

# 度數更深「四眼」增 理大「睛」明護童眼

## 助東華130小學6500人篩查 推研究進行預防

香港文匯報訊（記者 李穎宜）近年學童視力問題急劇惡化，有研究發現，接受調查的12歲學童之中，逾60%有近視問題，若將學童近視度數與年前的調查比較，則由167度上升至208度，另超過600度的深近視學童亦由3.8%銳升至9.5%。有見及此，香港理工大學眼科視光學院將推出「睛」明有道@校園計劃，為東華三院轄下130間小學、6,500名學童進行眼睛篩查，以掌握學童的近視情況，推展視力相關的學術研究，以便進行預防工作。

為了解香港學童患有近視的最新情況，理大於今年1月與東華三院王余家潔紀念小學合作，為該校688名的學生進行眼睛檢查，當中有近三成的學生有配戴眼鏡，年紀越大越多人配戴眼鏡。而透過屈光檢查，發現有39%學童患有低度近視，即度數高於50度、低於500度；有1.3%患有高度近視，即度數高於600度。

### 12歲學童 逾六成近視

研究人員又發現，該校12歲的學童中，有超過60%有近視，與理大眼科視光學院年前的大型調查結果相若，但近視度數則有上升趨勢，由過往的167

度上升至208度，而超過600度的深近視學童由3.8%急升至9.5%。

### 深近視致青光 嚴重致盲

理大眼科視光學院副教授杜志偉指出，近視是很常見的視力問題，有研究發現，亞洲地區包括香港、新加坡等地，問題特別嚴重，有近八成的青少年有近視，而深近視會導致視網膜退化、青光眼等，嚴重可致失明。

杜志偉又提醒家長，要留意學童使用電子產品的時間和距離，鼓勵家長每年帶學童見註冊視光師，進行詳細的眼睛檢查。至於學校方面，他指校方最好加強課室的



左起：教育局副局長楊潤雄（左三）、東華三院主席兼名譽校監施榮恒（左四）和香港理工大學校長唐偉章（右三）主持啟動禮。李穎宜攝

## 留學出路多 選課需謹慎

海外升學秘笈  
前往海外升學，不同學生有不同的原因，有的為繼續升學，有的為學好英語，有的甚至為移民外國。筆者覺得學生出國留學除了得到一紙證書外，最重要是學習到如可獨立生活和思考，如何與人相處，如何解決問題，繼而擴闊自身視野，為將來奠下發展的基礎。

### 先選主科 後定國家

當決定往海外升學後，我們最先要面對的便是選擇升學國家及課程。面對海量的資訊和選擇，同學們不免迷茫及不知道該從何處着手。其實，我們應該先踏出最重要的一步：選擇喜歡修讀的大學主修科目，因為每個國家的學制、科目選擇、升學途徑，甚至生活及學習環境也各有特色，而且各國突出的科目也不同。總括而言，我們先要決定最適合自己的主修科目，繼而找出較優勝的升學國家。

### 考慮因素：興趣能力前途

選科足以影響未來出路，所以我們應作出慎重考慮。當面對數以百計的科目，我們又應該如何選擇呢？筆者建議同學們可就以下三大因素去考慮：自己的興趣、能力和前途。  
很多學生也知道應可以根據興趣及能力去選科，但當問及他們有何興趣時，大部分又往往答不上來。筆者建議學生可先搜集資料及了解各科的特點和出路，並掌握各種課程的收生要求，同時向親友、專業人士或海外升學顧問請教心得。學生也要顧及自己應付該課程的能力，因為能力的高低對將來的發

展有直接的影響。若果學生在數學的表現一向出眾，那麼選讀經濟、工程或物理等這些需要時常運用到數學的科目，學習時便如虎添翼；反之則會是自討苦吃。

此外，部分港生在選科時，常以前途作為最重要的考慮因素，並一窩蜂地報讀熱門科目，忽略了自己的興趣及能力。其實，各行各業也有發展空間，所謂「行行出狀元」，只要我們清楚自己的興趣及才能，並能充分發揮潛能，提升競爭力，在任何行業裡均能取得成功。  
當決定了科目後，同學便可選擇合適的升學國家及升學途徑。港生的熱門留學國家包括英國、澳洲、新西蘭、美國和加拿大，每個國家也有其優勝之處，故選擇時應該注意當地的學制、教育水平、較突出的學科、大學選擇、學額、學費、生活指數、地理環境、氣候等因素，以切合個人需要。

大家要特別留意，如果同學希望將來修讀專業科目，如醫科、護理、藥劑等，須要了解清楚各國的收生制度及條例，因為有些國家會因應情況而決定是否接受海外學生修讀個別的專業科目。  
以英國為例，根據當地NHS（國民保健服務體系）規定，為保障當地學生的福利及教育培訓機會，當地大學一般不會接受海外學生申請修讀護理學（Nursing）課程。

