

78%深近視學童視網膜變異

小孔撕裂脫落損視力 理大：長遠致盲風險大增

香港文匯報訊（記者吳希雯）本港校園處處都是「四眼一族」，主要與學生學習時間長，又經常使用電子產品有關。香港理工大學首個針對深近視港童的研究發現，約10%學童有深近視問題，當中逾四分三人已出現嚴重眼睛健康問題，包括視網膜出現小孔、撕裂及脫落，眼球後極及邊緣視網膜變異等，長遠而言有關學生的致盲風險將大幅增加。專家推算全港約有近2萬名學童中招，情況令人憂慮。



理大研究報告促請大眾正視近視問題。大會供圖

理大是次研究針對120名本港12歲至18歲深近視的學童，他們近視度數平均為841度。專家發現78%學童有視網膜變異，當中約62%學童屬邊緣視網膜變異，眼球後極變異佔2.5%，至於視網膜出現小孔、撕裂及脫落令視力受損的有0.8%。

推算約17750學童中招

專家指出，正常的學童眼球長度為23.5毫米，是次研究的深近視學童眼球平均長達26.9毫米，而眼球每拉長1毫米，代表近視深300度。研究同時指出，當眼球長度達26.5毫米便顯著增加視網膜變異的風險，而不同的視網膜變異會導致不同的問題，部分可導致視網膜出現裂縫或破孔，增加裂孔性視網膜脫落的風險。

整體而言，港童有視力問題的比率屢見新高，小學生近視比率於10年間上升7.5%，至2014至2015學年已達83%。理大眼視光學院教授林小燕指，根據政府統計處本年度數字推算，全港有約17,750學童出現視網膜變異，情況嚴重。理大眼視光學院副顧問眼科視光師伍尚舜指，長遠而言，深近視學童因眼球拉長，患不同眼疾的風險會增加，包括視網膜脫落的發病率較中度近視（474度或以下）者高出212倍，患上後囊性白內障及青光眼的風險為無近視人士的7.8倍及4.6倍等，以上的病症均有致盲機會。

教育局「界料」欠配套措施

由於現時衛生署學生健康服務提供的基本視力測

試只屬初步視力篩查，由護士而非眼科視光師進行；如經評估後需轉介至眼科視光師，不少個案更需再排期1年，可見需求殷切。專家指現時教育局只向學校提供資料，如建議每20分鐘小休，遠望20呎最少20秒等，但沒有跟進執行情況及配合政策鼓勵學校推行相關措施。

伍尚舜提醒家長，應留意一旦子女有深近視，即使日後接受激光矯視，患嚴重眼疾的風險不會減少，因近視使視網膜被拉扯，增加撕裂的風險，激光矯視只磨平角膜，無法將已拉長的眼球變回原狀。香港眼科視光師學會外務秘書丁偉祺指，家長只着眼學童的成績，犧牲孩子參與戶外活動的機會，又縱容小孩打機減壓，令學童近視問題惡化。

視光機構建議

- 成立防止兒童近視委員會，跨部門(包括教育局、食物及衛生局、環境局、民政事務局等)協調
- 投放充足資源至學生健康服務，確保所有學童每年接受由眼科視光師進行的綜合眼科視光檢查
- 於3個月內轉介視力問題(如近視)學童至眼科視光師跟進
- 資助經濟困難學童接受控制近視治療
- 向學校發出指引：鼓勵學童在小息或午膳時間做戶外活動

政府層面

學校及社區層面

- 推動護眼活動
- 加強對教職員的相關培訓
- 提供護眼教學工具給老師
- 要求私營補習中心、幼兒中心等有關的護眼措施和指引
- 推動大型公眾教育活動

家長層面

- 增加子女戶外活動時間
- 書寫及閱讀時需要有充足的光線(除讀物照明外，四周的環境也不應太暗)
- 閱讀或書寫時腰肢要挺直及保持相等於手肘至手腕的距離，約30厘米至40厘米
- 定期帶子女接受綜合眼科視光檢查，盡早帶有需要的子女尋求眼科視光師安排療程
- 提醒子女使用電子產品的時間、距離和正確姿勢

