

防蓝光眼镜用处不大、害处不小——

警惕“护眼神器”反伤孩子眼

针对中小學生等未成人觀看電腦、手機等各類電子屏幕的時間增多,視力受損風險明顯增大的“商机”,不少商家千方百計“套路”家長為孩子購買價格更高的“护眼神器”防蓝光眼鏡。那麼,防蓝光眼鏡究竟效果如何?怎樣才能真正保护好孩子們的視力?

商家:推銷“套路”深

“放大危害”是部分商家的重要推銷手段。

記者在南京市城區隨機走訪了多家眼鏡店,發現均設有防蓝光眼鏡專櫃。記者以擔心孩子近視為由向商家咨詢,一家知名連鎖眼鏡店銷售人員告訴記者,電腦、手機等電子屏幕產生的蓝光會導致孩子近視度數加深,嚴重的甚至會導致黃斑病變等疾病。記者發現,多家店鋪銷售人員的說辭与此類似。

“蓝光可直接透過普通鏡片直達眼底,對眼睛傷害很大。”廣州越秀區一家眼鏡門店的銷售人員用“藍光筆”為記者演示防蓝光眼鏡功效。該店員強調,近來為孩子配用防蓝光眼鏡的家長越來越多,都怕孩子傷了眼睛後悔。

“夸大效果”“自抬身價”等“操作”也很常見。

記者發現,多家電商平台上,標榜“線上听课專用”“网课專用減緩近視”“网课伴侶緩解視覺疲勞”的防蓝光眼鏡大量出現。

為促銷,不少產品宣稱能“阻隔屏蔽約95%蓝光”,有的則承諾能“有效預防近視”,還有部分自稱是美、德、日等国“洋品牌”。

專家:用处不大、害处不小

多名眼科專家和行業人士向記者表示,當前蓝光危害被顯著放大,“防蓝光”產品功能被夸大,部分產品質量堪憂,消費者權益難以妥善保障。

北京同仁醫院眼科主任魏文斌表示,目前社會上存在對蓝光危害的過度解讀。

南京市兒童醫院眼科主任陳志鈞介紹,蓝光波長在380—500納米區間,主要來自太陽光,其他來源包括熒光燈、LED電子屏幕等設備。屏幕中的蓝光強度大約僅為自然光的幾百分之一甚至幾千分之一。如果不是常年在太平洋、冰山雪地等強蓝光環境下工作,或每天十幾個小時用電腦辦公,一般人包括正常上網課的未成人不必過度擔心。

此前中消協組織的測試結果顯示,大部分代表性電子產品的蓝光危害值均在安全範圍內。

陳志鈞還表示,蓝光導致近視的說法沒有科學依據。導致近視的主因在於看東西距離太近、長時間室內用眼,不能接受全光譜陽光照射也是重要原因。

另外,市場上防蓝光眼鏡的效果也多

“名不副實”。多家鏡片製造廠商透露,當前市場上多數防蓝光眼鏡並不能有效阻隔高能有害蓝光,所謂“百分百阻隔蓝光”更是多為虛言。

某鏡片公司負責人謝公興稱,不少自抬身價的“洋品牌”防蓝光眼鏡其實都產於國內。同時,一些缺乏必要技術知識的商家使用一些低價的、不適合眼鏡用途的非光學材料製作防蓝光眼鏡高價出售,侵害消費者健康與財產權益。

未成人盲目使用防蓝光眼鏡,還可能遭受傷害。“‘百分百阻隔蓝光’鏡片會產生明顯偏色。”謝公興還透露,這類鏡片往往會將有益蓝光一并阻隔,對於正處在視力發育期的未成人來說,長期佩戴可能有損視力、傷害生物節律,“過度攔截蓝光影響褪黑素分泌,干擾睡眠。”

國家眼鏡產品質量監督檢驗中心副主任劉紅軍建議,應將防蓝光眼鏡等視光產品納入醫療器械產品監管範圍,提高行業准入門檻,打擊不具备必要技術資質從事生產、驗配防蓝光眼鏡的商家。

觀點:健康用眼更重要

全國人大代表畢宏生、全國政協委員馮丹葵等多名代表委員在今年全國兩會上呼籲加強青少年近視防控工作。多名眼科專家和業內人士認為,養成健康用眼習慣,比佩戴防蓝光眼鏡更有利于保護視力。

