

从几百元到近万元不等,号称能护眼防近视 “大路灯”值得买吗?

近期,“落地护眼灯”受到家长群体的追捧,因其形状酷似街边的路灯,也被称作“大路灯”。记者走访发现,大路灯的价格从几百元到近万元不等,还有一些大路灯号称其“能护眼”“防近视”。大路灯是否真的能防近视?如何从改造灯光的角度帮助孩子防控近视?防控近视还有哪些值得注意的?

看似“高大上” 实为通用灯具

大路灯普遍具有以下特征:“个头大”,高度通常在两米左右,重量一般在20千克左右;照明范围广,光线可以覆盖书桌和周围地面;价格普遍在千元以上,有的甚至高达八九千元,价格远远高于普通台灯。

记者发现,在宣传上,这类产品普遍称对孩子眼睛有好处、能防控近视。“光多照1米,分多涨10分”“开学逆袭985”……一些产品宣传其有利于孩子学习,令家长们心动不已;“儿童青少年总体近视率67%”“孩子在用的普通台灯可能伤害他们的眼睛”……部分商家则贩卖“近视焦虑”,让家长们对普通台灯充满“怀疑”。

有的家长受误导认为只要买贵的灯就可以防控近视。广州消费者林女士表示,大路灯的宣传广告让人感觉很“高级”,孩子每天晚上在家都要看书学习几个小时,为了孩子的视力,多花点钱也值得。

大路灯究竟是什么灯?广东省中山市质量计量监督检测所灯具室主任黄骏表示,大路灯其实就是可移式通用灯具,属于我国强制性CCC认证产品范畴,其安全、电磁兼容项目须符合相关国家标准的要求。

与传统的桌面台灯不同,大路灯采用上下双光源设计。中山大学中山眼科中心屈光与青少年近视防控科主治医师许吉萍表示,大路灯有一个直接照向书桌的光源,同时还将光线照向天花板,相当于把台灯和顶灯合成了一个灯,让室内阅读环境整体变亮。



广州质量检验研究院工作人员对大路灯进行检测。新华社发



大路灯(左侧两款)体积较大、照明范围广。新华社发

大路灯的三大焦点问题

问题一:大路灯可以防控近视吗?

许吉萍表示,目前尚无直接的临床证据证明大路灯对近视防控有显著效果,而且室内灯光只是近视防控工作中很小的一部分。根据《近视防治指南(2024年版)》,近视的影响因素包括遗传因素以及环境因素,后者涵盖近距离用眼、户外活动、读写习惯、采光照明等。

此外,有的大路灯还涉嫌违规进行医疗效果宣传,称产品可以“改善视网膜血液循环”,从而达到“抑制眼轴过快增长从而控制近视”的效果。专家表示,灯具不属于医疗器械,产品具有医疗效果的宣传不可信,所谓的“黑科技”“疗效”难以验证。

问题二:买大路灯越贵越好吗?

谈及消费者普遍关心的价格问题,雷士照明品质与售后总监黄敏德介绍道,虽然灯的照明亮度和使用寿命与价格存在一定关联,但并非绝对的因果关系。灯具的原材料涵盖支架、芯片、荧光粉材料、胶水、线材等多个部分,从理论上来说,使用可靠性更高、品质更优的原材料,会大幅增加生产成本,进

而使产品售价上升。价格并非衡量灯具品质的唯一标准,消费者不能单纯以价格高低来判断灯具的好坏。

问题三:大路灯一定优于普通台灯吗?

至于光线和近视之间的关联,目前,一项针对1840名学生进行的随机对照研究发现,在教室灯光为模拟太阳光光谱环境下学习的学生,三年后近视发生率较低,这说明模拟太阳光光谱的灯具对防控近视有一定帮助。许吉萍表示,部分厂家的大路灯也模拟了户外光的光谱特性,但实际效果因厂家而异,而且其他护眼台灯和顶灯也能达到类似效果。

受访专家指出,无论购买大路灯还是普通读写台灯,都有几个关键考量维度。黄敏德表示,家长务必留意产品是否明确标注执行国家标准GB/T 9473—2022《读写作业台灯性能要求》。在灯具的性能参数方面,要特别关注灯具的光谱特性,尽量选择光谱特性接近太阳光的灯具。

还有几项重要参数不容忽视。“为孩子购买的灯具,桌面照度应达到500勒克斯(lux)以上,显色指数需达到95以上。此外,产品还需满足防眩光、低蓝光、无可视频闪等要求,全方位为孩子营造舒适、健康的读写照明环境。”黄敏德说。