資料來源：理工大學

製表：吳希雯

中大年派5尖子赴柏克萊留學

香港文匯報訊（記者吳希雯）香港中文大學將與美國加州大學柏克萊分校合作，由本學年開始，中大每年可派5名優秀的生命科學學院與美國加州大學柏克萊分校攻讀生物科學海外學習課程。

獲選同學可將留學時期所修的學分，轉移至中大，並獲大學資助全數當地學費，而且有機會於暑假參與柏克萊實驗室的實習工作。

首批明年初出發 讀生物科學

為讓學生獲更多與海外優秀學生及學者交流的機會，以培育有志從事科研的學生，中大生命科學學院與美國加州大學柏克萊分校綜合生物學系和分子與細胞生物學系，昨簽署為期5年的合作備忘錄。

由本學年開始，中大每年可派5名優秀的生命科學學院本科生到柏克萊唸書，首批獲推薦的學生將於明年年初出發，留學一個學期，攻讀柏克萊生物科學海外學習課程。

中大生命科學學院二年級或以上學生，包括主修生物化學、生物學、細胞及分子生物學、環境科學、食品及營養科學，以及分子生物技術學的學生都可申請上述課程。學生除了需要成績優異外，還需要對科研具熱誠及抱負，和經過面試。

入選有關計劃的中大生物學三年級學生曾子滔，一向醉心鳥類學。他分享曾觀察醫院餐廳一隻紫色鳥，「只要夠細心便可發現鳥類的不同習性。」他期望可以透過課程學到有關鳥類和濕地保育的最新知識，將來可以學以致用，為香港的保育工



首批獲選的5位學生將於明年初前往美國修讀課程。大會供圖

作作出貢獻。

中大生命科學學院院長黃錦波表示，希望是次嶄新的海外學習安排，將為有志從

事科研的優秀學生提供學習機會，擴闊視野，更期望他們到當地找到自己的科研指導老師，尋找實習機會。

粵港澳普通話辯賽 科大奪冠



三地普通話辯論賽精英隊伍雲集澳門，參與「第十屆粵港澳高校普通話辯論賽」互相較量。大會供圖

香港文匯報訊（記者姜嘉軒）為鼓勵粵港澳三地學生生活學活用普通話並提升

個人溝通決策能力，香港電台與廣東及澳門廣播媒體日前舉行「第十屆粵港澳

高校普通話辯論賽」，三地各自派出精英大學隊伍雲集澳門就多個辯題進行多場激辯。

其中香港科技大學辯論隊，經歷連番唇槍舌劍後脫穎而出，勇奪辯論賽冠軍，而兩位科大同學更獲選比賽「最佳辯手」，滿載而歸。

「粵港澳高校普通話辯論賽」自2007年開始輪流在三地舉行，今屆賽事於上周六假澳門科技大學進行，三地代表包括香港科技大學、南方醫科大學和澳門科技大學先後進行多場比賽。首場賽事的辯題為「審美中性化是社會進步的表現」，由南方醫科大學出任正方，對香港科技大學；次場辯題為「在當代，年青人應該先成家」，正方為澳門科技大學，對南方醫科大學。第三場比賽的辯題是「大學嚴進寬

出比寬進嚴出更有利」，由正方香港科技大學迎戰澳門科技大學。

兩隊員膺最佳辯手

經過三場精彩的賽事後，最終由香港科技大學勇奪冠軍，亞軍及季軍得主分別為澳門科技大學及南方醫科大學。

另外各場賽事各設一名「最佳辯手」，三名得主依次為香港科技大學的蔣文灝、南方醫科大學的吳陳及香港科技大學的崔智焯。獲獎的香港科技大學學生賽後分享心得時指，辯論是一門說理的藝術，關鍵是怎樣「有理性的論，有學識的爭」，他們又指每個辯題都是兩個極端，參與辯論能鍛煉多用不同的角度考慮每一個問題，學會換位思考，對每一個觀點進行理性的論證，而不是輕易訴諸情感。

解開「心鎖」 感謝益友



我是個容易受到別人情緒感染的人，因而亦容易隨波逐流。記得當日是星期五，上完最後一堂後，大家都興奮地討論着，等待班主任的到來。也不知是誰開的頭，我們七嘴八舌地議論起新老師來，「其實他還可以啊，只是有點煩，樣子有點嚴肅。」李小明插嘴道。大家似乎對這個話題興致勃勃，我周圍僅剩陳大文在埋頭