“與其佩戴防蓝光眼鏡,不如每天沐浴陽光2小時。”陳志鈞認為,多到戶外感受自然光,這是目前被證明防控未成人近視的有效做法。

《兒童青少年新冠肺炎疫情期間近視預防指引(更新版)》提出,兒童青少年在線上學習,尽可能選擇大屏幕、屏幕分辨率高、清晰適用的電子產品。使用電子產品時,調節亮度至眼睛感覺舒適,不要過亮或過暗。

魏文斌建議,使用電子產品要盡量遵循“20—20—20”口訣,即看屏幕20分鐘以後,要抬頭远眺20英尺(6米)外20秒以上。

同時,針對涉及視覺健康的視光產品取消許可證管理後行業准入門檻過低、缺乏要求商家明示產品關鍵指標硬性規範等問題,專家建議應盡快查漏補缺。

“普通消費者根本分不清其中的‘貓膩’,除非去專業的檢測機構檢測,維權成本很高。”溫州一位有20多年從業經驗的眼鏡企業負責人告訴記者。

新華社記者鄭生竹 李雄鷹

教育部公布最新高中课程方案 劳动成必修课,共6个学分

继宣布“劳”纳入高考、劳动教育成义务教育必修课之后,教育部又有新动作。近日,教育部对外公布普通高中课程方案和语文等学科课程标准(2017年版2020年修订),方案显示,今后,普通高中应在原来科目基础上开设劳动课程,共6个学分,为必修学分。

为深入贯彻党的十九届四中全会精神和全国教育大会精神,落实立德树人根本任务,完善中小学课程体系,教育部组织对普通高中课程方案和语文等学科课程标准(2017年版)进行了修订。普通高中课程方案以及思想政治、语文、历史和生物学课程标准修订涉及前言及正文部分,其他学科课程标准修订仅涉及前言部分。

记者对比发现,与2017年版相比,本次最新公布的普通高中课程方案(2017年版2020年修订)在前言开篇就有新变化,其中提到,习近平总书记在在全国教育大会上强调,要在党的坚强领导下,全面贯彻党的教育方针,坚持马克思主义指导地位,坚持中国特色社会主义教育发展道路,坚持社会主义办学方向,立足基本国情,遵循教育规律,坚持改革创新,以凝聚人心、完善人格、开发人力、培

育人才、造福人民为工作目标,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人,加快推进教育现代化、建设教育强国、办好人民满意的教育。

而2017年版方案开篇则是:党的十九大明确提出:“要全面贯彻党的教育方针,落实立德树人根本任务,发展素质教育,推进教育公平,培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人。”

上述变化也体现了全国教育大会的要求,要培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人,“劳动”重新回到教育目标之中。

最新方案中,后面的科目设置与学分也有变化,方案要求,普通高中开设语文、数学、外语、思想政治、历史、地理、物理、化学、生物学、技术(含信息技术和通用技术)、艺术(或音乐、美术)、体育与健康科目和综合实践活动等国家课程以及校本课程之外,还应开设劳动课程,劳动共6学分,其中志愿服务2学分,在课外时间进行,三年不少于40小时;其余4学分内容与通用技术的选择性必修内容以及校本课程内容统筹。

据中新网

答好长三角一体化发展“联考卷”

新华时评

一体化,一盘棋。自去年5月中央政治局审议《长江三角洲区域一体化发展规划纲要》以来,沪浙苏皖三省一市只争朝夕、各扬所长,携手按下长三角一体化快进键,激发1+1+1+1>4的聚合效应,推动蓝图规划逐步走进现实,奋力答好更高质量一体化发展的“联考卷”。

作为我国经济发展最活跃、开放程度最高、创新能力最强的区域之一,长三角地区加紧落实规划,一批重大工程、重大项目开工建设,一个个世界级产业集群正在崛起,一项项改革创新向纵深推进、亮点频现……在国内外形势复杂严峻特别是新冠肺炎疫情背景下,这份一体化发展的答卷尤显珍贵。

在疫情全球蔓延形势下,长三角主动作为、化危为机,统筹抓好疫情防控和经济发展。一方面,“必答题”答出基本盘的稳定性,在深化区域内产业分工合作、加速产业优化升级的基础上,上海经济运行韧性十足,江苏打造“世界工厂”2.0版,浙江投资持续回升向好,安徽新开工项目规模扩大;另一方面,“选答题”答出新经

