

# 医生提醒：孩子眼睛有这些症状应及时就医

如果孩子总是歪头看东西、揉眼睛、频繁眨眼，这很有可能是视力出现了问题。海军第九〇五医院眼科主任王琳提醒：如果孩子出现眼部不适一定不能大意，可以趁着暑期带孩子做个全方位检查，对出现的病症尽早治疗。

一段时间来，亮亮（化名）的妈妈发现5岁的儿子喜欢歪着头看东西，还常常揉眼睛，提醒也无济于事。于是，妈妈带着亮亮来到海军第九〇五医院眼科就诊。经检查，亮亮左右眼视力不一样，出现了屈光参差，视力较差的眼睛被确诊为弱视。

之后，医生为亮亮进行了包括矫正屈光不正、遮盖疗法、弱视增视训练、双眼视觉训练等在内的规范弱视治疗。一年后，亮亮的双眼视力达到正常水平，且具备双眼视觉和立体视觉功能。

“弱视治疗的孩子需要长期随访，通常在弱视矫正视力达到正常后需要随访半年以上。”王琳告诉亮亮妈妈。



在众多患有弱视的孩子们中，亮亮是幸运的。“小儿弱视最重要的是早发现，早治疗，并要坚持巩固治疗。目前对弱视应注意尽量减少眼疲劳，注意用眼卫生也是预防弱视的关键。治疗弱视，年龄因素非常关键，年龄越小，疗效越好；另外与弱视程度有关，轻度弱视疗效高，中度较差，重度最差。因此，更要

强调早期预防、早期筛查的重要性，以便于早期治疗，早期恢复，使患者的治愈率提高。”王琳告诉记者，很多发现病症较晚的孩子，哪怕经过治疗，也不得不终生和弱视“相伴”了。

对于正处在暑假的孩子们，王琳建议，家长可以主动带孩子到专业的眼科医院检查一次视力，进行一次眼屈光发

育和视功能检查，建立视觉健康档案，了解孩子眼屈光发育状态、远视储备及眼轴变化，做到及时预警，提前防控。

如果在家中发现孩子有以下行为表现，可能就是孩子近视的信号，要及时带孩子去检查视力：看东西贴很近、喜欢眯眼、经常揉眼、经常皱眉、频繁眨眼、习惯性扳眼角、歪头看东西、眼睛畏光、看东西时常斜视、经常看错或看不清东西。

“孩子的视力检查，不仅仅只是查视力而已，还需要检查眼轴、角膜曲率、双眼视功能、眼底等相关数据，并且可以把检查好的数据存档，以便于和上一次的检查数据对比，这样就能很好地了解孩子的视力发育情况。”王琳建议。

只有定期建立儿童屈光发育档案，并了解检查数据的动态变化，才能全面监控儿童近视进展。因此，王琳还建议青少年，尤其是已经近视的孩子们，每三个月进行一次复查，一旦发现近视增加的趋势，要及时纠正错误用眼习惯和采取相应的措施来延缓近视度数的增加。

## 蚊子为啥总叮你 这样使用驱蚊止痒产品才靠谱

炎炎夏日，“嗡嗡”的蚊子扰得人心神不宁，让人不禁奇怪蚊子为啥总盯着自己咬。驱蚊好物、止痒神器，因此显得尤为重要。了解这些安全有效的驱蚊方式，让蚊子对你“敬而远之”。

### ◆ 哪些人更符合蚊子的“口味”？

#### 1、二氧化碳排出较多的人

人体排出的二氧化碳对蚊子而言，具有强烈的趋食性。蚊子寻找目标主要依靠嗅觉器官（那对小触角）来感知空气中传来的人体“信息”。虽然蚊子身长不过1厘米，但是搜索距离可达60公里。

在此范围内，“信号”越强的生物，自然也越容易成为它们的目标。二氧化碳排得多的人，聚集在他身体周围的二氧化碳的浓度相对较高，在蚊子独特的视野中所呈现的“图像”就会更加清晰，便于蚊子进行定向追踪。

#### 2、容易出汗的人

人体排出的汗液在空气中挥发，也是吸引蚊子的一大“信号”。此外，喜欢流汗的人，

血液中的乳酸含量较高，排出的汗液酸度也较高，这种酸度对蚊子也具有吸引力。蚊子触角里的受热体对温度的变化十分敏感，人体通过流汗的过程在不断散热，这种温度变化对蚊子又是一个大诱惑。

