伤或眼睑抓痕）也可能导致严重的视力问题，因此建议及时进行眼部检查。

**在儿童出现眼部问题时应及时就医，以降低严重并发症的风险。**





# 儿童眼疾有哪些症状？

## 儿童期眼疾的一些常见症状包括：

- **异物**——刺激、发红、流泪、不断揉搓受影响的眼睛
- **结膜炎**——分泌物（白色、绿色、透明）、眼睑和结膜（眼睛的白色组织）肿胀
- **屈光不正**——斜视、靠近电脑屏幕、将物体靠近脸部（如书本、手机或平板电脑）
- **懒惰眼（弱视）**——判断深度困难、异常笨拙、频繁跌倒
- **内斜视眼（斜视）**——单只或两只眼睛向内/向外/向上/向下翻动，头/下巴/脸部姿势可能异常。
- **上睑下垂**——下垂的眼睑，可能会呈向上翘起的姿势
- **白内障**——与懒惰眼的症状类似，对光线非常敏感，受影响的眼睛的视野减小，因此儿童会忽略一侧的物体
- **青光眼**——对光线极度敏感，眼里通常“水汪汪”，通常一只眼睛比另一只眼睛受影响程度更大，人们可能会夸赞孩子拥有一双“美丽的大眼睛”。

# 儿童在进行眼科检查时会发生什么情况？

儿童应该在 3 岁左右接受验光师的全面眼部检查，除非在此之前曾发现眼部问题。

如果有任何问题，儿童可能会被转给眼科医生进行进一步检查和/或治疗。及早发现任何眼部问题可以确保及时治疗，有助于降低任何视力丧失或视力障碍的风险。

在儿科眼科检查期间可能进行的测试包括：

**视力测试：**用于确定儿童看物体的清晰程度。使用由图画、符号、字母和/或数字组成的图表进行测试。

**眼肌测试：**用于检查负责移动眼睛的肌肉的功能。医生会拿着一支笔或其他物体在儿童眼前移动，同时要求儿童目光追随物体而头部保持不动。

**覆盖测试和棱镜测量：**帮助确定双眼之间是否错位。如果发现脱窗眼，则需使用非侵入式棱镜棒来测量眼位。

**折射测试：**确定儿童是否需要佩戴矫正镜片。如果需要眼镜，可以通过该测试确定镜片度数。

为了进行下一部分测试，会使用滴眼液放大儿童的瞳孔。

**视网膜检查：**眼科医生对儿童眼睛后部，包括视网膜、黄斑和视神经进行评估。

**角膜荧光素染色：**用于准确诊断角膜损伤或溃疡。该测试使用橙色荧光染料和蓝光来检测角膜损伤。

可能还需要其他测试（针对 6 岁以上的儿童），包括视野测试、OCT 和角膜地形图。



# 如何治疗儿童眼疾？

切记，屈光不正、懒惰眼（弱视）、先天性白内障和先天性青光眼等一些眼疾是终身性的，需要持续预约检查，特别是在诊断后的前几个月，以及孩子的成长期（直到高中）和他们需要改变视力时。

## 屈光不正

如果儿童患有屈光不正（如近视、散光或远视），医生会为他/她配一副矫正眼镜，而隐形眼镜更适合大龄儿童佩戴（方便运动）。



## 懒惰眼（弱视）

患有懒惰眼的儿童需要通过治疗和锻炼来提高弱视眼的视力，治疗方法可为给他们正常（好）眼睛罩上眼罩，或使用阿托品滴眼液。治疗通常在矫形师的监督下进行。治疗类型取决于弱视程度、儿童的年龄和治疗的持续时间。

需要对儿童的视力进行测试，以确定他或她是否需要佩戴眼镜。需要定期检查以监测视力改善情况。

## 内斜视眼（斜视）

眼睛错位需要尽早干预，以防止晚年出现不可逆的视力丧失。

治疗方式可为眼镜纠正、懒惰眼治疗或在全身麻醉下行眼肌手术。

## 眼睑下垂

眼睑下垂的治疗方法取决于病情的严重程度，可能会包括佩戴眼睛、懒惰眼修补和/或在全身麻醉下的情况下行眼睑（单眼或双眼）手术。

## 先天性白内障

大多数被诊断为患有儿童期白内障的儿童能够过上充实的正常生活。在这种情况下，治疗的目的是最大限度地提高孩子的视力。初始阶段可能会让其佩戴眼镜，数年后可能需要手术。婴幼儿和 5 岁以下的儿童视力丧失的风险较高，因此可以考虑尽早对这些患者进行手术。