济的成长性,各地数据中心建设如火如荼,数字经济发展步入快车道,智能手环、太阳能电池等销售势头强劲,更高质量的发展前景可期。

全面清障的改革创新,为高质量发展创造更好的条件。不论是企业跨省迁移业务落地、打通长三角税务信息“断头路”,还是推进知识产权公共服务合作、协同探索毗邻边界治理新机制,在一体化导向下,一个个问题迎刃而解。这些举措不仅有利于激发长三角区域经济发展新动能,也为跨区域一体化制度创新提供了借鉴模板。

以人为本,民生为重,这是一体化发展的出发点和落脚点。长三角铁路版图不断扩容、合力打通省际“断头路”、探索跨省公交无缝换乘,基础设施互联互通下的“轨道上的长三角”“数字长三角”,加速了资源和人才流动。不仅如此,区域内深化推动合作办医、着力打造国家区域医疗中心、开展区域养老一体化首批试点,让老百姓共享更便利的公共服务。

一体化发展没有完成时,只有进行时。今年政府工作报告提出深入推进长三角一体化发展。在这充满希望的季节,长三角这片改革开放热土,必将开创一体化发展的新局面。

新华社记者姜刚

<div><div>吉缘中介</div><div>孩儿巷南路62-副2号 85584821 13057087809</div><div>友谊公寓11/13 32 145.69m² 精装 汽车位另算 362.8万 佳成花苑3/6 22 95m² 精装 车库13.7m² 178万 健康公寓6/6 楼中楼 19m²+108m² 楼上实用面积70m²中装 车库10.5m² 328万 姚港路22号3/6 3/阳 125m² 车库15m²中装 170万 外滩花苑2/16 3/1 115m²车库17.4m² 阳光好 198万 万豪华府19 3/1 157m²大花园 地暖 豪装 410万 黎明花园2/车 3/阳 134m² 精装 南汽车库 220万</div><div><div>天苑中介</div><div>文峰路15号文峰桥北首 15862825879</div><div>金鼎湾中上层·电梯 建185m²+汽车位 精装 470万 净 无大税 佳湖漫带电梯洋房6楼中楼 建194m² 精装 400万 净 森大第5/车 3-2-2 116m² 精装修 汽车库24m² 城中 三中 二附叁学区房 300万 八仙花苑4/6楼建 130m²+大小车库 中装 280万 二附启秀双学区房;白家园 纯底层 建63.15m² 简装 有院子 空学位 236万可议 吴中豪庭华庭电梯中层 精装修很好 房东诚心出售 100m² 228万 城中 三中双学区房;文峰干休所2/6楼 建66m²中装 208万 净</div></div></div>	<div><div>久和中介</div><div>李国路市级机关第二幼儿园东侧 85113759 13962944561</div><div>光明西村 4/6 60.8m² 2-1 简装 学位初二 118万 陈家小园 2/车 124m² 3-1 中装 南车库24m² 202.8万 光明新村 3/6 45m² 1-1 精装 空学位 98.8万 时珍园 中间层 93m² 2-2 中装 南车库15m² 149.8万 盛康公寓 14/电 129m² 3-2 精装 车库15m² 205万 德民花苑 6楼中楼 113m²+47m² 精装 车库19m² 160万 郭里园 中层 72.5m² 2.5-1 新精装 空学位 151.8万</div><div><div>家乐中介</div><div>物价大楼一楼北侧(钟楼广场东侧) 18912270383 13057019586</div><div>时代悦城 9/18 3/阳光厅/2 142m² 有车位 新还房 350万 百昌晏园(二附学区) 2/6 3/1 125m² 425万 檀墅 1-5层 6大厅/3 397m²整体5层,精装,直接入住 680万 星光城 13电 3/阳光厅 96m²+储藏室+车位 新还房 255万 城山隐洋楼 3/6 2/阳光厅 100m² 有车位 新还房 338万 永兴花苑 1/车库 3/1 91m²+10m²车库 130万 金石大酒店公寓楼 2X/电 1/1 68m² 豪装 拎包入住 88万 健康公寓车库 31.3m² 26.8万</div></div></div>	<div><div>银河中介</div><div>城隍庙东小南庄南80米北园新村3幢18号店面房 13862968413 15950810928</div><div>未来锦城10/18层2室2厅84m²精装【送9m²】 