近视防控不能只靠灯

专家建议,要客观理性地看待灯具和近视防控之间的关系,全方位、多维度进行近视防控。

购买了合适的灯具是否意味着防控近视一劳永逸?对此专家认为并非如此。许吉萍表示,儿童近视防控并非只受光线这一单一元素的影响,个人学习生活环境、用眼习惯等多种因素共同作用于视力健康。

从近视防控医学来说,最主要的防控因素其实是“一增一减”。许吉萍介绍,“一增”是增加户外活动,建议每天累计接触自然光的时间达到两小时以上,每次15分钟以上。除了环境灯光改造外,还

需要做更多的“增量”,如多进行户外活动、保持正确的读写姿势等。

“一减”是减少孩子近距离用眼。专家表示,近距离用眼不仅仅是看电子设备,很多家长误以为孩子不看手机就不会近视,其实儿童在看书、写字、画画、弹钢琴、下棋甚至玩积木时都可能会近距离用眼。总的来说,近距离用眼的时间要尽量少,用眼距离要尽量远。

近视增长变缓或者预防近视,不是单一维度就可以完全做到的,改造环境灯光只是其中很小一部分,防控近视是一场需要家长和孩子全方位努力的“持久战”。

新华社记者胡林果 徐弘毅

加拿大驾车撞死11人 肇事者被控谋杀

加拿大28日举行新一届联邦众议院选举前夕,一辆汽车在温哥华市区冲撞参加节庆活动的人群,导致11人死亡、数十人受伤,加拿大民众陷入震惊和悲痛。嫌疑人面临多项谋杀指控,27日出庭受审。

当地时间26日,温哥华一年一度的“拉普拉普日”节庆活动在该市南部一个街区举行。随着一场音乐会的举行,节庆活动即将进入尾声。当晚8时许,一名男子驾驶一辆SUV冲撞参加活动的人群,造成大规模伤亡。

根据温哥华代理警察局长史蒂夫·雷在新闻发布会上发布的信息,已有11人在事件中遇难,另有数十人受伤送医,其中一些人伤势严重,死亡人数可能上升;嫌疑人是30岁的温哥华男性居民亚当·洛(音译),他在事发现场被民众制服,后被警方逮捕。

不列颠哥伦比亚省检方对嫌疑人提起8项二级谋杀罪指控,并表示可能提出更多指控。调查人员排除了恐怖袭击的可能性,仍在调查嫌疑人作案动机。雷说,嫌疑人有精神健康问题,与警方和精神健康相关医护人员“有大量互动历史”。嫌疑人被羁押,27日出庭受审。路透社援引法庭文件报道,目前嫌疑人没有认罪。

今年是加拿大联邦选举年。执政党自由党选出的新党首马克·卡尼3月14日接替贾斯廷·特鲁多出任总理,几天后宣布解散议会,将加拿大新一届联邦众议院选举提前至本月28日举行。

卡尼26日晚在社交媒体发文,表示对这一事件“非常震惊”。他取消了27日的一场竞选和两场大型集会活动,并计划前往温哥华,在当天晚上与不列颠哥伦比亚省省长戴维·伊比以及温哥华的菲律宾裔社群领袖共同出席一场活动。

达图·拉普拉普是菲律宾民族英雄,他于1521年4月率众在宿务附近的麦克坦岛与西班牙人交战并取得胜利,航海家麦哲伦即死于麦克坦岛之战。菲律宾政府2018年宣布4月27日为全国特别公共假期,以纪念拉普拉普。加拿大不列颠哥伦比亚省政府2023年宣布4月27日为“拉普拉普日”,以表彰菲律宾裔移民群体对当地多元文化的贡献。

今年的“拉普拉普日”庆祝活动在26日这个周六举行,却遭遇汽车撞人事件。加拿大民众陷入震惊,不敢相信这样的事件发生在身边。

名为詹姆斯·克鲁萨特的温哥华商人当时在附近,他说听到汽车引擎发出巨大声响,最初以为是枪声。“我们看到人们在哭喊,走到近处发现地上躺着一些人,其中一些已经死去。”

在活动现场摆摊售卖服饰的克里斯·潘希利南说,他很担心这起事件是刻意针对菲律宾裔。新华社记者郭倩



这是4月27日在加拿大温哥华拍摄的涉嫌冲撞人群的车辆。新华社发