



学习眼知识 探索新“视”界

向日葵小记者走进集美眼宝宝眼科

晨报讯(记者 张玲玲)学习眼知识,呵护新“视”界。近日,侨英小学10多名向日葵小记者来到集美区最大眼科综合体——眼宝宝眼科,开展研学活动。

眼宝宝眼科是集验光、西医诊疗、中医理疗、

配镜矫正等服务于一体的眼科综合体。小记者“变身”验光师,在眼科护士的悉心带领下,学习操作验光仪。

通过眼科医生的专业讲解,小记者们了解眼球的生理结构、近视形成原因及预防矫正方法,还体验了眼部按摩和熏蒸,收获满满。



本版图片 记者 唐光峰 摄

揭开眼睛奥秘 守护视力健康

侨英小学 五年(4)班 刘渝航

眼睛,被誉为心灵的窗口。近日,我参加向日葵小记者活动,走进眼宝宝眼科,带着对眼睛的好奇,开启了探秘之旅。

活动中,我们首先了解了眼睛的基本结构。医生们耐心讲解,让我们知道眼睛由巩膜、角膜、虹膜、晶状体、玻璃体、视网膜等多个部分组成。它们各司其职、共同协作,让我们的“视”界变得丰富多彩。

近视的原因有哪些?用眼过度、先天性遗传、用眼习惯不好等都有可能近视发生。那么,我们要怎么保护好眼睛

呢?医生建议,多吃富含微量元素的食物,如胡萝卜、深绿色蔬菜、坚果、豆类等,有助于缓解视力疲劳。每天坚持户外运动,也可以有效降低近视发生率。

通过这次活动,我对视力保护有了更深入的了解,也认识到了保护视力的重要性。现如今,我们身边戴眼镜的同学越来越多,我们要更加珍惜眼睛,努力保护好它们。

不戴眼镜才是真正的酷!让我们从现在开始,共同努力,采取积极措施来保护眼睛,让它们变得更加健康、明亮。这样,我们才能更好地学习和生活,享受这个多彩的世界。

当一回小小验光师

侨英小学 五年(4)班 黄宇泽

眼,它给生命带来光亮,它给生活带来光彩。我来到科宏眼科集美眼宝宝眼科,了解关于眼睛的知识,并体验了眼部按摩、熏蒸,当了一回小小验光师。

研学过程中,我学到了关于眼睛的众多知识。比如近视的产生主要靠遗传,父母中任意一方高度近视,孩子就很可能近视;环境影响也很大,躺着写作业、在阴暗环境下阅读都可能近视。

近视分为真性近视、假性近视和混合性近视。近视度数在300度以下被划定为轻度近视,300度至600度的近视属于中度近视范畴,近视度数高于600度即为高度近视,当近视度数高于1000度时就属于超高度近视。

近视的危害不容小觑,如近视度数在600度以上的,很可能会遗传后代,还会引发白内障等疾病。

而预防近视并非没有方法。每天户外运动至少两个小时,多看绿色植物,对眼睛大有好处。

此次研学之旅中,我还体验了眼部按摩与熏蒸,感受各有不同。医生会找出经脉不通的地方,通过眼部按摩,让我们整个人变得神清气爽。而熏蒸时,仪器会喷出清凉无比的中药气体,让人觉得十分舒服。

紧接着,我又体验了小小验光师。通过点击仪器,就可以知道被检测者的视力,我不禁感叹科技如此发达。

我们要保护好眼睛,它让我们得以看见这个美好的世界。



视力检测。



拍照打卡。



学习操作验光仪。

“趣”看眼睛

侨英小学 六年(2)班 姚梓骏

眼睛是心灵的窗户,是内心的索引,是照见世间万物的万花筒。

近日,我们向日葵小记者走进眼宝宝眼科,开启了一场探索“视”界奥秘的特别之旅。

在眼宝宝眼科,我们免费检查了视力,还对眼睛结构有了全面了解。原来,近视分为真性近视、假性近视和混合性近视,而这需要去医院做进一步检查才能得知。

在工作人员的热情引导下,我们先来到眼科知识科普展厅。一张张生动的图片、一个个形象的模型,将眼睛的复杂结构清晰地展示了出来。眼睛就像一台精密的相机,角膜和晶状体如同镜头,而视网膜则是底片,任何一个“部件”出问题,都会影响我们的视力。听着医生的详细讲解,我不禁对小小的眼睛蕴含的巨大奥秘感到惊奇,也明白了平时爱护眼睛是多么的重要。

接着,我们走进了验光室,只见这里摆放着各种各样看起来颇具科技感的仪器。医生耐心地为我们的讲解这些仪器的用途,并为每名小记者做了一次简单的视力检查。我坐在验光仪前,心里既紧张又期待。当医生提醒我要让眼睛多休息时,我的内心无比焦躁,但也暗暗下定决心,一定要少看电视和手机,并保持良好的用眼习惯。

这次研学之旅不仅让我学到了很多眼科知识,而且懂得了爱护眼睛的重要性。

眼睛看四季,处处是惊喜!所以我们要保护好眼睛!