

# 儿童 眼外伤

## 家长如何做好 前期处理?

儿童有好奇心重、好动、模仿性强等特点，同时他们的控制力、自我保护意识差，若家长疏于照看，容易发生意外而受伤。在儿童意外伤害中，眼外伤的发生率较高。我国眼外伤流行病学调查结果表明，儿童眼外伤约占外伤总数的25%，致盲率高达60%~70%。

一旦孩子不慎弄伤眼睛，往往最早面对并作出初步处理的是家长，如何正确处理才有助于减轻眼睛的损伤程度？如何避免因处理不当而加重损伤？

### 眼部挫伤 不要立即热敷

专家介绍，孩子在打篮球、羽毛球时，或在互相打斗、玩发射性玩具枪时，都有可能因为被球和拳头击打或被玩具枪的子弹射到而使眼睑或眼球发生钝挫伤。“其中，劣质的发射性玩具枪造成的眼外伤最为常见，这类玩具枪可算是儿童眼外伤的‘祸首’。”

较严重的钝挫伤可能造成眼前房出血、外伤性青光眼、玻璃体出血、视网膜水肿或剥离、视神经病变等并发症。

正确处理：如果是眼睑钝伤，孩子会出现眼睑肿胀、淤血等，家长千万不要立即热敷，以免加重皮下血

肿。应立即用冰袋或冷毛巾进行冷敷，以消肿止痛。24小时后方可改为热敷，以促进淤血的吸收。如果伤及眼球，孩子的眼睛会出现疼痛、流泪、怕光，此时应该让孩子安静坐下来或躺下，用清洁的纱布盖在受伤的眼睛上，再用绷带轻轻缠绕包扎（不能加压），目的在于限制眼部活动，然后送往医院。

特别提醒：有些眼球钝挫伤外表看不出异常，因而容易贻误诊治，甚至造成外伤性青光眼、黄斑出血等病变。所以，孩子眼睛钝挫伤后，即使外表无异常，家长也应重视，及时送孩子到眼科就医。

### 眼球穿通伤 勿强行拔出尖锐物

专家提醒家长，要教育孩子不能拿着剪刀、筷子或铅笔跑来跑去，不然，若不慎跌倒，容易发生筷子、铅笔等扎入眼内的意外，造成眼球穿透性损伤。

正确处理：一旦孩子发生眼球穿通伤，眼球破裂，严禁用水冲洗伤眼或涂抹任何药物，马上让孩子躺下，在伤眼上盖上清洁敷料后立即送医急救。途中安抚患儿情绪让其不要哭闹，并尽量不要转动眼球以减少眼

内容物的涌出。

特别提醒：1.如果孩子眼内有尖锐物遗留，家长千万不要强行将尖锐物拔出，因为这样做极有可能将眼内组织一起带出；2.不要将眼部伤口处冒出的色素膜或玻璃体等眼内容物拉出或推回眼内，这样容易造成感染；3.一侧眼受伤后若拖延治疗，还会殃及另一侧眼睛，使没有受伤的好眼也发炎，甚至可能造成“一眼受伤双目失明”的后果。

### 预防眼外伤安全教育是关键

儿童眼外伤最易造成视力受损甚至失明等严重后果，所以，防患于未然才是避免儿童眼外伤发生的根本办法。

专家称，大部分儿童眼外伤是可以预防和避免的。家长

除加强对幼儿看护外，平时要多教孩子有关保护眼睛的知识，经常叮嘱宝宝不要玩发射性玩具枪、剪刀、鞭炮等危险的物品。

（胡菁）



### 化学灼伤 立即冲洗眼睛

眼睛化学灼伤（如孩子将石灰、家庭清洁剂、杀虫剂等弄进眼里）是危及视力的急症，需要就地立即处理，否则将引起角膜、结膜坏死或穿孔等后果，令视力严重受损或失明。

正确处理：1.一旦有化学物入眼，要立即用大量的清水（自来水、矿泉水等）冲洗。冲洗时要将孩子的眼皮撑开，使清水能直接冲洗眼睛，冲洗时间至少15分钟。冲洗时要注意，受伤的眼睛

要处于低位，以免化学物流入原本未受伤害的眼内；2.冲洗后，让孩子闭上眼睛，用干净纱布加以敷盖，赶快送孩子去医院眼科急诊。同时要记得带上入眼的化学物品去医院，以便医生能对症治疗。

