

点亮新视界,开启“眼健康”之旅

■青岛财经日报/首页新闻记者 国瑾

日前,跟梁晓声写作——青版财经小记者福柏眼科体验馆购书会活动在福柏眼科体验馆举行。当天,小记者们在此同步开展了以“积极防控近视,共筑光明未来”为主题的眼健康科普活动。

跟着大师学写作

在科普活动开始之前,小记者们在前台领取了由青岛出版社出版的《梁晓声的写作课》一书。该书分为《小学生如何写好作文》和《初中生如何写好作文》两册。据悉,梁晓声先生是茅盾文学奖得主,有《知青》《年轮》等多部经典作品,热播剧《人世间》改编自他的同名小说,多篇散文入选中小学课本,如国家统编版小学语文五年级上册的散文《慈母情深》就选自梁晓声小说《母亲》。

梁晓声先生以著名作家和语文老师双重身份破解写作奥秘,帮助孩子找回写作的热情和乐趣,让作文像呼吸一样自然。这两本书会改变孩子对作文的偏见,让学生开启感性思维脑区、学会观察生活、充分展开想象,从作文中领悟成长的乐趣。

开启眼睛健康之旅

随后,小记者们开展了以“积极防控近视,共筑光明未来”为主题的眼健康科普活动。在讲解员的带领下,小记者们参观了福



小记者们参观福柏眼科视觉体验中心。记者 盛军 摄

柏眼科体验馆。深入浅出的讲解,生动有趣的互动空间以及丰富的多媒体技术,让小记者们很容易地知道了眼球的结构、“成像原理”、近视的原因等。

据悉,福柏眼科近视管理科教馆拥有目前全球最前沿的眼科医学技术及展示窗口。这是一个充满魔力的奇妙天地,让来到这里体验的小记者们都沉浸其中,被先进、特色、新颖、有趣

的“体验式”科普深深吸引。

听专家讲如何预防近视

活动当天,福柏眼科崂山区田巧霞主任不仅为小朋友们科普了视力防控等相关知识,还从儿童漫画等最基础也是最有意思的方向出发,为小记者们讲解其他关于眼睛的科普知识,

并通过开展家长咨询会,为现场的家长与小记者答疑。

据了解,眼科学硕士毕业田巧霞主任,还是一位知名的视觉治疗师,同时还担任山东省妇幼保健协会儿童眼保健分会委员,专注于儿童青少年近视防控领域。福柏眼科还为参与活动的小记者们进行了全套的眼部检查。来自日本、德国、美国的国际“金”标准诊疗设备,分别为每一位小记者进行了N对1的精准视力检查,结合孩子的视力储备值以及具体用眼情况和视力发育状态,为每一名小记者定制了一套视觉发育档案。

“其实学校方面针对青少年近视做科学有效的防控,已经采取了许多措施,比如增加他们在户外活动的时、眼保健操等。经过今天的学习后,发现还有许多地方需要改进,让孩子们从小就有一个爱眼护眼的意识,这样我们学校、家长和孩子共同发力,一定可以打赢这场眼健康的保卫战!”一名小记者的家长表示。

据了解,福柏眼科崂山区的医疗团队成员,都经过了严谨的专业技能培训,包括蔡司八大黑科技验配流程、美国VTS眼控系统、角膜塑形镜的验配与护理、艾尔兴视觉训练等,不仅如此,集团还针对服务体验方面,有针对性地进行培训梳理,通过国际化、高规格的服务流程,真诚地呵护每一位消费者,为他们提供量身定制的解决方案,持续追求卓越服务品质。

我要成为护眼小使者

近日,我跟随青版财经小记者团来到了位于崂山区同安路的福柏眼科活动中心参观研学。

首先我们进行了购书活动,然后大家参观了体验馆。在购书会上,我拿到了由青岛出版社出版的《梁晓声的写作课》这套书,这可是我最喜欢的书。为了纪念,我们还拿着新书在体验馆门口拉着横幅一起拍了一张大合影。

购书会结束后,我们来到了体验馆三楼,在那里我见到了福柏眼科医院的院长,她首先为我们讲解了眼球的结构,原来小小的眼球这么复杂,有像水晶一样可以折射的晶状体,有盘状的虹膜,有非常透明的眼角膜,还有像透明的果冻一样的玻璃体……像一个严谨的工厂,帮助我看见世界的美丽。老师接下来讲了神秘的三扇门(远视储备、物体成像、眼轴)。然后老师讲了用眼的好习惯和坏习惯,以及如何防护近视的发展趋势,真是让我们受益匪浅。接下来我可要好好付诸行动。

最后,院长还邀请了田主任为我们讲解保护眼睛的几个要点,我认真聆听还提出相关问题。比如:爸爸妈妈常说吃蔬菜对我们眼睛好,这是真的吗?如果是真的,那吃哪些蔬菜对眼睛好呢?田主任温柔地对我说:“是真的,对眼睛好的蔬菜有:西兰花、胡萝卜、紫甘蓝,还有动物的肝脏,比如猪肝。”老师笑了笑说:“因为它们里面有β胡萝卜素,这种物质能产生维生素A,维生素A对我们的眼睛好。”蔬菜王国的知识可真多,我像是发现了新大陆一样,内心冒出许多问题泡泡:“老师,吃糖对我们的眼睛有什么危害吗?”老师又对我的问题细心地进行了解答。最后,因为我认真提问,老师还送了我一套视力检测表作为礼物。