寫作業。「班主任嘛，」我爭着表達我的看法，「肥胖，而且雞蛋裡挑骨頭，着實令人討厭。」這時教室的門打開了，我驚慌失措地立即抓起筆裝寫字，幸好也及時止住了口。

「各位同學，我並不因為你說別人胖而責怪你，但我希望你们認識什麼叫做禮節，我希望有人敢說敢當，認了這個錯。」班主任平和地說。

敢做不敢認 非君子所為

此時課室非一般的安靜，空氣在我周圍凝結，擠壓着我的每一寸肌膚。過了幾分鐘，我仍然沒有表態。這時陳大文輕輕搖了一下頭，舉手向班主任揭發了我。我感覺瞬間血液湧進我臉上的每一根細小的血管，心中對陳

大文一陣惡毒的詛咒，枉我平時待他如朋友，果然日久見人心。結果我被記了缺點，受了教訓。

那一晚陳大文發訊息向我解釋為何指證我，因為我所說的不僅是普通的閒言，而是對老師的無禮、不敬，他不敢苟同。況且敢做不敢認，而要全班同學陪我一同受責，也並非君子所為。我沒有回覆他，難道他這麼正直可以當飯吃嗎？他若是個圓滑的人，也許我們會更加友好。

這事發生後，我有一個星期都沒有理睬他。這天放學後，我準備離開，陳大文微笑地對我說：「把課桌的書都拿回家吧，學校是不允許的。」我沒有看他，回答：「其他人都是如此，老師也不會檢查，怕什麼。」「我知道你會收拾好的，再見。」他說完便快步離開了。待他走後，我站着想了想，不太情願地把書放進書包，慢悠悠地離開教室。

第二天回到教室，我立即發現氣氛不對，老師站在講台邊，講台上堆着一堆書。一場腥風血雨就要展開，我

坐在我的位置，下意識地摸下課桌抽屜，呼出一口氣。我望着坐在我前面的陳大文，似乎他又不是那麼令人憎恨了，我突然有一股道謝的衝動。老師在前面滔滔不絕，訴說着他的失望，並決定按照學校規定留一本書記一個缺點作為懲罰。因為我們是甲班，老師表示更不能對我們妥協。

我現在內心並不在意老師說了什麼，我決定解開自己心中的枷鎖。我輕輕碰下陳大文的背，低聲說：「多謝。」我的心隨即卸下了沉重的大石。他其實也是個不錯的朋友，要是他是我之前想的那種圓滑的人，而不是棱角分明，我的處境便不幸了。那一天，我想了很多。

「好了，白板也擦完了，壁報板又整理好了，我們走吧。」我輕輕關上教室的門，對站在一旁的陳大文說。這個益友，雖然之前他指證了我，我亦憎恨過他，但那都是我自已造成的過錯。現在，他的正直和友善感染了我，我是真的愛他的君子言行。 ■麗澤中學 王柏鴻

航天員劉洋「青心直說」分享心得



勵進教育中心將邀請中國首位女航天員劉洋參與演講。

勵進教育中心供圖

香港文匯報訊（記者黎志）中國太空實驗室「天宮二號」早前在中秋節晚上成功發射，加上近日舉行的「創科博覽2016」，令香港再次掀起航天熱。勵進教育中心亦緊貼熱潮，將在10月邀請中國首位女航天員劉洋作演講嘉賓，向青少年分享成為首位女航天員的艱苦歷程及中國航天事業的最新發展情況等等。

勵進教育中心將在10月7日（星期五）在觀塘翠屏道基督教家庭服務中心舉行「青心直說」第二講「為夢想飛翔——中國首位女航天員劉洋」活動，屆時劉洋將會與年輕人分享其成為首位女航天員的艱苦歷程、如何堅持她的航天夢及中國航天事業的最新發展情況等，並由勵進教育中心理事、前警務處長李明達作嘉賓主持。

活動將在晚上7時至9時舉行，費用全免，設有310個名額，先到先得，有興趣人士可透過網址：<http://endeavour.org.hk/seminar1>查詢詳情及報名。