特别提醒：一旦孩子被化学物灼伤眼睛，切勿不作冲洗就直接抱孩子去医院，这样会导致孩子的眼睛被化学物长时间烧灼而致不可挽回的后果。

### 异物入眼 千万别揉眼睛

孩子在玩耍中，可能会有一些细小的异物（如灰尘、沙粒、小昆虫及木屑等）吹进的眼睛里，表现为有明显的异物感、刺痛、畏光、流泪等。

正确处理：让孩子不要惊慌，不能用手搓揉眼睛，因使劲揉擦眼睛，反而会加重角膜损伤。家长应让孩子安静闭上眼睛，异物可能随着泪液流出眼外。如果不行，要

立即前往医院请医生帮忙。即使在家中取出了异物，也最好前往医院请医生检查一下，看看孩子的眼睛是否受到损伤。

特别提醒：1.有的家长用嘴吹，试图将异物吹出来，这样不仅吹不出异物，反而加重感染；2.也有家长用不洁的衣角、手绢等去擦，这样可能会加重角膜损伤，继发感染。



## 保护视力 别让

### 孩子当 宅 童



#### 孩子吃饭坐车手机不离手

张女士说，自己的儿子今年读二年级，两眼都是200度的近视，这让她非常担心儿子读完高中时眼镜的度数该有多高了。张女士说，儿子每天放了学回家就做作业，做完作业就玩手机游戏。考虑到孩子一天的学习这么辛苦，家长一般会允许他玩1~2个小时。吃完晚饭后，儿子还会看会电视或玩会电脑再睡觉。可以说到睡觉前，他的眼睛一会儿也不闲着。等到周末一家人出去玩，儿子还是吃饭、走路手机不离手。

专家说，现在是电子产品非常普及的时代，孩子们不仅娱乐离不开电子产品，甚至学习也离不开电子产品，一些学校的作业要求在电脑上完成，孩子间的人际交往也往往是通过QQ、微信等来进行的。使用这些电子产品就意味着近距离用眼，这就造成现在孩子的近距离用眼负荷非常大。

专家进一步解释说，人的眼睛会自动调节聚焦，看远的事物眼睛肌肉是放松的，看近的东西是紧张的。手机、平板电脑等拿在手上的电器距离眼睛很近，看久了眼睛很容易疲劳。特别是孩子的眼睛正在发育，且孩子的胳膊较短，眼睛距离屏幕就更近，伤害就更大。孩子使用这些电子产品以玩游戏为主，要求他们的专注力非常高，长时间不眨眼睛，易造成眼睛干涩，加重视疲劳。

#### 户外活动有利于预防近视

面对着从小就戴眼镜的孩子，不少家长都想知道哪些护眼保健产品有益孩子的视力。对此，陈静娟回答说，市场上的护眼产品及保健品非常多，但是否有效缺乏临床研究数据支撑。目前在医学领域，对于预防近视或控制近视发展，最简单安全的方法就是减少近距离用眼，增加户外活动和多晒太阳。

多地的调查显示，城市孩子的近视患病率远高于农村孩子。一个重要原因是城市的孩子的室内活动时间太长，户外活动太少。另外，2013年发表在世界最高级眼科杂志《Ophthalmology》的一项前瞻性临床研究表明，课间户外活动能有效预防近视的发生与发展。课间10分钟不呆在教室里，让孩子上学放学走路回家，或放学后先到户外玩半小时再做作业，都是预防近视发生和发展的简易方法。

#### 中高度近视

#### 增加患严重眼病的风险

一边是家长对孩子的视力问题很焦虑，一边却是孩子们自己觉得无所谓，有孩子认为大不了以后做个准分子手术。专家说，近视并非仅仅是戴眼镜问题，还会引起一些致盲性并发症，而且这些并发症的发生率并不因为近视手术而降低。特别是中高度的近视，并发严重眼病的几率要比普通人高20%，如玻璃体混浊、视网膜剥离、视网膜脉络膜出血、黄斑视网膜变性、青光眼、白内障等。以白内障为例，普通人群大多到老年才得白内障，高度近视患者甚至三四十岁就可能患上白内障，而且手术的难度也要比非近视患者大。

（陈辉）