人们常说:“眼睛是心灵之窗。”我们平时看书、写作业、上课等都需要用眼,眼睛的重要程度可想而知,眼睛不好的话,我们的生活会大大不便,通过这次的学习,我们更坚定了要爱护眼睛的信心。我想要成为宣传“爱护眼睛”的小使者,让更多的人学到保护眼睛的知识,让每一个小朋友都有一双明亮的炯炯有神的大眼睛,去探知世界的无限风光。

青岛超银小学(金沙路校区) 孙梦茜
指导教师 范素馨

爱护眼睛,感受美丽世界

眼睛是心灵的窗户,拥有一双明亮的眼睛,才能够读万卷书,去感受世界的美丽。近日,我随青版财经小记者团参观了福柏眼科医院,在那里我学到了许多知识。

福柏眼科医院的大厅非常亮堂,当天,简单的赠书仪式后,我们便开始了参观学习。

首先我们来到了三楼展厅,眼科张主任把我们带到一个眼睛模型面前介绍了眼睛的构造。眼睛是由晶状体、瞳孔、玻璃体、视网膜、角膜等结构组成,它们各司其职。“一只小小的眼睛,结构却这么复杂。”我不禁感慨道。随后老师把我们带

到了一个台子边,给大家讲解近视形成的原因。一张张图片向我们展示了哪些是不良用眼的坏习惯,在强光下看书、头趴在桌子上写作业,躺在床上看小说、深夜玩手机……我觉得这每一张图都仿佛是我现实生活中的写照,我的眼睛近视快300度了,都是自己平时不注意用眼卫生造成的,现在我非常的后悔。

眼科医院的首席专家田主任还为我们上了一堂护眼课,教给大家一些保护眼睛的小常识,比如平时要多吃一些含维生素高的水果蔬菜等。最后,田主任为我们检查视力。她痛心地对我说:“小

姑娘,你才10岁眼睛却近视得这么厉害了,往后可真得好好保护眼睛了。”听了她的话,我又难过又羞愧。同时,我也暗下决心:读书写字保持正确姿势,每天做好眼保健操,多多户外运动,眺望远方,争当护眼小卫士。

我要把学到的爱护眼小知识讲给同学们听,让每个同学都拥有一双健康的大眼睛,可以好好地学习,去感受这个美丽的世界。

青岛金门路小学
五年级4班 孙敏惠
指导教师 隋利花



小记者们现场认真了解眼睛的内部结构。记者 盛军 摄

眼睛的奥秘

草长莺飞的季节,阳光明媚,我跟小记者团来到了青岛福柏眼科青少年近视研究中心参观研学。

我们跟着讲解员老师的步伐,逐层参观,这是我见过最全面的眼健康科普展馆,不但有先进仪器的检测区、医生诊断区、眼镜区,二层三层还有科普区、体验区等。

我第一次看到了我们眼球的结构,原来我们小时候是有远视储备的,如果我们把远视储备用完了,还不爱护我们的眼睛就会慢慢变成近视。近视的危害可太大了,不但要佩戴眼镜,给我们

的生活带来不便,还会让我们报考专业受限,比如飞行技术、航海技术、刑事侦查等,长大后影响我们选择喜欢的职业。更重要的是近视眼还会引起视网膜脱落、黄斑病、青光眼、白内障等,甚至还会遗传给下一代。当我知道了近视眼的这些危害,我震惊了,我们要时刻提醒自己爱护眼睛。

这次研学,让我了解了更多眼睛的奥秘,真是好神奇的眼睛啊,我一定要好好地保护它。

青岛基隆路小学 王培翔
指导教师 牛巧玲

劳动节眼科探秘

5月1日劳动节那天,我早早就起床准备好一切出门,因为我约好了要随青版财经小记者团去探访眼科医院。

到了目的地,看到眼科医院有三层楼,我们首先到一楼,先填写一张表格,然后签到,医生还为我们检查了视力。随后我们又跟着讲解医生来到二楼体验中心,在这里,我了解到近视的病变有轻度近视、中度近视,还有高度近视,就是600度以上的近视。高度近视非常可怕,可能引起眼轴过长,就像一个气球,吹得过大,就会裂开,很危险。此外,近视还会引起很多病变,如黄斑、白内障、视网膜脱离、青光眼等,所以我们要好好保护自己的眼睛。

接着我们又来到了三楼,听眼科田老师给我们讲解了眼睛的重要性,知道它的每一个结构都非常重要。我还了解了从出生到现在眼睛的变化过程,以及从现在开始保护好眼睛,如果到12岁还能保持正常视力,就不会变成高度近视等护眼知识。

听田老师讲完,我知道了怎样预防近视,学会了正确的读书方法,我要把今天学到的知识分享给大家,让大家一起保护好眼睛。

青岛市松岭路小学 崔倩赫
指导教师 毕吉伟