看完以上的分析後，相信同學應已懂得如何「先選科目，後選國家」，並能為自己揀選最適合的科目及國家了。

■尚學堂（Steve Lo）  
（標題和小題為編者所加）



## 山中伸彌獲港大授名譽博士



山中伸彌獲港大授名譽博士

香港文匯報訊（記者 高鈺）香港大學副校長李國寶將於本月18日（星期六）舉行的香港大學第一百九十一屆學位頒授典禮上，頒授名譽科學博士學位予2012年度諾貝爾生理學或醫學獎得主山中伸彌（見圖），以表揚他在幹細胞研究作出的貢獻。山中伸彌將於頒授典禮後，於歐洲分子生物學組織在港大舉行的工作坊擔任特別演講嘉賓，就他的研究發表演說。

### 研幹細胞聞名 獲獎無數

日本出生的山中伸彌以研發「誘導性多功能幹細胞」（簡稱iPSC）而聞名，這些特殊細胞可以重新回復到胚胎期狀態。他現時是京都大學「iPS細胞研究與應用中心」主任，該中心是因為他在這方面的重大發現而於2008年成立；2007年起，他獲格拉德斯通研究所委任為高級研究員。

山中伸彌獲獎無數，包括邵逸夫獎、美國阿爾拔·拉斯克基礎醫學研究獎、加拿大加德勒國際獎、日本學士院賞兼第百位恩賜賞、京都尖端技術大獎、以色列沃爾夫醫學獎、以及日本文化勳章兼突破大獎，iPSC更為山中伸彌贏得諾貝爾獎褒揚，與另一位科學家一同分享2012年度的生理學或醫學獎。

至於歐洲分子生物學組織工作坊的講座將於本月18日（星期六）下午4時在沙宣道21號香港大學醫學院大樓學及行政樓地下鍾江海會議中心2號演講廳進行。

### 浸大柏金遜症中心命名

高智明伉儷柏金遜症研究中心  
Mirand Mrs. Ko Chi Ming Centre for Parkinson's Disease Research

香港浸會大學最近獲高智明伉儷捐款500萬港元，以成立柏金遜症研究中心，以推動學院在有關方面的研究、預防和治療工作。位於賽馬會中醫藥學院大樓內的研究中心亦命名為「高智明伉儷柏金遜症研究中心」，校方昨天舉行命名典禮。典禮由高智明伉儷、浸大校長陳新滋、中醫藥學院院長呂愛平及中醫藥學院臨床部副主任李敏主禮。

■文：李穎宜



■懲教署轄下勵敬懲教所昨日舉行典禮。蓬瀛仙館理事長洪少陵（左）頒發證書予一名所員。

## 懲教所頒證書勉在囚進修

香港文匯報訊（記者 郭兆東）懲教署致力協助在囚者持續進修，轄下勵敬懲教所昨日舉行證書頒發典禮，頒發證書予所員，以肯定他們在學業上付出的努力及取得的成果。懲教署表示，過去一年勵敬懲教所共有44名所員報考各類學術及職業訓練考試，包括香港中學文憑考試，及由英國城市專業學會、英國倫敦工商會和職業訓練局舉辦的公開考試。

懲教署續指，公開考試的科目包括專業美容、餐飲服務、中式廚務、商品零售、商務英語及文書處理等，所員共考獲76張證書，其中17張為優良成績，而昨日典禮的22名所員共考獲41張證書，包括7張為優良成績。

所員代表在典禮上致謝及感激懲教署支持後，亦有所員的父親分享，指女兒在所內接受訓練期間經歷了正面的改變。其後勵敬懲教所所員組成的樂隊獻唱歌曲，及表演非洲鼓。

## 考評局提醒：校本評核忌抄襲

香港文匯報訊（記者 鄭伊莎）踏入新學年，中五及中六學生均要參與校本評核，為協助學生了解有關要求及學術誠信的重要，考評局提醒學生參與校本評核的每個學年初，須簽署聲明表格，承諾所有校本評核課業均為其本人作品，並於課業中列明參考資料的來源；另須特別注意切忌抄襲他人的作品，否則最嚴重的將被取消有關科目，甚至全部科目的考試成績。

### 引用未標出處屬違規

去年有文憑試考生被揭發集體抄襲以完成校本評核課業，最終遭考評局取消有關科目的校評分數。有見及此，考評局特別提醒學生切忌抄襲他人的作品，或引述參考資料卻沒有標明出處，均屬抄襲違規行為。一經證實為嚴重抄襲個案，有關校本評核課業會被評為零分，該科成績亦會被降低一級；如考生被揭發多次抄襲，可能被取消有關科目，甚至全部科目的考試成績。