正因为蚊子喜欢代谢旺盛的人，所以小孩易遭蚊叮，老人则不受青睐。而孕妇就比较倒霉了，孕妇较正常人呼气量增多21%，呼出的潮湿气体与二氧化碳会将蚊子吸引过来。而且孕妇基础体温也高于常人，更容易招惹蚊子。

#### 3、喜欢化妆的人

很多含有硬脂酸的香水，带有花香味的发胶、面霜等化妆品对蚊子的诱惑力都非同寻常，涂抹上这些之后被蚊子叮咬的几率会大大增加。当然，也有一些气味是蚊子所讨厌的，如月桂叶、柠檬草油、大蒜等气味会让蚊子“退退退”。

#### 4、喜欢深色着装的人

蚊子喜欢黑暗，最喜欢在弱光环境下吸

血，所以经常一夜醒来，我们满身“包包”。白天，当人们穿着深色衣服时，反射的光线较暗，恰恰会投其所好。而且深色衣服的吸热能力强，黑色就成为蚊子进攻的首选对象，其次是蓝、红、绿等。蚊子最不喜欢的就是白色。同理，蚊子爱叮肤色较黑或肤色发红的人。

### ◆ 哪些驱蚊方式是有效的？

#### ① 物理方法

室内防蚊，挂蚊帐、安装纱门纱窗、使用电蚊拍、开空调等，是安全且有效的物理方法。不仅不会对小宝宝产生刺激或者伤害，还能有效防蚊。对于婴幼儿，应尽量使用物理方法防蚊。

室外防蚊，尽量穿浅色长衣长裤，尽量避免在蚊子活动的高峰期（上午8—10点和下午16—18点），去树荫、草丛、凉亭等蚊虫较多的户外阴暗处长时间逗留。

#### ② 清除蚊虫滋生地

清：及时清理房间内的垃圾及卫生死角，闲置的容器翻转倒扣放置于防雨场所，保持干爽、干净的卫生环境。

换：室内种养的水生植物、鱼缸等，至少5天清瓶一次、换水一次，勿让花盆底盘留有积水，适时在水缸中放养食蚊鱼。（注意：登革热流行期间，室内避免种养水生植物，如需种养建议改为沙石种养。）

排：排清所有可能孳生蚊虫的积水，包括门前屋后的沟渠、空调、饮水机托盘积水，阳台可积水容器的积水等等。

#### ③ 驱蚊剂

相对安全的驱蚊成分为：避蚊胺、派卡瑞丁、驱蚊酯、柠檬桉叶油等，驱蚊产品上都会有相关说明。原则上，浓度越高，驱蚊时间越长，但对皮肤的刺激和致敏风险也越高。婴幼儿皮肤娇嫩，应慎重选择。使用驱蚊产品前，请先认真阅读说明。在裸露的皮肤上使用驱蚊剂，务必避免皮疹及破损的皮肤等地方。

喷洒时应避免密闭场所，勿靠近口鼻，防止误吸。驱蚊剂多含有挥发性成分，会对眼部、口腔等薄弱黏膜造成刺激。有些驱蚊剂含有酒精等易燃易爆成分，使用时应远离火源。使用驱蚊剂也有时效，要及时补涂。如果同时



使用防晒霜，应先涂防晒霜，再涂驱蚊剂。回家后及时用清水及清洁用品清洗皮肤，以免汗渍和残留化学品长时间刺激。

市面上还有不少驱蚊贴和驱蚊手环等产品，大多号称添加纯天然的驱蚊精油。其实，驱蚊剂的作用范围有限，一般只在涂抹过的地方起效，因此驱蚊贴、驱蚊手环都只能提供局部保护，不能防护全身。

需要注意的是，驱蚊的有效成分，不论化学成分还是植物源性成分，都属于农药，依法应该按农药进行管理，必须标明毒性和含量。

### ◆ 哪些止痒产品是安全的？

有些看起来效果不错的国外“网红”止痒产品，是因为其中的某些成分（樟脑、冰片、辣薄荷等）含量远远大于国内产品，用量足自然效果好，背后却隐藏着安全隐患。

尤其是儿童，应慎用止痒成分过高的产品。比如，止痒剂中含有“盐酸茶海拉明”，容易引起反常性躁动，并且有潜在呼吸抑制作用，可能有引起婴儿窒息的风险，应避免给婴幼儿使用。

2岁以下婴幼儿，使用止痒药应避免薄荷、樟脑成分。安全有效的止痒方法可以选择冷敷，使用炉甘石洗剂，糖皮质激素如丁酸氢化可的松、糠酸莫米松乳膏；如果瘙痒严重，还可以服用抗过敏药，如西替利嗪、氯雷他定等。具体使用请咨询专业医生的指导。