## 先天性青光眼

最初，可以通过滴眼液或口服药物来降低眼内压。但手术通常是治疗这种疾病的主要方法。手术类型有若干种，您的眼科医生将会与您讨论。

## 损伤和创伤

眼部损伤或创伤的儿童应立即接受全科医生、眼科医生或医院急诊科的治疗。如果您遇到紧急情况需到我们诊所就医，请提前通知我们，以便我们能够为您的到来做好准备，并在必要时采取紧急措施。

## 结膜炎

全科医生可以确定结膜炎是由病毒还是细菌引起的。大多数情况下是由细菌引起的，病情也较轻，可以自愈。一般来说，如果出现并发症，或者症状没有改善或恶化，会将您转给眼科医生。

- **细菌性结膜炎：**可以使用抗生素眼药水或软膏。即使未用药，感染也会在几天后消失。
- **病毒性结膜炎：**很不幸，没有治疗方法。病毒有自己的生命周期，可能会持续 2 到 3 周。重要的是要对儿童眼部进行检查以确保病情持续好转。



# 常见问答

## 我应该什么时候带孩子进行眼部测试？

如果您发现孩子的眼睛或视力有任何问题，请立即带他们进行眼部检查。任何未成年人的视力问题都应该由眼科医生检查后确定。

即使您孩子的视力看起来不错，也建议您在孩子们 3 岁时带他们接受验光师的全面眼部检查，然后每 2 年他们会在小学和中学接受视力检查。

## 过多屏幕时间会对孩子的眼睛造成影响吗？

屏幕时间包括观看或与任何电子设备交互的时间，如看电脑、看电视、玩手机、玩平板电脑和玩视频游戏机的时间。设定可接受的屏幕时间，并确保儿童每小时至少休息 5 至 10 分钟。确保房间内光线充足，减少灯光或窗户的眩光和反射，以防“数字眼”疲劳。

鼓励孩子每天在户外活动，即使在冬季也是如此。澳大利亚一项研究表明，增加户外活动是降低近视的关键因素。



## 什么迹象表明我的孩子可能有视力问题？

他们在看东西时可能会歪着头，或者经常眨眼或揉眼睛。您可能会发现他们阅读困难，或者将书或屏幕靠近他们的眼睛。其他迹象包括眯眼或很难看清远处的物体或人物。他们也可能抱怨头痛或视力模糊。

## 我该如何帮助孩子保护他们的眼睛？

确保儿童在户外活动时佩戴高质量的包覆式防紫外线太阳镜和宽檐帽，以防止眼睛受到紫外线过度照射。这不仅在天气晴朗和其他明亮、闪耀的条件（如在雪地）下必不可少，阴天的紫外线强度仍然很高，也需佩戴。

孩子需要摄取大量水果、蔬菜和鱼类等健康食品。

为降低并发症的风险，如果您的孩子的眼部有任何损伤或创伤，请立即寻求医疗救助。



# 全面眼科护理

Vision Eye Institute 是澳大利亚领先的眼科医疗机构，其医生团队包括德高望重的眼科领域/疾病的全科医生和专科医生。

激光眼科手术



白内障和晶状体手术



青光眼



糖尿病眼病



黄斑变性



视网膜疾病



圆锥形角膜



干眼症



眼翳



角膜移植



角膜疾病



神经性视力问题



眼部修复手术



儿童眼睛健康



综合眼睛健康



## 我们的儿科眼科诊所

如需了解更多信息或 Vision Eye Institute 儿科眼科诊所，请访问网站：

[visioneyeinstitute.com.au/services/childrens-eye-health/](http://visioneyeinstitute.com.au/services/childrens-eye-health/)

所有医疗和眼科手术都存在潜在并发症风险。进行医疗或眼科手术前，请咨询医生。