180万 新桥新村1/5层42.4m²毛坯建2间【可以开店】 70.8万 新龙花苑3/6层3室阳光厅2卫中档装潢134m²车库8m²198.8万 鑫乾花园1/6层3室L厅1卫130m²精装南车库30m² 300万 新桥新村车库店面房21.68m²【有卫生间】 38.8万急售 中海柏樾府7/8层210m²纯毛坯 700万净【车位另算】 永和佳苑6/6层52/98m²品牌精装南车库9m² 180万 银花苑5/6层2室一厅69.5m²精装大厨房 239.8万</div><div><div>梦路中介</div><div>城南小学对面 15962750368 15950810021</div><div>光明东村1/车 3-2-1 126m² 车15m²精装 启秀空学位 阳光好 236万 光明东村5/7 3-1-1 79m² 简装 启秀空学位 128万 光明东村4/6 1-1-1 48m² 精装 启秀空学位 102.8万 学田苑 3/6 2-1-1 67.5m² 中装 三中空学位 143.8万 濠河经典苑X/电 2.5-1-1 115m² 精装 启秀空学位 353.8万 民政新村3/4 2-1-1 52m²精装 二附启秀双学位 205万 顺景苑12/电 3-1-1 115m²毛坯 朝晖一附启秀双学区 258.8万</div></div></div>	<div><div>天安中介</div><div>江景苑菜市场南门 85595336 13390945336</div><div>国贸中心 17/37 办公楼 143m²+143m²豪装 租20万/年 可分可卖 多套 380万 富奥北园 1/6 二室二厅 93.75m² 豪装 330万 华辰大厦 8/ 办公楼 190m²办公装修 155万 第九园单体别墅 1-3/3单体别墅 547.8m²地下 毛坯 有电梯 799万 九皇台 17/18三室阳光厅 143m²精装 1个汽车位 420万净得 濠河名邸 6/18 三室阳光厅 165m² 豪装 495万 苏建花园城 16/16楼中楼 143m²+138m²汽车库28m²车库15m²豪装 328万</div><div><div>无忧谷房产</div><div>中天福邸3幢103号 13914399551 855327228</div><div>友谊家园 店铺 122.35m² 368万 濠南南路 店铺 123m² 656万 中天福邸 店铺 90m²/90m² 280万 文峰花苑旁 2楼 60.2m² 240万 北园路口 1-4楼 320m² 560万 湾子路 1楼 车库店面27m² 81万 望江楼 3楼 79m² 280万 华晨大厦 10楼 158m² 150万</div></div></div>	<div><div>顺和房产</div><div>中南世纪城5号楼101 18796152666</div><div>高迪锦城 150m² 精装修 房东急售 单价14000元 绝对的性价比 220万 碧桂园 137m²东户 碧桂园性价比最高的一套 品牌精装 送车位 235万 银花苑 96m²城中,三中双学区 精装自住出租过,诚意 290万 万通城 88m² 崇川学校空学位 楼层好 全天采光 150万 金飞达名邸 88m²前排采光好 欧派橱柜 房东急售 满五 184万 万达华府 122m²50万豪华装修 楼王位置 房东诚意 价格看中可议 298.8万 北郭北村 77.28m²三中空学位 全车库 简单装修 性价比商 155万 第九园 139m² 2号线地铁口 城市新起点,新附院,送大入户花园 210万 炜斌花苑 128m²中装 户型好 南北通透 得房率高 228万 南湖里南华府 116m² 品牌装修 楼层好南北通透 空学位 满二看房方便 255万 佳湖漫 146.48m²全小区性价比最高 一楼带院子的洋房 全数可签 373万 中海碧林湾97m² 中高景观层 满二 全车位 绝对的性价比 210万 华强城 133m²满二无大税 边套通透户型 好楼层 空学位 近地铁 315万 南七星花园106m² 一附一中 前排景观房 精装修 随时看房 320万 恒盛庄园 572m² 占地1亩 稀缺独栋超大院子 地铁1号线延伸路段 诚意 380万 城山家园 143m² 毛坯 价格实惠 一附一中学位 298万</div><div>买房卖房 顺和帮忙</div></div>
---	---	---	--	---