考評局指，學生在完成課業的過程中，可參考書籍、互聯網及報章雜誌等資料，但必須列明資料來源，並須整合參考資料，提出個人見解，避免「搬字過紙」，否則會影響分數。有意了解更多校本評核資料的學生，可參閱考評局相關網頁及小冊子，或到YouTube考評局頻道瀏覽有關短片，網址如下：  
<http://www.youtube.com/watch?v=7mjoHQ0LBmM&list=>



■中一一生參與模擬升中生活的攤位遊戲，學習結領帶。校方供圖

## 蔡功譜中學迎新日助迎挑戰



香港文匯報訊（記者 鄭伊莎）聖公會蔡功譜中學早前舉辦「中一迎新日」，包括升中講座、「會見班主任」環節及「校園新丁」攤位遊戲，協助中一學生與家長迎接升中挑戰。該校校長梁少儀表示，透過全校各科組的推動，希望可以培養學生「愛己愛親的精神」，即學會尊重、同情，以及實踐孝道等。

### 培育靈性發展 推行品格教育

梁少儀在迎新日致辭時指，該校致力培養學生「德、智、體、群、美」的發展，亦注重培育學生的靈性發展，故該校去年起推行6年品格教育，本學年重點培育學生「愛己愛親的精神」。該校早前安排學生參與聯校「藝術+品格」計劃，演出音樂劇《震動心弦》，學生表現大獲好評，更被奧斯卡獲獎導演楊紫煒拍攝紀錄片《爭氣》。

有見不少青年人使用電子產品成癮，該校助理校長關綺媚在迎新日建議家長，應與子女訂立使用電子產品的「合約」，例如限制使用時間，如學生違反合約，家長可收回電子產品。此外，家長參與講座時，校方亦安排中一生參與模擬升中生活的攤位遊戲，包括學習結領帶、填寫家課冊及按上課時間表整理書包等，以訓練其自我管理能力的。

## 好書

說不完

透過《佛家怎麼說》這本書，加深了我對佛學的認識。原來，在我們日常生活中，對佛學存在不少誤解，例如拜佛等；然而，佛學卻否定佛的存在以及拜佛的行為。因為「佛」一開始也是人，與我們無異，同樣經歷生老病死，只不過他們在精神上的修行已到達所謂「佛」的境界，這些修行都是屬於個人的；因此佛學並不主張拜佛，而是以修心為佛學的宗旨。  
大家可能會問：為何要以修心作為宗旨？佛學說：人生是一場苦難，每個人都要歷經人生的八苦，以及變幻無常的生活。因此，佛學希望通過修心來驅除心中的妄

見，例如自大、貪婪、怨恨等，將心回歸到清靜的時候。俗世的金錢、名譽、權力都是虛幻而不實，所謂「生不帶來，死不帶去。」因此透過修心來將精神超越世俗，達到「佛的境界」。  
雖然我並不欣賞佛學那種「出世」的精神，但覺得佛學的修心對現代都市人有很高的學習價值。在現今的城市生活，壓力無處不在，加上生活往往會有不少困難與挑戰，很易令我們感到不安、煩惱，和對人生有一種無力感。再者，還有社會種種誘惑，例如消費主義、物質主義等，只要一不小心就會迷失當中。  
我認為，修心可令人在迷失中尋

有情枝



找自我，作為一盞明燈，在黑暗中找回內心的平靜，以及面對壓力的勇氣，接受困難與挑戰的自信和毅力等，相信這面對自己的人生，會有莫大幫助。  
最後，佛家說過，每個人的心裡都有一個只屬於自己的佛，日後當我們遇上生活難題，感到煩惱時，不妨靜坐下來，將手放在心上，問一問佛的意見。



中華書局編輯經理于克凌點評：根據物理學，人施多少力氣，反作用力也有多強。放在人心也同樣，人的慾望有多大，苦也有多深。因果相扣，輪迴不息，佛家智慧正在於此。所以人要知道自己的力量有多少，施力的方向與方法是否正確，才能免去反彈。同學年紀尚輕，多懷抱熱情，探索智慧，相信本書亦能成為你成長路上一盞明燈。



中華書局《有情枝》  
收錄詩人廖偉棠40篇優秀散文：有懷念一代巨星張國榮、梅艷芳的風采，有對作家三毛、禽禽等的深切悼念，還有初為人父的無限喜悅；他又以細膩的文字，帶領讀者雲遊四方。廖偉棠是得獎最多的香港作家之一，本書亦收進他多篇獲獎作品。他現為自由作家、攝影師。曾獲香港文學獎雙年獎，香港藝術發展獎2012年度最佳藝術家（文學）。