

Hà Nội: Báo động về tình trạng cận thị ở học sinh tiểu học

16:15 11/10/2024

Theo Bệnh viện Mắt Hà Nội, trong và sau đại dịch Covid-19, tỷ lệ tật khúc xạ ở lứa tuổi học sinh tiểu học, đặc biệt là cận thị nặng ngày càng gia tăng...

Cụ thể, theo Bệnh viện Mắt Hà Nội, số liệu sàng lọc chương trình chăm sóc mắt học đường tại các trường tiểu học trên địa bàn Hà Nội năm 2023 cho thấy, trong tổng số 5.567 học sinh của 5 trường tiểu học: Giáp Bát, Quảng An, Thanh Xuân Nam, Tiên Phong A, Vân Nội trên địa bàn 5 quận, huyện (Hoàng Mai, Tây Hồ, Thanh Xuân, Mê Linh, Đông Anh) được khám mắt, có 1.680 học sinh có tật khúc xạ (chiếm 30,2%) và 1.233 học sinh bị cận thị (chiếm 22,1%).

Trong đó, riêng Trường Tiểu học Thanh Xuân Nam (quận Thanh Xuân), tỷ lệ học sinh có tật khúc xạ và cận thị cao nhất. Trong số 803 học sinh được khám mắt, thì có tới 415 em có tật khúc xạ (chiếm 51,7%) và 344 em bị cận thị (chiếm 42,9%).



Tiến sĩ, bác sĩ Nguyễn Xuân Tịnh, Giám đốc Bệnh viện Mắt Hà Nội khám mắt cho trẻ. Ảnh: Bệnh viện Mắt Hà Nội

Nhận định về thực trạng nêu trên, PGS.TS Phạm Ngọc Đông, Giám đốc Bệnh viện Mắt Trung ương cho biết, tỉ lệ cận thị ở trẻ ngày càng tăng, đặc biệt là ở các thành phố, thậm chí tại nhiều lớp học, trên 50% học sinh bị cận thị.

Cận thị bẩm sinh (di truyền) chiếm khoảng 30%. Dị tật này rất khó phòng tránh và kiểm soát nếu trẻ không được sàng lọc hoặc chủ động đến khám tại các cơ sở chuyên khoa mắt. 70% còn lại liên quan lối sống sinh hoạt hằng ngày. Điển hình như nhìn gần kéo dài, sớm tiếp xúc các thiết bị điện tử,... hay thói quen thường xuyên ngồi trong phòng, không sinh hoạt ngoài trời.

“Việc mắc cận thị nói riêng và các bệnh về mắt nói chung làm hạn chế khả năng học tập của trẻ. Nếu không được phát hiện và can thiệp sớm, quá trình tiến triển cận thị nhanh, làm trẻ bị cận thị nặng hơn. Việc can thiệp sẽ hạn chế biến chứng do cận thị gây ra” - ông Đông nói.

Để phòng tránh tình trạng cận thị học đường, Thạc sĩ, bác sĩ Đỗ Việt Dũng, Khoa Khám bệnh (Bệnh viện Mắt Hà Nội) khuyến cáo, các bậc phụ huynh nên cho trẻ ngồi học đúng tư thế, khoảng cách từ mắt đến sách vở là 25-30cm. Ngoài ra, phòng học phải bảo đảm đủ ánh sáng; kích thước bàn ghế đúng tiêu chuẩn theo từng cấp học.

Mặt khác, phụ huynh cần hạn chế cho trẻ xem ti vi, sử dụng điện thoại, máy tính để chơi điện tử. Đồng thời, cho trẻ tăng cường hoạt động thể lực ngoài trời trong khoảng thời gian hơn 2 giờ/ngày và hơn 10 giờ/tuần. Cùng với đó, trẻ cần có chế độ dinh dưỡng tốt, ăn ngủ, nghỉ hợp lý. Ngoài ra, cho trẻ khám mắt định kỳ tại các cơ sở chuyên khoa mắt để phát hiện sớm tật khúc xạ, đeo kính đúng số, đúng cách.

Tuấn Ngọc